

# Mentorskap & coachning

## Två vägar till professionell och personlig utveckling

Detta är en tjänstebeskrivning för mentorskap och coachning, två mycket kraftfulla processer för utveckling. Vi kommer nedan att definiera dessa ord samt beskriva hur vi använder dem och ser på dem. Anledningen är att de används på flera olika sätt. I en utvecklingsprocess kan den ena eller den andra processen användas eller en kombination av dem.

Vi ser **mentorn** som en person som delar med sig av sin kompetens och livserfarenhet till en annan person, adepten. Mentorn är oftast en äldre och adepten en yngre person. Mentorn kommer alltså att ha rollen som lärare, vän, inspiratör, tränare och samtalspartner. Mentorn skall inte ikläda sig rollen som chef, beslutfattare, pådrivare eller förälder. Det handlar om adeptens process och beslut, inte mentorns.

En **coach** är för oss en person som guidar en annan person så att denne kan förändra sin livs- och arbetssituation. Arbetsredskapen är här öppna frågor, ifrågasättande och olika typer utvärderingshjälpmedel. Processen går ut på att få personen att definiera nuläget och därefter att komma fram till det önskade slutläget. Med hjälp av arbetsredskapen hjälper coachen personen att uppnå slutläget. Sker överföring av kunskap är det för att föra processen framåt, inte att med nödvändighet öka kompetensen.

Vårt **syfte** med att arbeta som mentor är att adepten skall få personlig och professionell utveckling. Det kan t.ex. vara en chef som vill utveckla sig i sin chefsroll. När vi arbetar som coach är huvudsyftet att deltagaren skall genomföra en förändring av sin livs- och arbetssituation. Ett exempel kan vara en arbetslös person som behöver komma fram till vad den vill göra och hur den skall bära sig åt för att uppnå det önskade målet.

**Innehållet** i ett mentorsprogram eller en process för coachning är beroende av vad som skall åstadkommas. Det blir m.a.o. kund- och situationsanpassat. Processerna byggs upp av samtal, upplevelsebaserade övningar och användande av olika hjälpmedel för utvärdering ("tester"). Anders Gustavsson agerar mentor och coach. