

מסגוליות המאמן - Coach Competencies

א. אתיקה

1. האימון נעשה במסגרת חוקי המדינה.
2. הייתה הבדלה מטיפול. הימנעות מ"קניית בעיות".
3. הייתה הבדלה מייעוץ. הימנעות ממתן עצות ופתרונות ע"י המאמן.
4. התנהלות אתית לפי הקוד האתי של לשכת המאמנים

ב. ההסכם האימוני.

1. זיהוי והגדרת נושא התהליך האימוני ושיחת האימון. הגדרת מטרה ומיקוד.
2. התנהלות בהתאם להסכם – ברית האימון. המאמן מקפיד על גבולות ותפקידים של מאמן ומתאמן.

ג. סביבה ומערכת יחסים (relationship).

1. יצירת סביבה בטוחה ותומכת. אכפתיות, אמפטיה, קבלת ערכים ואמונות של המתאמן. בקשת רשות לאתגר. הצטרפות למתאמן (רפור, שיקוף, קצב נשימה, אנרגיה קול).
2. נוכחות אימונית. לרקוד עם הרגע. להעז. סקרנות, קבלה, מיקוד, אמפטיה, הומור, אתגור.
3. שימוש בגישה של פתיחות, גמישות ובטחון עצמי.
4. שמירה על גבולות בין המאמן למתאמן.

ד. הקשבה ושיקוף

1. הקשבה
2. תמיכה בביטוי עצמי של המתאמן
3. שיקוף

ה. תקשורת אפקטיבית

1. שאילת שאלות
2. תקשורת ישירה
3. שימוש בשפה בעלת השפעה מקדמת

ו. העצמת המתאמן

1. זיהוי חוזקת אישיות ולמידה מהתנסויות
2. הוקרה, עידוד וראיית המתאמן בגדולתו
3. יכולת לסמוך על המתאמן

ז. יצירת מודעות

1. הרחבת מודעות
2. אינטגרציה
3. חקירת הבדלים, פערים והשלכות
4. הסתכלות על התמונה הרחבה

ח. מכוונות לתוצאות

1. תכנון והצבת מטרות
2. הנעה לפעולה
3. בניית סביבה תומכת שינוי
4. ביצוע בקרה

ט. סיום האימון

1. סיכום
2. משוב

שינוי - האם המתאמן רוצה? מסוגל? מוכן?