

Opdateret model for ICF kernekompetencer – Oktober 2019

Efter en grundning toårig analyse af coachingpraksis bekendtgør ICF, The International Coaching Federation, nu en opdateret model for ICF kernekompetencer. Denne kompetencemodel er baseret på evidens fra mere end 1300 coaches verden over, både ICF-medlemmer og ikke-medlemmer, som repræsenterer stor diversitet i coachingdiscipliner, uddannelsesbaggrunde, coachingstile og erfaringsniveauer. Dette omfattende initiativ bekræftede, at størstedelen af den eksisterende model for ICF kernekompetencer, som blev udviklet for næsten 25 år siden, fortsat er essentiel for coachingpraksis i dag. Nye elementer og temaer, som opstod i de indsamlede data, er også integreret i modellen. Disse inkluderer en altafgørende vægt på etisk adfærd og tavshedspligt, vigtigheden af et coaching mindset og en vedvarende reflektiv praksis, den væsentlige skelnen mellem diverse niveauer af coachingaftaler, det vigtige samarbejde mellem coach og klient, og vigtigheden af kulturel, systemisk og kontekstuel bevidsthed. Disse grundlæggende komponenter, kombineret med nyopståede temaer, afspejler kerneelementerne af coachingpraksis i dag og vil fungere som stærkere, mere dækkende coachingstandarder for fremtiden.

A. Fundament

1. Demonstrerer etisk praksis

Definition: Forstår og anvender konsekvent coachingetik og standarder for coaching

1. Demonstrerer personlig integritet og ærlighed i interaktioner med klienter, sponsorer og relevante samarbejdspartnere
2. Er sensitiv overfor klientens identitet, miljø, erfaringer, værdier og overbevisninger
3. Bruger sprog som er passende og respektfuldt overfor klienter, sponsorer og relevante samarbejdspartnere.
4. Overholder ICFs etiske regler (Code of Ethics) og opretholder kerneværdierne (Core Values)
5. Overholder tavshedspligt omkring klientinformation ifølge aftaler med samarbejdspartnere og relevante love
6. Skelner mellem coaching, rådgivning, psykoterapi og andre professioner
7. Henviser klienter til andre passende fagpersoner efter behov

2. Besidder et coaching mindset

Definition: Udvikler og opretholder en åben, nysgerrig, fleksibel og klient-fokuseret mentalitet

1. Anerkender at klienter er ansvarlige for deres egne beslutninger
2. Engagerer sig i vedvarende læring og udvikling som coach
3. Udvikler en vedvarende reflektiv praksis for at forbedre egen coaching
4. Forbliver opmærksom på og åben overfor hvordan en selv og andre påvirkes af kontekster og kulturer
5. Bruger bevidsthed om sig selv og intuition til klientens fordel
6. Udvikler og bibeholder evnen til at regulere egne følelser
7. Forbereder sig mentalt og følelsesmæssigt før sessioner
8. Søger hjælp udefra når det er nødvendigt

B. At skabe relationen sammen

3. Etablerer og holder aftaler

Definition: Samarbejder med klienten og relevante partnere om at skabe klare aftaler for coachingforholdet, processen, planer og mål. Etablerer aftaler for det overordnede coachingforløb og for de enkelte coachingsessioner.

1. Forklarer hvad coaching er og ikke er, og beskriver processen for klienten og relevante samarbejdspartnere
2. Når til enighed om hvad der er og ikke er passende i relationen, hvad der bliver og ikke bliver tilbudt, og det ansvar klienten og relevante samarbejdspartnere har
3. Når til enighed om guidelines og specifikke parametre for coachingrelationen såsom logistik, honorar, tidsplan, varighed, afslutning, tavshedspligt og inddragelse af andre
4. Samarbejder med klienten og relevante samarbejdspartnere om at etablere en overordnet coachingplan og mål
5. Samarbejder med klienten om at bedømme om der er et match mellem coach og klient
6. Samarbejder med klienten om at identificere eller genbekræfte hvad han eller hun ønsker at opnå i denne session
7. Samarbejder med klienten om at definere hvad klienten mener skal adresseres eller løses for at gennemføre det som ønskes opnået i sessionen
8. Samarbejder med klienten om at definere eller genbekræfte de succeskriterier klienten har for coachingforløbet eller den enkelte session
9. Samarbejder med klienten om at administrere tiden og fokus for sessionen
10. Fortsætter med at coache hen imod klientens ønskede resultat med mindre klienten indikerer noget andet
11. Samarbejder med klienten om at afslutte coachingrelationen på en måde som anerkender oplevelsen

4. Skaber tillid og sikkerhed

Definition: Samarbejder med klienten om at skabe et sikkert, støttende miljø som giver klienten mulighed for at dele frit. Opretholder en relation med gensidig respekt og tillid.

