

UŽ KĄ IR KODĖL TAIP NEMYLIME KOUČINGO SPECIALISTŲ?

Dr. Aistė Dromantaitė

Neseniai, gegužės 8 d. įvyko susitikimas su įvairiais psichologijos krypties specialistais LEU surengtame Lietuvos psichologų kongrese “Ieškoti. Atrasti. Dalintis” Vilniuje. Į jį buvome pakviesti trys koučingo specialistai, kad dalyvautume diskusijoje apie koučingo mitus ir tiesas. Tad tikėjau, jog šis susitikimas išties sudrebins ir išsklaidys mitus, jog koučingas nėra dar viena pardavimų afera, o turi savo mokslinį pamatą ir šaknis, taisykles, etikos kodeksą bei visa kita, kas daro jį rimta profesija ar bent jau apibrėžia kaip pakankamai profesionalią paslaugą.

Deja, taip nutiko, kad dėl renginio organizatorių planų renginys buvo atkeltas diena anksčiau ir kadangi jau buvome susiplanavę savo reikalus kiek kitaip, atstovauti koučingo srities teko man vienai kartu su diskusijos vedančiuoju psichologu Antanu Mockumi. Tad vietoj didžiojo drebėjimo beliko tikėtis, kad mano išsakytos mintys ir argumentai bent kiek prasklaidys miglos debesėlį ir leis kiek įmanoma artimiau supažindinti su koučingu.

Taigi kaip sekėsi?

Prieš diskusiją su Antanu persimetėme keletu sakinių, kad galimas daiktas, dalyvių neturėtų būti itin gausu, nes paraleliai tuo pat metu vyko kitos įdomios diskusijos. Tad tikėjomės gan lengvo pokalbio, nors jo vis tiek baiminausi suprasdama, kad apie koučingą kolegų psichologų nuomonė nėra itin palanki. Ir buvau teisi.

Tad pirmiausia nustebome, nes susirinko nemažai dalyvių – apie 20. Užvirė gan nuožmi ir momentais daugiau vienpusė ataka dėl koučingo, į kurią mėginau atsimušti įvairiais argumentais. Žinoma, permąstydamą pokalbį dabar pagalvoju, kad tam tikrais momentais pamiršau įvardinti dar konkretesnius faktus, kurie būtų leidę dar labiau sustiprinti koučingo poziciją, tačiau jaudulys, nerimas ir išankstinės nuostatos darė savo. Taigi buvo karšta ir norėjosi gal būt ne tokio puolimo, o labiau abipusio pokalbio, tačiau kai kurios išsakytos kolegų psichologų mintys ir pastebėjimai išties verčia pergaltoti, kodėl egzistuoja toks daugiau neigiamas arba momentais neutralus požiūris į koučingą.

Tad šio teksto tikslas – išdėstyti kelis pagrindinius argumentus, kurie buvo išsakyti tos diskusijos metu ir už ką koučingo sritis yra taip puolama psichologijos specialistų bei pateikti keletą argumentų, kaip, mano supratimu, galėtume kurti bent kiek teigiamą požiūrį į jį savo profesionalia veikla.

KOUČINGO SAMPRATA, IŠTAKOS IR PANAŠUMAI/SKIRTUMAI SU PSICHOLOGIJOS MOKSLU

Pirmiausia, mes, koučingo specialistai blaškomės dėl vieningo koučingo apibrėžimo. Diskusijos metu taip pat buvo užklausta, ką vadiname koučingu. Aš asmeniškai tai įvardinau tai kaip tikslinį pokalbį tarp dviejų žmonių – specialisto ir kliento, kur pasitelkiant įvairius klausimus pastarasis pasiekia tam tikrų tikslų (pavyzdžiui, iš taško A pasiekti tašką B). Taip, galime kalbėti ir apie kliento potencialo išlaisvinimą, ir apie jo atsakomybės skatinimą, ir apie teigiamų rezultatų siekį, tačiau, manau, tuo ir dar kitais papildomais

žodžiais pagrindinę sąvoką kiekvienas papildome pagal savo mąstymą, perskaitytas knygas ir mokymus bei jų filosofiją. Todėl manau, kad pirmiausia reiktų sutarti dėl trumpo, aiškaus ir visiems suprantamo apibrėžimo, kuris nekeltų papildomų klausimų ir leistų kitiems specialistams suprasti, kas yra koučingas.

