

Orjala Consulting

- din partner för framgångsrik utveckling



Orjala Consulting erbjuder i samarbete med Joseph O'Connor och International Coaching Community (ICC)

Den Internationella Coachcertifieringen

Utbildningen är skapad för dig som vill utveckla dig själv i att utveckla andra - i din roll som ledare, HR-specialist, konsult eller coach.

Utbildningen möter de högt ställda kraven gällande kärnkompetenser som både ICC och ICF har satt upp som internationell standard.

Patric Orjala är en av de mest erfarna coachtränarna hos ICC och har sedan 2003 själv utbildat ca 400 personer i Sverige, Danmark, Mexico och Venezuela. Han är huvudansvarig coachtränare för den Internationella Coachcertifieringen som arrangeras och genomförs i Orjala Consultings regi.

”Coaching builds awareness, empowers choice and leads to positive changes. It unlocks a person’s potential to maximise their performance. Coaching – from teaching to learning ”

Joseph O'Connor

Den internationella coachcertifieringen är skapad i samarbete med de internationellt erkända coacherna och NLP tränarna Joseph O'Connor (UK) och Andrea Lages (BR). År 2001 grundade de International Coaching Community (ICC).

O'Connor är dessutom en synnerligen välskrivande författare till ett större antal böcker inom ämnen som coaching, NLP, systematiskt tänkande och undervisningsprinciper.

Orjala Consulting

- din partner för framgångsrik utveckling



Orjala Consulting och ICC

ICC har 32 internationellt certifierande coachtränare i världen som tillsammans har utbildat mer än 3 000 coacher i 50 länder. Patric Orjala var bland de 11 första coachtränare hos ICC som utbildades av Joseph O'Connor. Patric har sedan 2003 själv utbildat och certifierat ca 400 personer i Sverige, Danmark, Mexico och Venezuela. Patric är huvudansvarig coachtrainer för den Internationella Coachcertifieringen arrangerad av Orjala Consulting.

Intentionen bakom ICC är att skapa ett internationellt nätverk av coacher med gemensamma kärnkompetenser, etiska riktlinjer och standards på en hög nivå.

Utbildningens mål är att ge deltagaren en djup och praktisk kunskap och kompetens i att coacha sig själv och andra till bättre resultat ur ett professionellt och personligt perspektiv. Utbildningen leder till stor personlig utveckling. Flertalet praktiska övningar kommer att utmana dina befintliga tankemönster och ge dig utvecklande erfarenheter både i rollen som coach och som kund/fokusperson.

Orjala Consulting och ICF

Orjala Consultings coachutbildning kan även användas som en portofolio-utbildning hos ICF, vilket innebär att utbildningen är förberedd för att kunna användas som coachspecifik utbildning i certifieringsprocessen hos ICF.

Om du efter genomförd utbildning är intresserad av att även certifiera dig hos ICF kan du från Orjala Consulting erhålla "The ICF ACC portofolio training declaration". Detta dokument kommer att vara signerat av Patric Orjala från Orjala Consulting och Ulrik Lork, Styrelseordförande för ICF Sweden 2008-2010

The ICF ACC portofolio training declaration bekräftar att du via Orjala Consulting har genomgått en coachspecifik utbildning på totalt 85 timmar. Dessutom kan du använda dig av de tolv timmarna coaching som du haft med de externa Fokuspersonerna under coachutbildningen som dokumenterade fokuspersonstimmar.

Orjala Consulting

- din partner för framgångsrik utveckling

Orjala Consulting är det enda utbildningsbolaget i Sverige som kan erbjuda en coachutbildning och som ger deltagaren möjligheten att erhålla TVÅ internationella coachcertifieringar utfärdade av världens två största coachorganisationer – ICC och ICF!

ICF är en branschorganisation för professionella coacher som bl.a. kvalitetssäkrar coacher och certifierar utifrån etiska riktlinjer och kärnkompetenser. ICF har certifierat drygt 5 000 coacher sedan starten 1995.

ICF och ICC är världens två största coachorganisationer.

Utbildningens upplägg

Som deltagare i den Internationella Coachcertifieringen erhåller du:

- Totalt 85 timmar coachspecifik coachtrainerledd utbildning.
- En utvecklingsprocess på cirka 5 månader uppdelad i fyra moduler och på sammanlagt 10 utbildningsdagar.
- En avancerad och effektiv inlärningsmetodik som bäst beskrivs som ”experimentiell-action-learning”
- Du får tillgång effektiva och kraftfulla coachverktyg och metoder.
- En gedigen utbildningspärm.
- Två aktuella böcker om coaching
- Tre coachtillfällen per deltagare med coachtränaren eller ICC Certifierade coacher. Det första tillfället sker efter första modulen.
- Två externa ”fokuspersoner” att själv coacha mellan modulerna.
- Deltagarna skapar ”utvecklingsgrupper” som sedan träffas minst en gång mellan varje modul.
- Som deltagare får du löpande utvecklande feedback från din coachtrainer
- Ett års medlemskap i International Coaching Community.
- Ett Internationellt Coachcertifieringsbevis utfärdat av International Coaching Community.
- Förmiddags- och eftermiddagsfika samt lunch.
- Möjligheten att erhålla ”An ICF ACC portfolio training declaration” för dig som vill ansöka till certifieringsprocessen hos ICF.



Utbildningen riktar sig till

Coaching används som metod i många olika situationer och yrkesroller. Nedanstående ska ses som exempel på professioner som kommer att ha stor praktisk nytta av det som den Internationella Coachcertifieringen har att erbjuda.

Ledare

Som ledare kommer du att få verktyg att utveckla dig själv och dina medarbetare, arbeta med värderingar, genomföra effektiva målsättningsprocesser, lösa konflikter och skapa starka team.

HR-specialister

Coaching verktygen ökar säkerheten vid anställningar, säkra effektiva utvecklingssamtal och karriärplaneringar. Dessutom kan HR avdelningen lättare identifiera behov i organisationen, hjälpa med målsättningsprocesser samt effektivt hantera interna konflikter.

Coacher

För att utveckla kärnkompetenser inom coaching som lever upp till ICCs etiska riktlinjer och standards. För att tillhöra ett internationellt nätverk av coacher som alla har gemensamma etiska riktlinjer och standards. Innehållet lämpar sig mycket bra för såväl individuell coaching, verksamhetscoaching, karriärcoaching, sportcoaching och livscoaching.

Konsulter

Som konsult kommer du att bli bättre på att skapa klara målsättningar, arbeta med värderingar samt skapa kraftfulla och effektiva handlingsplaner. Du kommer att få insikter och verktyg så att du effektivt kan leda förändringsprocesser baserat på kundens önskemål.

Hos Orjala Consulting har vi förpliktigt oss att leva upp till International Coaching Community 's (ICC) höga standards på området. Det betyder att vi är certifierade ICC-coacher, att vi i vardagen praktiserar deras coaching teori samt att vi efterlever deras etiska riktlinjer och standards, läs mera om ICC på www.internationalcoachingcommunity.com.

Utbildningens innehåll

Nedan följer en mera detaljerad beskrivning av några av de huvudmomenten som den Internationella coachcertifieringen innehåller:

Vad är coaching?

Det är även en fråga som har många olika svar och som coach väljer jag därför att svara på denna fråga med en annan fråga:

”Är även du intresserad av att ”spränga” dina gamla barriärer och släppa fram ditt ”rätta jag” i ditt professionella och personliga liv?”

Det finns många sätt att utvecklas på OCH ett av de mest kraftfulla sätten är att utveckla sig själv i att utveckla andra!

Coaching handlar om att gå från insikt och kunskap till aktiv och medveten handling. Coaching möjliggör för individen att ge sitt bästa, lära sig och utvecklas till sitt bästa jag. Coachens utgångspunkt är att individen har alla svaren och att coachens uppgift är att ställa de rätta frågorna.

Mål

En coach inspirerar och stödjer sina fokuspersoner i att uppnå sina mål och kanske rent av sin drömmar. Det första steget för fokuspersonen är att skapa målen/drömmarna.

Målen ska vara formulerade så att de ger fokuspersonen en mening och inspiration. En coach hjälper även fokuspersonen att sätta specifika mål, och att få ett naturligt fokus på frågan ”vad jag vill!” istället för ”vad jag inte vill”. Detta ger en allmän riktning såväl som mening i livet. Ett mål är inte samma sak som en uppgift. Ett mål är vad du vill. En uppgift är vad du måste göra för att uppnå det.

Orjala Consulting

- din partner för framgångsrik utveckling

Värderingar

Värderingar står för allt som är grundläggande viktigt för oss. Värderingar är våra grundläggande principer och påverkar våra handlingar och vårt beteende.

Värderingar är det, ofta sinnestillstånd, som är viktigt för oss. De finns i medelpunkten av det vi är. De är ofta uttalade i abstrakta termer, t.ex.: ärlighet, kärlek, vänskap, lojalitet, glädje, hälsa, integritet, förtrolighet och frihet.

Värderingar är energin bakom våra mål. Om målen är destinationen är värderingarna det som driver oss mot dem. Värderingar är det som hjälper oss att engagera. När du lägger ner tid, pengar och energi på något som inte är en del av dina kärnvärden, kommer du känna dig irriterad och frustrerad.

Frågor

Genom effektfulla frågor hjälper coachen fokuspersionen att utforska sina insikter, skapa klarhet, skapa handling. Ofta söker sig fokuspersioner till coachen för att få svar. Men det är inte coachen som har svaren. Coachen hjälper fokuspersionen att, genom frågor, själv hitta svaren.

Coachens frågor är utforskande, nyfikna, kraftfulla och utvecklingsorienterade.

Handlingsplan

När fokuspersionen har kommit till insikt om en förändring som han önskar, sedan satt ett mål om hur han vill ha det, tittat på hinder och vänt dem till möjligheter kommer en av de viktigaste nycklarna till framgång; handling! Genom att handla kommer fokuspersionen både framåt och inåt genom inläring. För många är det svårt att gå från ord till handling. Coachen kan stötta fokuspersionen att utifrån sina insikter och mål skapa kraftfull handling. *"The learning is in the doing"* som Joseph O'Connor så fint uttrycker det.

Lyssnande

Även om en coach skall kunna ställa kraftfulla frågor så är coachens största uppgift att lyssna. Att vara en bra lyssnare kan vara viktigt i de flesta sammanhang och i coaching är det själva kärnan - tillsammans med full närvaro.

Utan att lyssna på fokuspersionen har inte coachen några kraftfulla frågor att ställa.

Orjala Consulting

- din partner för framgångsrik utveckling

Interna dialoger

Varje dag skapar vi vår värld genom det vi säger och det vi inte säger till oss själva. Vår interna dialog har stor påverkan vårt tillstånd som coacher. Eftersom ”tillstånd smittar” är det viktigt att var medveten om vilka interna dialoger jag har som coach. Det är dessutom mycket svårt att utforska fokuspersonens inre dialog om vi inte grundligt rensar vår egen.

Övertygelser

Övertygelser är reglerna vi lever efter. De är våra bästa gissningar av verkligheten och formar våra mentala modeller – sättet på vilket världen verkar fungera, baserat på vår erfarenhet.

Övertygelser fungerar som självuppfyllande profetior. De fungerar som möjligheter såväl som hinder för vad vi kan göra. Om du tror att du inte är särskilt omtyckt kommer det få dig att bete dig mot andra på ett sätt som kan få dem arga och således bekräfta din övertygelse, även fast du inte vill att det ska vara sant. Om du tror att du är omtyckt kommer du att bemöta människor mer öppet och det är mer sannolikt att de kommer att bekräfta den övertygelsen.

Paw process

Det är mycket kraftfullt att tro på tre saker beträffande dina mål och drömmar.

Möjlighet - De är möjliga att uppnå.

Förmåga - Du är kapabel att uppnå dem.

Förtjänst - Du förtjänar att uppnå dem.

Möjlighet = Possibility

Förmåga = Ability

Förtjänst = Worthiness

Orjala Consulting

- din partner för framgångsrik utveckling
International Coaching Community Etiska riktlinjer och standards

Etiska standards

Etiska standards bygger på coachingens förutsättningar och övertygelser. Coacher handlar som om nedanstående övertygelser är sanna.

- ***Det finns inget misslyckande, bara feedback.***
Misslyckande är bara en bedömning om korttidsresultat. En fokuspersion misslyckas aldrig.
- ***Om du vill förstå, agera.***
Handling är svaret, lärdomen finns i handlandet.
- ***Vi har redan alla resurser vi behöver, eller kan skapa dem.***
Det finns inga resurslösa fokuspersioner, bara resurslösa tanketillstånd. Fokuspersionens djupare visdom väntar bara på att upptäckas.
- ***Allt beteende har ett syfte***
Handlingar är inte slumpmässiga; fokuspersioner försöker alltid uppnå något, även om de kanske inte är klara över vad det är.
- ***Att ha ett val är bättre än att inte ha ett val.***
Om fokuspersioner får ett bättre val enligt sina övertygelser och tro, så kommer de ta det.
- ***Du gör det bästa du kan – och du kan förmodligen göra bättre.***
- ***Du skapar din egen verklighet.***
Fokuspersionen fungerar som om de mentala kartorna är verklighet. De mentala kartorna de skapar kan begränsa deras potential mer än något riktigt hinder från yttervärlden.
- ***Coaching är ett jämlikt, samverkande partnerskap.***
Om du tycker att ett och ett bara blir två, är det bara för att du har glömt kraften i ”och”.
- ***Fokuspersionen har svaren.***
Coachen har närvaron, lyssnande och frågorna.

Vi valde den Internationella Coachcertifieringen

"Den bästa ledarskapsutbildning jag har gått! Som ledare har jag flyttat fokus från mig själv som problemlösare till att få medarbetarna att själva komma fram till de effektivaste lösningarna och samtidigt växa med uppgiften. Nu har jag tid och energi över på mer strategiska frågeställningar och utmaningar." Torbjörn Enström, CFO, IBX Group AB

"Inte bara en utbildning utan mycket mera. En resa som lärde mig mycket om mig själv som chef och ledare, hur jag vill vara och vad jag vill stå för. Coachutbildningen skapade för mig som chef en trygg plattform som vilar på värderingar och trovärdighet. Idag känner jag ett lugn och en trygghet i mitt ledarskap vilket påverkar mina medarbetare i positiv riktning" Pia Källqvist, Enhetschef Apoteksakademin, Apoteket AB

"En otroligt bra utbildning för den som vill utveckla sig själv, sina relationer och sin karriär."
Ann-Sofie Söderberg Copywriter Rappakalja

"Fantastisk möjlighet för mig som människa att lära mig mer om mig själv och att utvecklas vidare. Fokusera på möjligheter och vad jag vill och kan göra för att jag som coach blir trygg och får energi av att coacha."
Christine Lundmark HR Director Pernod Ricard NORDIC

"Utvecklar dig själv som människa, man blir energirik och får ett redskap/metodik som går att använda i många sammanhang."
Torbjörn Söderholm HR Director Tetra Pak Sverige

"Utbildningen ger självutveckling/medvetenhet, nya perspektiv och utveckling för dig som person."
Bianca Mali HR-chef Selga

"Ökar självmedvetenheten. Ger dig verktyg att kunna utnyttja dina egna resurser och växa som människa. Perfekt utbildning för dig som vill utforska dig själv och utveckla andra."
Lena Lindh Personalchef SRV Återvinning

"Mycket praktisk träning, professionellt och varmt bemötande."
Charlotte Henriksson SKOLVERKET Personalenheten

**Är du redo att ta ditt nästa steg i att
utveckla dig själv och andra?**

**Välkommen att besöka
www.orjalaconsulting.se**

eller

0709 - 36 00 86