



# Individuell coachning i grupp

Utnyttja din potential och våga växa!

Individuell utveckling och lärande med utgångspunkt från deltagarens och arbetsplatsens mål. Utveckling av personligt ledarskap och självstyrt lärande.

**COACHTEAMET**

2010-11-04



## Individuell coachning i grupp

Utnyttja din potential och våga växa!

I moderna företag är kompetens något som alltid måste förnyas. Idag accepterar vi att utbildning och lärande är en livslång process och kompetensutveckling är en viktig strategi för att nå uppsatta affärs mål. Livslångt lärande handlar i stor utsträckning om ett självstyrt lärande som individen tar eget ansvar för.

### Målgrupp

Ledare och medarbetare i företag eller organisationer. Inga förkunskaper krävs. Din personliga utveckling står i fokus under hela programmet.

### Upplägg och innehåll

Programmet är uppbyggt på individuell coachning i grupp vilket innebär att varje deltagare genomför en egen utvecklingsresa i en grupp om 6-8 deltagare där varje deltagare strävar mot ett gemensamt mål: Att ta ansvar för sin personliga och yrkesmässiga utveckling.

Samtliga deltagare formulerar ett skriftligt lärkontrakt som innehåller personliga lärmål, personliga och arbets-/karriärrelaterade. Lärkontraktet sträcker sig minst ett år framåt.

Programmet är uppbyggt på tre grundfrågor: Var har jag varit? Var är jag nu? Vart är jag på väg?

Gruppen träffas vid 7 tillfällen under 6-8 månader för att tillsammans gå igenom olika delar. Varje träff är ca 6 timmar. Mötena har en fast ram med återkommande inslag i form av incheckning, revidering av lärkontrakt, utcheckning och specifika önskemål utifrån respektive deltagares behov. Mellan träffarna arbetar deltagaren med sin egen utvecklingsplan/lärkontrakt.

Deltagarna ordnar ofta själva mötesplatser och väljer en för gruppen lämplig standard. Mötena förläggs ofta till respektive deltagares arbetsort för att på så sätt få möjlighet att lära känna varandras arbetsplatser. Coachens roll: Hålla i ramarna och strukturen. Bidra med teorier, modeller och arbetsmetodik.

### Coacher

Märtha Johansson Lange, pedagog & ICF Coach  
Annica Möcander, civilekonom & ICF Coach

Mer information om oss hittar du på våra hemsidor.

Kan även ges som företagsinternt program eller med inriktning för chefer/ledare.

*Förener individuell coachning med gruppens möjligheter till feedback, erfarenhetsutbyte och praktisk träning. Du blir coachad av de andra i gruppen på samma gång som du själv får tillfälle att träna och coacha andra deltagare.*

**Annica Möcander**  
**P & B Coaching**  
0730-69 79 11  
annica@peoplebusiness.se  
www.peoplebusiness.se

**Märtha Johansson Lange**  
**MADETCO**  
070-994 70 36  
martha@madetco.se  
www.madetco.se