Deja, iš vienos pusės toks apibrėžimas suteikė aiškumo, kad koučingas skiriasi nuo psichoterapijos, tačiau kita vertus, jis "atsimuša" į psichologinę konsultaciją ir diskusijos metu nuolat kilo klausimas, o koks gi skirtumas nuo jos?

Nesu profesionali kalbėti apie psichologinį konsultavimą, todėl nenorėčiau užsiimti interpretacijomis, todėl kalbėsiu iš koučingo srities pusės. Tad koučingas tinkamas ir dažniausiai siūlomas taikyti organizacijose tuomet, kai, pavyzdžiui, išklausėte mokymų programą ir norite įtvirtinti įgūdžius praktiškai, dirbate prie naujo projekto, rengiatės keisti darbo sritį, vadovas suteikė grįžtamąjį ryšį arba tikėtės jo, reikia keisti komandą ir įgyvendinti naujas užduotis, plečiasi jūsų vaidmuo ir funkcijos organizacijoje, esate karjeros kryžkelėje, stokojate motyvacijos imtis naujų darbų ir panašiose situacijose. Žinoma, tokiose situacijose gali pagelbėti konsultantas ar patyręs kolega, tačiau ne vienas mokslinis koučingo tyrimas rodo, kad šiems klausimams spręsti koučingas išties teikia efektyvių rezultatų. Jei darbuotojas jaučiasi prastai, jį kamuoja stresas, jis patiria gilesnius išgyvenimus ir pan., žinoma, tuomet geriau pagelbėtų psichologinis konsultavimas ar psichologo pagalba. Dr. Pat Raskin (2013) teigia, kad yra labai nemažai sąlyčio taškų, kur susikerta psichologinis konsultavimas ir koučingas¹. H. Brunning (2006) teigia, jog bet koks koučingas pirmiausia yra psichologinės pastangos (p. 22)². J. P. Schuster (2014) teigia, kad tam tikros koučingo sritys yra gan arti psichoterapijos ir konsultavimo³. Esu rašiusi, jog koučingui susiformuoti įtakos turėjo toki pagrindiniai veiksniai, kaip:

- organizacijų plėtros sistemos ir perspektyvos, veiklos planai, įvertinimo tyrimai, organizacijos kontekstas ir procesų konsultavimas, klinikinė psichologija – modeliai ir teorijos, mąstymo ir elgesio keitimas ne klinikiniam atvejams, į klientą orientuota terapija, sprendimų priėmimo teorijos, *Geštalt* terapija;
- verslo ir vadovavimo plėtros modeliai, karjeros konsultavimas, verslo specialisto, vadybininko gyvenimo ir veiklos planavimas;
- scenos meno rūšys ir technikos, įskaitant atidų klausymąsi, buvimo „čia ir dabar“ principus, ego atsisakymo, buvimą dabartyje;
- ir – filosofija – kūno ir dvasios sąryšio pabrėžimas, dvasingumo išaukštinimas, ypač XX a. pabaigoje– XXI a. pr., kalbos prasmė ir jos tikslas (pvz., NLP technologijų atsiradimas ir pan.), 12 žingsnių programos ir pan.⁴.

Tad koučingas iš psichologijos yra pasiėmęs išties nemažai, todėl galimas daiktas apie psichologiją ir

¹ Dr. Pat Raskin, therapist, retired from Teacher's College, Columbia Univ., faculty for the Columbia University Coach Certification Program. Interneto prieiga: www.EvocateurBlog.com.

² Brunning, H. (2006). *Executive Coaching: Systems Psychodynamic Perspective*. Karnac Books Ltd.: London, England. Interneto prieiga: www.EvocateurBlog.com

³ Schuster, J. P. (2014). *Therapy, Depth Psychology and Executive Coaching: where and how do they meet?* Interneto prieiga: www.EvocateurBlog.com

⁴ A. Dromantaitė, A. *Naujas požiūris į vadovavimą: koučingo taikymo praktika Lietuvos organizacijose.* // Dromantaitė, A., Raišienė, A. G., Vanagas, R. ir kt. *Veiksmingos vadybos gairės: teorinės įžvalgos ir Lietuvos organizacijų atvejai*, 2014.

