



Автор: Анна Лебедева

Фото: depositphotos.com

Коучинговая поддержка лидеров

Руководители команд и владельцы бизнесов оказались сейчас в ситуации, требующей решительности и устойчивости. Мы, коучи, в силах помочь им достойно прожить этот период. Для удобства восприятия работа с лидером будет рассмотрена через эриксоновский квадрант, ядром которого станет клиент и его команда.

Слушать клиента, чтобы он услышал себя

Итак, первая тема, с которой предстоит работать, — это расширение осознанности клиента. Сейчас для нас очень важны прямая коммуникация и глубинное слушание. Что человек рассказывает о себе? С какими интонациями он говорит об этом? О каких областях жизни умалчивает? Какие вопросы обходит стороной?

Мне кажется, сейчас от коучей требуется чуть меньше инструментов и чуть больше коучингового присутствия. Мы создаем для своих клиентов пространство, свободное от каждодневных волнений, где они могут подумать о том, что было, есть и будет важно. Если весной руководителей заботил вопрос оптимизации бизнес-процессов под дистанционный формат работы и быстрое внедрение операционных изменений, то сейчас они больше думают о том, как трансформировать бизнес для работы на «длинных дистанциях».

Удерживая пространство осознанности, мы обращаем внимание на то, как клиент переходит к поиску внутренних ресурсов на уровне миссии (ради чего в принципе он работает?), как постепенно перемещается с низких логических уровней, где ничего не решает, к глубинным

внутренним идеям, которые ему уже подконтрольны.

Есть один прием, который помогает моим клиентам более чутко настроиться на свои ощущения во время сессии. Его легко реализовать с помощью стикеров. Когда при обсуждении вопроса я сталкиваюсь с большим количеством возражений со стороны клиента, то прошу перечислить их, фиксирую все на стикерах и говорю: «Мы к ним еще вернемся, но пока могу ли я припарковать это в стороне?»

Когда все сомнения перемещаются на лист бумаги формата А4, это вызывает у клиентов восторг: символично освободившись от груза возражений, можно вернуться к широкому видению ситуации. И тогда для одних клиентов ценность семьи и команды победителей выходит на первый план, а в рассуждениях других более ярко проявляется важность личного пути.

Расширяя диапазон размышлений, клиент может слушать себя, не оценивая раньше времени, является ли эта мысль правильной и насколько глубоко звучит то, что было сказано только что. В результате приходит понимание, что часть идей он готов взять с собой в будущее, а что-то является отголосками прошлого и с ним легко расстаться. ▶



Мне кажется, сейчас от коучей требуется чуть меньше инструментов и чуть больше коучингового присутствия. Мы создаем для своих клиентов пространство, свободное от каждодневных волнений, где они могут подумать о том, что было, есть и будет важно

Топливо эмоций

Вторая область, с которой я сейчас много работаю, — это область эмоций. Мы по-разному проходим сложные периоды жизни в зависимости от того, осознаем свои эмоции или нет и как к ним относимся. Есть убеждения, которые препятствуют трансформации, например, мысли о том, что раз другие люди вызывают во мне определенные эмоции, значит, они несут за них ответственность. На самом деле все не так: я несу ответственность за собственные эмоции.

В коучинге существует непреложный принцип: у всего, что с тобой происходит, есть какая-то цель (позитивное намерение). Признав это, клиенты задумываются: «Если эта эмоция так важна, каким словом я могу ее обозначить?»

Какая глубинная ценность стоит за ней? Что с ее помощью я хочу сказать миру?»

Горизонт планирования

Третья область, о которой хотелось бы поговорить, — это область целеполагания. Запросы о годовом планировании становятся все менее актуальными, в период турбулентности клиенты чаще всего обращаются к коучу с вопросами о следующем:

- что важно сделать в ближайшие две-три недели?
- как использовать это время, чтобы укрепить отношения с внутренними ресурсами?
- как найти то, что зажигает изнутри и вызывает вибрацию?
- каковы мои глубинные цели?

Мне кажется, очень многие из нас выйдут из этого процесса более человечными и, возможно, менее амбициозными. Тогда мы действительно будем замечать, что важно и кто по-настоящему дорог.

