

Notera att det kommer genomföras en revision av denna översättning under hösten 2020. Du som laddar ner och sparar denna version behöver således ta eget ansvar att säkerställa att du har den senaste versionen.

ICF Kärnkompetenser

Efter en rigorös, 24 månader lång analys av hur coaching utövas så presenterar International Coach Federation en uppdatering av ICF:s kärnkompetensmodell för coaching. Denna kompetensmodell baseras på material som samlats in från fler än 1300 coacher över hela världen, både medlemmar i ICF och icke-medlemmar, som representerar en bred uppsättning coachfilosofier, utbildningsbakgrunder, coachstilar och erfarenhetsnivåer. Detta storskaliga forskningsprojekt bekräftade att mycket av det som beskrivs i den befintliga kärnkompetensmodellen för coaching – som togs fram för nästan 25 år sedan – fortfarande är av avgörande betydelse för coaching idag. Vissa nya element och teman som kom fram i undersökningen har integrerats i modellen. Bland dessa finns en stark betoning av etiskt uppträdande och konfidentialitet, vikten av ett coachande förhållningssätt och fortlöpande självreflektion, de avgörande skillnaderna mellan olika nivåer av coachöverenskommelser, den avgörande betydelsen av partnerskap mellan coach och klient samt vikten av kulturell, systemisk och kontextuell medvetenhet. Dessa grundläggande delar, tillsammans med nya framväxande teman, beskriver de viktigaste beståndsdelarna i utövandet av coaching idag och kommer att fungera som starkare och mer heltäckande coachstandarder för framtiden.

A. Grunden

1. Agerar etiskt

Definition: Förstår coachetik och -normer och tillämpar dem konsekvent.

- 1.1 Visar personlig integritet och ärlighet i kontakter med klienter, sponsorer och relevanta intressenter.
- 1.2 Är uppmärksam på klienters identitet, miljö, erfarenheter, värderingar och övertygelser.
- 1.3 Använder språk som är lämpligt och respektfullt med klienter, sponsorer och relevanta intressenter.
- 1.4 Följer ICF:s Etiska Kod och verkar i enlighet med Kärnvärderingarna.
- 1.5 Hanterar klientinformation konfidentiellt i enlighet med ingångna överenskommelser med intressenter och tillämpliga lagar.
- 1.6 Upprätthåller skillnaderna mellan coaching, konsulting, psykoterapi och andra stödjande yrkesgrupper.
- 1.7 Hänvisar klienter vidare till andra stödjande yrkesutövare, när så är lämpligt.

2. Införlivar ett coachande förhållningssätt

Definition: Utvecklar och upprätthåller ett förhållningssätt som är öppet, nyfiket, flexibelt och klientfokuserat.

- 2.1 Erkänner att klienter är ansvariga för sina val.
- 2.2 Deltar fortlöpande i lärande och utveckling som coach.
- 2.3 Utvecklar en vana att reflektera över sin coaching för att bli en bättre coach.
- 2.4 Förblir medveten om och öppen för hur sammanhang och kultur påverkar en själv och andra.
- 2.5 Använder sin medvetenhet om sig själv och sin intuition för klienters bästa.
- 2.6 Utvecklar och upprätthåller förmågan att hantera sina känslor.
- 2.7 Förbereder sig både mentalt och känslomässigt inför coachtillfällen.
- 2.8 Söker hjälp från externa resurser vid behov.

Notera att det kommer genomföras en revision av denna översättning under hösten 2020. Du som laddar ner och sparar denna version behöver således ta eget ansvar att säkerställa att du har den senaste versionen.

B. Samskapar relationen

3. Upprättar och efterlever avtal och överenskommelser

Definition: Bygger partnerskap med klienten och relevanta intressenter för att skapa tydliga avtal om coachrelationen och om process, plan och mål för coachingen. Formulerar överenskommelser både övergripande för hela coachförloppet och för varje coachtillfälle.

- 3.1 Förklarar vad coaching är och inte är, samt beskriver processen för klienten och relevanta intressenter.
- 3.2 Kommer överens om vad som är och inte är lämpligt i relationen, vad som erbjuds och vad som inte erbjuds samt vilket ansvar som ligger hos klienten och andra relevanta intressenter.
- 3.3 Kommer överens om riktlinjer och specifika parametrar i coachrelationen såsom logistik, avgifter, schemaläggning, varaktighet, avslut, konfidentialitet och andras medverkan.
- 3.4 Bygger partnerskap med klienten och relevanta intressenter för att etablera en övergripande coachplan och formulera mål för coachingen.
- 3.5 Bygger partnerskap med klienten för att avgöra kompatibiliteten mellan klient och coach.
- 3.6 Bygger partnerskap med klienten för att fastställa eller bekräfta vad klienten vill åstadkomma under coachtillfället.
- 3.7 Bygger partnerskap med klienten för att fastställa vad hen anser att hen behöver ta itu med eller lösa, för att uppnå det hen vill åstadkomma under coachtillfället.
- 3.8 Bygger partnerskap med klienten för att definiera eller bekräfta mått på framgång för det klienten vill åstadkomma, såväl under den övergripande coachingen som för det enskilda coachtillfället.
- 3.9 Bygger partnerskap med klienten för att hantera tid och fokus för coachtillfället.
- 3.10 Fortsätter coachingen i riktning mot klientens önskade resultat såvida klienten inte anger något annat.
- 3.11 Bygger partnerskap med klienten för att avsluta coachrelationen på ett sätt som visar respekt för upplevelsen.

4. Utvecklar förtroende och trygghet

Definition: Bygger partnerskap med klienten för att skapa en trygg och stödjande miljö där klienten öppet kan dela med sig. Upprätthåller en ömsesidigt tillitsfull och respektfull relation.