koučingą lengviau kalbėti per jų skirtumus, o ne panašumus, kurių išties yra itin daug. P. Williams'as ir D. Davis⁵ rašo, kad klasikinė terapija yra pagrįsta gydytojo ir kliento, eksperto ir kliento santykiu; kliento, turinčio tam tikrą neurotiškumą ar itin sergančio, izoliuoto ar pasižyminčio didybės manija. "Egzistuoja tam tikros vaikystės žaizdos, atsineštos į paauglystę ar dar vėliau jau suaugus ir jos būdingos tokiems klientams. Jiems būdingas tam tikras elgesys, pojūčiai, mintys; jie pasižymi tam tikrais sutrikimais, ir kuriems tik psichologijos krypties specialistas gali padėti". Anot šių autorių, ankstyvosios psichologijos specialistai dėjo visas pastangas, jog būtų vertinami kaip mokslininkai, o ne filosofai, todėl jie siekė gydyti šizofreniją, nerimą, neurozę ar kitokią smegenų disfunkciją. Šiandien dienai psichiatrai teikia medicininį gydymą, o terapija, tokia, kokia ji buvo anksčiau, buvo palikta terapeutams, psichologams ir konsultantams (Harris, 2011)⁶. Skirtingai nuo psichologijos krypties specialistų, koučingo specialistai nedirba su psichozėmis ar vaikystės traumomis. Jiems svarbu būti lygiaverčiais partneriais siekiant lyderystės iššūkių, pokyčių gyvenime ar profesiniame kelyje. Kaip teigia psichoterapeutė U. Beck (2012), klientas į psichologą kreipiasi sakdamas, pavyzdžiui, „gyvenimas skaudina, padėk man, kad aš jausčiausi gerai; padėk man susitvarkyti su savo gyvenimu, kuris tapo per sunkus; aš noriu pažinti save geriau“ ir pan. (p. 21)⁷. Kreipdamasis į koučingo specialistą klientas sako: „Padėk man, nes negaliu susitvarkyti su konkrečiomis situacijomis, jausmais / viršininku / naujais pardavimų tikslais / moterimis / vyrais / savimi / kolegomis“ ir pan. Tai, anot U. Beck, yra esminis skirtumas, nes jis apibrėžia skirtingas darbo kryptis.

J. P. Schuster (2014) išskiria dar kelias bendras darbo sritis, kuriose gali būti teikiama koučingo, o kur terapeuto pagalba (žr. 1 lentelę).

1 lentelė. Koučingo ir terapijos darbo sritys

Turinys	Terapija	Koučingas	Pastabos
Pyktis	Taip, net labai, gali reikėti vaistų	Taip, tačiau priklausomai nuo specialisto lygio	Koučingo srityje tai gali būti resursas augti
Ilgalaikė skriauda, vaikystės traumas, įvykiai, identifikuoti paties kliento	Taip, itin svarbu	Retai, nebent tai, kas susiję su darbo santykiais	Koučingo specialistas ir terapeutas kartais gali dirbti su tuo pačiu klientu
Haliucinacijos ir manija	Taip	Ne	Lengviausias apibrėžti
Gyvenimo prasmė	Taip, ypač jungiškiosios krypties specialistai	Taip, jei tai yra į tikslus orientuotas koučingas	Koučingo specialistai dažnai į tai gilinasi, terapeutai – ne visi
Karjera, jos reikšmė, geriausio darbo paieškos	Taip	Taip, labai dažnai	Koučingo specialistai gali tai spręsti ir organizacijos rėmuose
Emocinis intelektas, intymumas	Taip, tik skirtingais metodais	Taip, tačiau daugiau akcentuojant darbo sritį	Labai artima abiems sritims
Lyderystės pokyčiai	Ne	Taip	Kets de Vries INSEAD metodas ir kt.,

⁵ Williams, P. and Davis, D. (2002). Therapist as Life Coach. New York, NY: W.W. Norton & Company. Interneto prieiga: www.EvocateurBlog.com

⁶ Harris, G. (March 5, 2011). Talk Doesn't Pay, So Psychiatry Turns Instead to Drug Therapy, New York Times. Interneto prieiga: www.EvocateurBlog.com

