

ceExcellence

nå din fulla potential

Översiktsmodell för coaching

Utvecklingshjulet är en översiktsmodell som beskriver de tre huvudfaserna som den coachade går igenom. Dessa huvudfaser kan i sin tur delas upp i underprocesser: (S. Gjerde)

A. Utforskning

- 1, medvetandegörande,
- 2, insikt
- 3, önskemål och motivation

Syftar till att medvetandegöra och tydliggöra insikter om individens förhållande, önskemål och motivation till förändring och/eller utveckling.

B. Igångsättning

- 4, val
- 5, mål
- 6, handling och övning

Syftar till att öka ansvars känslan genom medvetna val och handling som baseras på väldefinierade delmål.

ceExcellence

nå din fulla potential

C. Uthållighet

7, reflektion och lärande

8, fokus

9, stöd

Syftar till att stötta individen att bibehålla sitt fokus på väg till målet, särskilt vid inre och yttre påverkan.

Se nedan för bild av utvecklingshjulet.

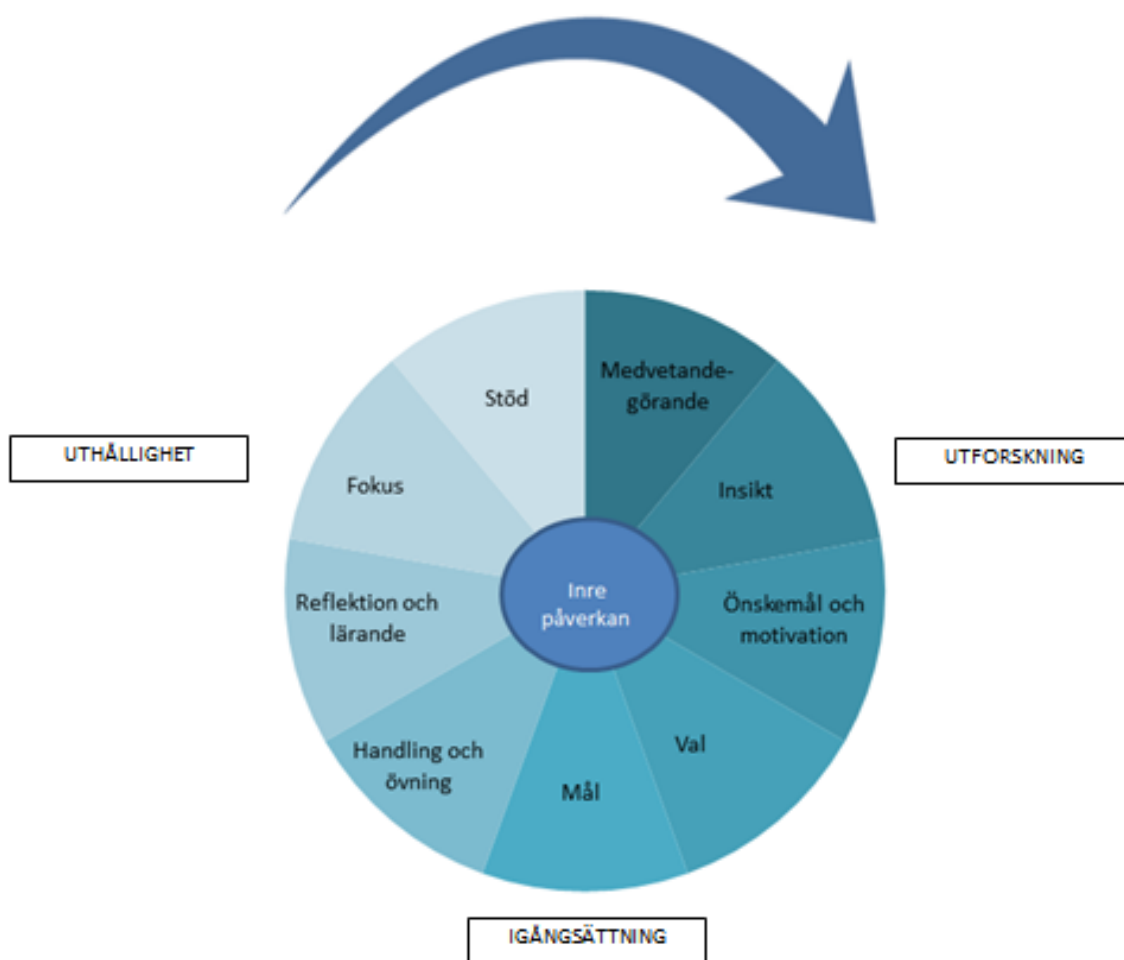
Reflektionsfrågor:

- Hur använder du coaching i din yrkesroll?
- På vilket sätt arbetar du strukturerat och tydligt?
- Vad kan utvecklas?

ceExcellence

nå din fulla potential

UTVECKLINGHJULET



Yttre påverkan