- 4.1 Försöker förstå klienten utifrån klientens sammanhang, vilket kan innefatta klientens identitet, miljö, erfarenheter, värderingar och övertygelser.
- 4.2 Visar respekt för klientens identitet, uppfattningar, stil och språk och anpassar coachingen efter klienten.
- 4.3 Respekterar och bekräftar klientens unika talanger, insikter och arbete i coachprocessen.
- 4.4 Visar stöd, empati och omtanke för klienten.
- 4.5 Bekräftar och stöder klientens uttryck av känslor, uppfattningar, bekymmer, övertygelser och förslag.
- 4.6 Är öppen och transparent som ett sätt att visa sårbarhet och skapa förtroende hos klienten.

Notera att det kommer genomföras en revision av denna översättning under hösten 2020. Du som laddar ner och sparar denna version behöver således ta eget ansvar att säkerställa att du har den senaste versionen.

5. Bibehåller närvaro

Definition: Är helt medveten och närvarande med klienten och använder en stil som är öppen, flexibel, grundad och förtroendeingivande.

- 5.1 Förblir fokuserad, observant, empatisk och responsiv gentemot klienten.
- 5.2 Visar nyfikenhet under coachingen.
- 5.3 Hanterar sina egna känslor för att förbli närvarande med klienten.
- 5.4 Visar tillförsikt i att arbeta med starka känslor hos klienten under coachingen.
- 5.5 Är bekväm med att arbeta i ett tillstånd av att inte veta.
- 5.6 Skapar eller ger utrymme för tystnad, paus eller reflektion.

C. Kommuniera Effektivt

6. Lyssnar aktivt

Definition: Fokuserar på vad klienten säger, och inte säger, för att fullt förstå vad som kommuniceras utifrån klientens system och för att ge stöd åt klienten att uttrycka sig.

- 6.1 Tar hänsyn till klientens sammanhang, identitet, miljö, erfarenheter, värderingar och övertygelser för att fördjupa förståelsen av det klienten kommunicerar.
- 6.2 Speglar eller sammanfattar det klienten kommunicerade för att säkerställa tydlighet och förståelse.
- 6.3 Läger märke till och frågar när det ligger mer bakom det klienten kommunicerar.
- 6.4 Läger märke till, bekräftar och utforskar klientens känslor, energiförändringar, icke-verbala signaler och andra beteenden.
- 6.5 Integrerar klientens ord, tonläge och kroppsspråk för att förstå den fullständiga meningen med det som kommuniceras.
- 6.6 Läger märke till hur klientens beteende och känslor utvecklas mellan coachtillfällena för att urskilja teman och mönster.

7. Väcker Medvetenhet

Definition: Hjälper klienten till insikt och lärande genom att använda verktyg och tekniker som kraftfulla frågor, tystnad, metaforer eller liknelser.

- 7.1 Väger in klientens erfarenhet för att bestämma vad som kan vara mest användbart.
- 7.2 Utmanar klienten som ett sätt att väcka medvetenhet eller insikt.
- 7.3 Ställer frågor om klienten, exempelvis om klientens sätt att tänka, värderingar, behov, önskemål och övertygelser.
- 7.4 Ställer frågor som hjälper klienten att utforska bortom nuvarande tänkande.
- 7.5 Bjuder in klienten till att dela med sig mer av sin upplevelse i stunden.
- 7.6 Läger märke till vad som fungerar för att öka klientens framsteg.

Notera att det kommer genomföras en revision av denna översättning under hösten 2020. Du som laddar ner och sparar denna version behöver således ta eget ansvar att säkerställa att du har den senaste versionen.

7.7 Anpassar coachingen utifrån klientens behov.

7.8 Hjälper klienten att identifiera faktorer som påverkar nuvarande och framtida mönster av beteende, tankar eller känslor.

7.9 Bjuder in klienten till att skapa idéer om hur klienten kan gå framåt och vad klienten vill eller kan göra.

7.10 Stödjer klienten med perspektivförändringar.

7.11 Delar med sig av iakttagelser, insikter och känslor, utan att hålla fast vid att de är det rätta, som har potential att skapa nytt lärande för klienten.

D. Främja lärande och utveckling

8. Faciliterar klientens utveckling

Definition: Bygger partnerskap med klienten för att omvandla lärande och insikter till handlingar. Främjar klientens självständighet i coachprocessen.

8.1 Arbetar med klienten för att integrera ny medvetenhet, insikt och lärande i klientens världsbild och beteenden.

8.2 Bygger partnerskap med klienten för att utforma mål, handlingar och åtgärder för ansvarighet som integrerar och utvecklar nytt lärande.

8.3 Bekräftar och stödjer klientens självständighet i att utforma mål, handlingar och metoder för ansvarighet.

8.4 Stödjer klienten i att beskriva tänkbara resultat eller lärdomar av de överenskomna handlingarna.

8.5 Bjuder in klienten att överväga hur hen går vidare bland annat vad gäller resurser, stöd och eventuella hinder.

8.6 Sammanfattar tillsammans med klienten lärdomar och insikter som uppkommer under eller mellan tillfällena.

8.7 Firar klientens framsteg och framgångar.

8.8 Coachen bygger partnerskap med klienten i att avsluta samtalet.

Översättning av: Søren Holm, Lena Sobel, Susanne Blomberg, Ann Kellheim, Katarina Callaghan, Dennis Larsson, samt extern översättare Bo König.

Vid tveksamheter till denna svenska översättning hänvisar vi till Originaldefinitionen på Engelska

Styrelsen ICF Sverige – 10 februari 2020

*Vid tveksamheter till denna svenska översättning hänvisar vi till Originaldefinitionen på Engelska
Styrelsen ICF Sverige - Februari 2020*