⁷ Beck, U. (2012). Psychodynamic Coaching Focus & Depth. Karnac Books Ltd.: London, England. Interneto prieiga: www.EvocateurBlog.com

			psichologinė terapija kaip išimtis
Pasitikėjimas, savigarba, drovumas	Taip	Taip, kiek tai leidžia veikti	Koučingo specialistai tai vadina intravertiškumu ir pasitelkia jį sprendžiant klausimus

Šaltinis: Schuster, J. Therapy, Depth Psychology and Executive Coaching: where and how do they meet? www.EvocateurBlog.com

J. P. Schuster (2014) skirtumus bei panašumus tarp terapijos ir koučingo iliustruoja pavyzdžiu, kad, anot psichologo, lyderiai yra tokie patys žmonės, kaip mes visi ir nei vienas negalime pabėgti nuo savo vaikystės traumų. „Mes visi esame daugiau ar mažiau traumuoti ir esame nesąmoningai užprogramuoti tam tikriems veiksams ar elgesiui“⁸. Anot koučingo specialisto, nėra idealių lyderių. „Visi turime akly zonų ir jos gali leisti pagerinti daugelį dalykų, tuo pačiu ir emocinį intelektą“. Taigi J. P. Schuster nuomone, ir psichologas, ir koučas mato tuos pačius dalykus, jie abu teisūs ir savaip suteikia naudos klientui. Taigi jie turi tą patį plaktuką, tik skiriasi jų kalimo stilius bei tikslas. Tam iliustruoti itin tinka vienos diskusijos dalyvės paminėtas pavyzdys, jog Islandijoje, kurioje ji gyvena 8-erius metus, koučingo specialistus samdo organizacijos konkrečioms problemoms spręsti, nes jie, pasirodo, yra pigesni nei psichologai ir labiau specializuotai padeda spręsti organizacinius klausimus. Jos organizacijoje, kurioje ji dirbo, darbuotojas susirgo vėžiu ir ėmė agresyviai elgtis kitų kolegų atžvilgiu. Tad jam padėti spręsti asmeninius klausimus buvo pasamdyti psichologai, o organizacinius ir darbinius klausimus – koučingo specialistas.

ORGANIZACIJOS IR KOUČINGAS

Kad organizacijoms itin paranku samdytis išorinius ar turėti vidinius koučingo specialistus parodė ir 2013 m. atliktas koučingo tyrimas Lietuvoje⁹. Šio tyrimo duomenimis, kuriame dalyvavo 10 ekspertų, nustatyta, jog koučingas Lietuvoje labiausiai taikomas organizacijose įvairiais lygmenimis sprendžiant grupių, komandų, personalo valdymo, laiko ir darbų planavimo bei struktūravimo, darbuotojų produktyvumo, motyvacijos ir apskritai efektyvesnio žmonių išteklių valdymo proceso ir pan. klausimus. Dažniausiai į koučingo specialistus kreipiasi įvairių grandžių vadovai ir darbuotojai, privatūs smulkaus verslo atstovai, sprendžiantys asmeninius klausimus, švietimo srities atstovai, nagrinėjantys karjeros ir gyvenimo galimybių klausimus bei 23–45 m. amžiaus moterys. Taip pat jis taikomas sprendžiant moksleivių ir studentų (ir ne tik) profesinius karjeros pasirinkimo klausimus bei asmeninėse konsultacijose¹⁰. Atskira tyrimų sritis gilinasi į koučingo pritaikomumą organizacijose ir pateikia įvairius įrodymais grįstus (ang. *evidence based*) tyrimus. Tam išleista net atskira Diane R. Stober ir Anthony M. Grant knyga „Evidence Based Coaching Handbook: Putting Best Practices to Work for Your Clients“ (2006, Wiley). Lietuvoje yra galimybė rasti itin profesionalių autorių Sylviane Cannio ir Viviane Launer knygą „Coaching Excellence. Best Practices in Business Coaching“ (2011, LID Publishing Ltd.). Tai, žinoma,

⁸ Schuster, J. P. (2014). Therapy, Depth Psychology and Executive Coaching: where and how do they meet? Interneto prieiga: www.EvocateurBlog.com

⁹ A. Dromantaitė, A. Naujas požiūris į vadovavimą: koučingo taikymo praktika Lietuvos organizacijose. // Dromantaitė, A., Raišienė, A. G., Vanagas, R. ir kt. Veiksmingos vadybos gairės: teorinės įžvalgos ir Lietuvos organizacijų atvejai“, 2014.