1. Forsøger at forstå klienten i klientens kontekst, hvilket kan inkludere identitet, miljø, erfaringer, værdier og overbevisninger
2. Viser respekt for klientens identitet, opfattelser, stil og sprog, og tilpasser sin coaching til klienten
3. Anerkender og respekterer klientens unikke talenter, indsigter og arbejde i coachingprocessen
4. Støtter og viser empati og interesse for klienten
5. Anerkender og støtter klientens udtryk for følelser, opfattelser, interesser, overbevisninger og forslag
6. Demonstrerer åbenhed og transparens for at vise sårbarhed og opbygge gensidig tillid med klienten

5. Opretholder nærvær

Definition: Er fuldt ud bevidst og til stede med klienten, og anvender en stil som er åben, fleksibel, jordnær og selvsikker

1. Forbliver fokuseret, observerende, empatisk og lydhør overfor klienten
2. Viser nysgerrighed i coachingprocessen
3. Administrerer egne følelser for at forblive tilstedeværende med klienten
4. Viser selvsikkerhed i at arbejde med store følelser hos klienten i løbet af coachingprocessen
5. Er tilpas i at arbejde med ikke-at-vid
6. Skaber eller tillader plads til stilhed, pause eller refleksion

C. Effektiv kommunikation

6. Aktiv lytning

Definition: Fokuserer på hvad klienten siger og ikke siger, for fuldt ud at kunne forstå hvad der bliver kommunikeret i konteksten af klientens systemer og for at støtte klientens selvudfoldelse

1. Overvejer klientens kontekst, identitet, miljø, erfaringer, værdier og overbevisninger for at opnå en større forståelse for det, klienten kommunikerer
2. Reflekterer eller opsummerer hvad klienten kommunikerer for at sikre klarhed og forståelse
3. Anerkender og spørger ind når der er mere i det, klienten kommunikerer
4. Lægger mærke til, anerkender og udforsker klientens følelser, energiskift, non-verbale signaler og anden adfærd
5. Integrerer klientens ord, toneleje og kropssprog for at afgøre hele meningen af det, som kommunikeres
6. Lægger mærke til tendenser i klientens adfærd og følelser fra session til session for at opdage temaer og mønstre

7. Fremkalder bevidsthed

Definition: Faciliterer indsigter og læring hos klienten gennem teknikker som kraftfulde spørgsmål, stilhed, metaforer og analogier

1. Overvejer klientens oplevelse i beslutninger om hvad som kan være mest brugbart
2. Udfordrer klienten for at formidle bevidsthed eller indsigt
3. Stiller spørgsmål til klienten, for eksempel om klientens tænkemåder, værdier, behov, ønsker og overbevisninger
4. Stiller spørgsmål der hjælper klienten med at udforske videre end nuværende tænkning
5. Inviterer klienten til at dele mere omkring klientens oplevelse i øjeblikket
6. Lægger mærke til hvad der virker for at forstærke klientens fremskridt
7. Justerer coachingtilgangen som svar på klientens behov
8. Hjælper klienten med at identificere faktorer som kan påvirke nuværende og fremtidige mønstre af adfærd, tanker og følelser
9. Inviterer klienten til at generere ideer om hvordan klienten kan bevæge sig fremad og hvad klienten er villig og i stand til at gøre
10. Støtter klienten i at reframe perspektiver
11. Deler observationer, indsigter og følelser, som har potentiale til at skabe ny læring for klienten, uden at holde fast i dem

D. At kultivere læring og udvikling (vækst)

8. Faciliterer klientens udvikling (vækst)

Definition: Samarbejder med klienten om at transformere læring og indsigt til handling. Fremmer klientautonomi i coachingprocessen.

1. Arbejder med klienten for at integrere ny bevidsthed, indsigter eller læring i klientens verdensbillede og adfærd
2. Samarbejder med klienten om at designe mål, handlinger og succeskriterier som integrerer og udvider ny læring
3. Anerkender og støtter klientens autonomi i design af mål, handlinger og succeskriterier
4. Støtter klienten i at identificere potentielle resultater eller læring fra identificerede action steps/handlingsskridt/konkrete skridt fremad
5. Inviterer klienten til at overveje hvordan han eller hun kan bevæge sig fremad, inklusive hvilke ressourcer, støtte og potentielle barrierer der måtte være
6. Samarbejder med klienten om at opsummere læring og indsigt i eller mellem sessioner
7. Fejrer klientens fremskridt og succeser
8. Samarbejder med klienten om at afslutte sessionen