Надеть маску на себя, потом — на своих сотрудников

Четвертая тема — область «подзарядки батареек», экологии и баланса поддерживающей среды. Мы с клиентами часто обсуждаем вопрос «Какие ресурсы сейчас нужны, чтобы удержаться на плаву и сохранить баланс?». Для одних сильной подзарядкой является волонтерство (например, помощь пожилым людям). Другие обратили внимание на свой дом и активно обустроивают его, избавляясь от лишнего и реорганизуя пространство. Третьи после очередного дня совещаний и онлайн-встреч превращают свой балкон в оранжерею или проходят 10 000 шагов.

Одним из важных аспектов этих исследований стали вопросы инвестиции своей энергии в созидание, поэтому два вопроса на коуч-сессиях

звучат наиболее часто: «Насколько сейчас заряжена ваша батарейка? Каким образом вы можете перезарядить батарейки своих людей?»

Этика коуча — успех лидера

И пятая область, о которой я хочу поговорить, — это ядро нашей схемы. Лидер и команда — то, чем отличается executive-коучинг от коучинга в индивидуальном контракте. Когда коуч сопровождает руководителя, он работает не только с ним, но и со всеми его взаимодействиями. В каждой команде есть отношения, которые либо подпитываются, либо превращаются в балласт.

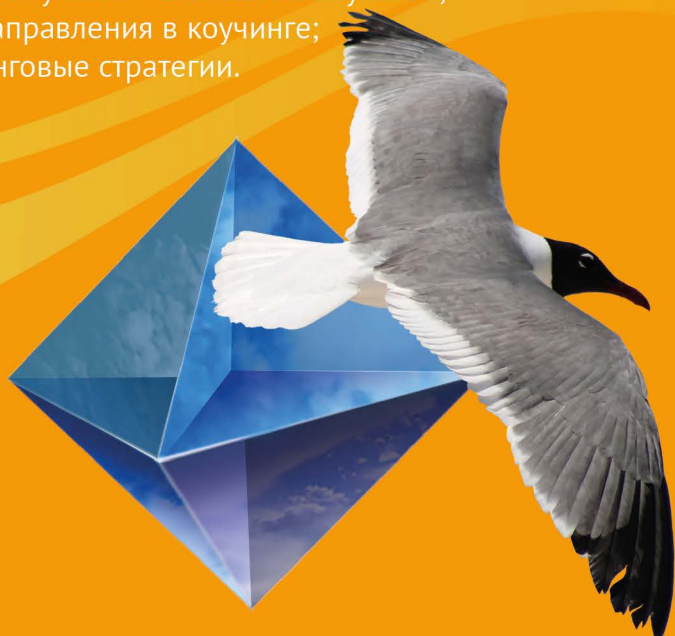
Коуч, сопровождающий лидера, влияет на то, каким образом будет преобразовываться пространство его команды. Люди «выравниваются» от общения с лидером, он в свою очередь «выравнивается» в диалогах с коучем, а задача коуча — позаботиться о собственном ресурсном состоянии. Когда руководитель приходит к коучу побеседовать о себе, подчиненных, коллегах, особенно важно сохранять коуч-позицию. ▶

Как расширять важные для коуча компетенции?



КоучПрофи Клуб

- Секреты коучей-практиков с мировым именем;
- дополнительный инструментарий в работе;
- возможности для PR и развития практики;
- глубокое изучение технологий коучинга;
- новые направления в коучинге;
- маркетинговые стратегии.



Записаться в клуб
edu.prosto-coach.ru/coachklubnow

prosto-coach.ru



Люди «выравниваются» от общения с лидером, лидер «выравнивается» в диалогах с коучем, а задача коуча — позаботиться о собственном ресурсном состоянии



Фото: depositphotos.com

Речь идет не о юридической ответственности, а о глубинной этике. С одной стороны, руководителю в эпоху турбулентности необходимо твердой рукой перевести свою команду из точки А в точку Б, но, с другой стороны, не менее важно сохранить человечность. Коуч в работе с лидером должен проявлять сильное партнерство, четко обозначая границы собственной компетентности и ответственности.

В конце хотелось бы обратиться к моим коллегам-коучам. Возможно, вы в это не верите или пока не замечаете, но пришло ваше время. В первые месяцы пандемии огромную работу проделали психологи, которые помогали людям справляться с тревогой и неопределенностью. А сейчас

именно вам необходимо выйти на первый план, чтобы люди могли с вашей помощью нарисовать богатую, многогранную, крутую картину своей новой жизни. ☺

Анна Лебедева



Директор Международного Эриксоновского Университета коучинга, MCC ICF, executive-коуч

✉ ALebedeva@erickson.ru

🔗 <https://erickson.ru/>