¹⁰ A. Dromantaitė, A. Naujas požiūris į vadovavimą: koučingo taikymo praktika Lietuvos organizacijose. // Dromantaitė, A., Raišienė, A. G., Vanagas, R. ir kt. Veiksmingos vadybos gairės: teorinės įžvalgos ir Lietuvos organizacijų atvejai“, 2014.

ne vieninteliai šaltiniai apie koučingo pagrįstą taikymą ir daugiau jų galima atrasti beiieškant įvairiose duomenų bazėse ar paieškos tinklapiuose.

KO SIEKIA SKEPTIKAI?

Žinoma, tokios ir panašios sąsajos su psichologija diskusijos metu vis viena kėlė nemažai sumaišties. Jei teisingai perfrazuosiu, vieno diskusijos dalyvio nuomone, koučingas plagijuoja psichoterapijos žinias ir neva pateikia jas kaip savo, t.y. koučingo specialistas paima keletą principų, technikų ir naudoja jas nepakankamai įsigilinęs, t.y. šarlataniškai. Anot jo, gal tuomet geriau tokiam specialistui save įvardinti kaip kognityvinės elgesio teorijos terapeutu, ne vienus metus mokęsis psichoterapijos nei koučingo specialistu?

Tad taip, kaip minėta anksčiau, koučingas skolinasi, bet tikrai neplagijuoja psichologijos mokslo žinias ir neįsivadina jas kaip autentiškas, savas ir atrastas koučingo mokslas. Pasvarstykime, kiek grynų mokslo sričių yra, kurios neperkopijuotų, nesiskolintų, neperdėliotų sau atitinkamai ir neanalizuotų kitų mokslo sričių žinių savo tikslams? Pvz., fenomenologija – taip, ją puikiai išnaudoja psichoanalizė, tačiau ja taip pat naudojasi semiotikai, literatūrologijos specialistai analizuodami literatūros tekstus. Ar galima tuomet literatūros kritiką vadinti šarlatanais, kad jie skolinasi Huserlio ar Heidegerio mintis analizei? Arba filosofija – kiek jos postulatų yra perėmusi ta pati psichologija, istorija ir kitos panašios mokslo sritys? Arba istorija – ar ji nesiskolina antropologijos, socialinės psichologijos žinių? Vadyba iš ekonomikos? Andragogika iš pedagogikos, filosofijos, psichologijos? Ir t.t. Kapstyti galime giliai, bet ar tikrai to reikia? Kyla klausimas, koks tokios diskusijos tikslas? “Suvaryti” į miltus koučingą? Jį sumenkinti iškeliant psichologijos mokslus? Todėl atsiremdama į anksčiau išsakytus argumentus ir sąsajas tarp psichologijos ir koučingo tik pabrėšiu, jog koučingas neplagijuoja psichoterapijos mokslo ir nesisavina jos metodų neįvardindama ištakų. Psichologijos mokslas yra vienas iš daugelio teorinių pagrindų ir atspirties taškų formuoti koučingui kaip ir bet kuri kita mokslo sritis. Tokia mokslo evoliucija ir raida.

KOUČINGAS - ŠARLATANŲ ĮRANKIS?

Kitas dalykas, kuris taip pat itin aštriai buvo pabrėžtas diskusijos metu – tai šarlatanizmas. Taip, jo dabar esama nemažai ir yra tokių koučingo specialistų (kaip, beje, ir psichologų;), kurie pasivadina specialistais perskaitę tam tikras knygas ar pasimokę abejotinos vertės kursuose. Tai išties opi problema. Diskusijos metu viena psichologė minėjo tokį atvejį, jog į ją kreipėsi klientė po koučingo sesijų pas specialistą ar specialistę, kuri/is pirmiau sugriauna asmenybę, pasitikėjimą savimi, „išmuša“ pagrindą iš po kojų, o paskui kitomis sesijomis iš naujo jį konstruoja. Deja, atvejis, kaip leido suprasti, buvo išties sunkus ir sukėlė didelę pasipiktinimo bangą auditorijoje.

Taip, turime pripažinti, kad, deja, bet tokių atvejų yra ir ne vienas, kai koučingo specialistai užsižaidžia su rimtomis problemomis užuot paleidę klientą pas kitus specialistus arba gydos savo traumas klientų sąskaita. Ir tiesa ta, kad kaip koučingo specialistai išties neturime jokio mūsų profesinę atsakomybę ir teises apibrėžiančio dokumento, išskyrus Tarptautines kompetencijas ir Etikos kodeksą. Todėl išsakyta pastaba galėtų leisti specialistų rate, o tuo pačiu ir ICF'o rėmuose apsvarstyti šį klausimą, nes galimas daiktas, tai leisti rimčiau traktuoti ir koučingo specialistus bei požiūrį į profesionalų darbą. Tačiau kol to

nėra, svarbu turėti atsakomybės ir sąmoningumo prieš save, klientą ir profesiją. Sugriovę tiltus naujų nebepastatysime.

Kita vertus, koučingas Lietuvoje, nors ir naudojamas daugiau nei dešimtmetį, vis tik tebėra pakankamai naujas reiškinys ir reikia laiko viskam atsisijoti ir susidėlioti į vietas. Todėl natūralu, kad egzistuojantys mitai ir neprofesionalumas klesti. Vienintelis būdas atsirinkti – domėtis, ieškoti informacijos, skaityti ar kreiptis į kompetentingas organizacijas, šiuo atveju Lietuvoje – į ICF'ą ir pan.

KOUČINGAS IR SUPERVIZIJA

Taip pat diskusijos metu kilo klausimai, kuo koučingas skiriasi nuo supervizijos, ar tokią turi koučingo specialistai ir pan. Taip, koučingo specialistai turi privalomas bent kelias supervizijas (na, bent jau taip teigia kelios mokyklos ir pvz., anot NovaTerros mokyklos (Belgija), reikia mažiausiai 10 val. supervizijos siekiant ICF sertifikato). Koučingo srityje supervizija yra susitikimas su aukštesnio lygio tos srities specialistu siekiant išspręsti kilusius profesinius klausimus, pavyzdžiui, baimę pasirodyti neprofesionaliu ar baimę patarti klientui (apie tai daugiau yra rašęs T. Misiukonis straipsnyje „Ko bijo koučingo specialistas ir ką jiems dėl to daryti?“¹¹, todėl nebesiplėsiu). Na, o nuo pačios supervizijos koučingas skiriasi tuo, kad taikant koučingą, nėra priežiūros konteksto, nėra konsultavimo, ką ir kaip daryti vadovaujant ar sprendžiant organizacinius klausimus, taip pat koučingas nėra vieno labiau ekspertiško specialisto patarimai vadovui. Koučingo santykiuose stengiamasi laikytis partnerystės ir lygiaverčio santykio koncepcijos. Tad trumpai būtų tiek.

KOUČINGO SPECIALISTŲ KVALIFIKACIJA

Didelę diskusiją ir savotišką pasipiktinimą sukėlė dar vienas klausimas apie koučingo specialistų mokymąsi. Kadangi psichologai mokosi ištis daug (kaip jie teigia patys), tad kaip mes, koučingo specialistai, baigę 6 mėn. kursus (o kai kurie – ir dar trumpesnius) galime vadintis specialistais ir imti „gydyti“ kitus, pavyzdžiui, nuo depresijos? Deja, tai vėl akmenėlis į koučingo specialistų daržą. Norėtusi pabrėžti, kad, pirmiausia, bent savo darbo pradžioje (kuri neturėtų būti trumpesnė nei keleri metai) depresijų koučingo specialistai gydyti negali. Negalėčiau tvirtinti, jog to koučingo specialistai apskritai to nedaro, tačiau kiek man žinoma, tai ištis aukšta koučingo specialisto kompetencija, kuri įmanoma po nemažai metų praktikos. Taip pat, kiek man žinoma, ne vienas koučingo specialistas, prieš teikdamas mokamas paslaugas, prieš tai ne vieną ir ne dvi, o kelias dešimtis sesijų veda nemokamai siekdamas kaupti patirtį. Ir tik po to teikia mokamas sesijas. Tai, žinoma, kiekvieno koučingo specialisto pasirinkimas, tačiau vėl gi tai gali būti dar vienas profesionalios veiklos rodiklis.

Tačiau sugrįžkime prie koučingo specialistų mokymosi eigos. Taip, mokomės pradžioje ištis nedaug, tačiau tai tik – pradžios žingsniai ir pirmas lygis (jų iš viso yra trys). Ir, žinoma, tai nėra baigtinis procesas. Tai viena.

¹¹ Misiukonis, T. (2015). Ko bijo koučingo specialistai ir ką jiems dėl to daryti? Interneto prieiga: <http://coachingblog.lt/autoriu-straipsniai/ko-bijo-koucingo-specialistai-ir-ka-jiems-del-to-daryti/#more-4190>

Antra, mokomės ne tik kitame lygyje ar lygiuose, bet ir įvairiuose kvalifikacijos kėlimo kursuose, ICF'o seminaruose, į kuriuos atvažiuoja specialistai iš viso pasaulio, Žiemos ir Vasaros akademijose, jei jose yra koučingo praktikos ir specialistų, kalbančių apie koučingą, tarptautinėse konferencijose ir pan. Nuolat specializuojamės įvairiuose psichologijos mokslų kryptyse, pavyzdžiui, kas lanko Geštalt psichologijos mokymus, kas – Kognityvinę elgesio teoriją, kas Adlerio krypties mokymus ir pan. Be to, reikalinga išties nemažai valandų tam, kad būtų galima laikyti egzaminą ir gauti pirmąjį įvertinimą – pirmąją akreditaciją ACC (angl. *Associated certified coach*). Iki trečiosios – MCC – reikia mokytis plus-minus apie 10 metų – tai priklauso nuo žmogaus tempų, darbo eigos, praktikos ir pan. Be to, yra svarbios ir praktikos valandos, kurias reikia taip pat turėti siekiant atitinkamos akreditacijos. Pavyzdžiui, pirmajam lygiui svarbu 100 val. praktikos, antrajam – PCC (angl. *Professional Certified Coach*) turi būti 750 val. praktikos, 125 val. mokymų ir 10 val. supervizijos. Tam prireikia ne mažiau kaip 3-5-erių metų. Trečiajam lygmeniui MCC (angl. *Master certified coach*) turi būti ne mažiau kaip 2 500 val. praktikos, 200 val. mokymų ir 10 val. supervizijos. Tad mokomės išties ne tik tuos 6 mėnesius, nes to išties nepakanka.

KOUČINGO SAŠAJOS SU NLP

Dar vienas užduotas auditorijoje klausimas buvo susijęs su NLP, ar koučingas susijęs su juo. Tad turiu pabrėžti, kad ne, tačiau kai kurie koučingo specialistai yra to mokęsi ir taiko šį metodą savo veikloje.

Tai, rodos, tiek daugiau mažiau aptartų diskusijos metu kilusių klausimų. Kaip leido suprasti jos vedėjas Antanas Mockus, šis pokalbis kiek sumažino neigiamą nuomonę apie koučingą, tačiau ir tapo kiek aiškiau, nes ne vienam diskusijos dalyviui trūko bazinio susipažinimo su koučingu. Todėl norisi itin paskatinti kolegas kuo daugiau apie jį pagrįstai kalbėti bei rašyti.

Ir pabaigai. Kaip aptarėme su kolegomis, profesiniai *pasišpilkavimai* visada reikalingi ir jų neišvengsime. Tačiau vietoj to, kad *baksnotume* vieni kitus savo profesiniais klausimais, gal būtų tikslingiau suremti pečius bendroms problemoms spręsti ir pasidalinti darbo laukus bei klausimus? Tam, kad suprastume aiškiau koučingą, siūlytume atidėti į šalį išankstines nuostatas ir nuogirdas, ir, jei yra poreikis, išbandyti patiems, kas tai yra ar bent perskaityti aiškiai apibrėžtus ICF standartus. Ne vienas psichologas mokosi koučingo kaip dar vieno instrumento savo praktikai ir ne vienas jų yra atradęs tam tikros naudos.

Norėtusi tikėti, kad kitąkart susitikę ir atsispyrę nuo pagrindų, galėsime diskutuoti kiek kitokiais – labiau profesiniais – klausimais.

Gero darbo ir bendradarbiavimo!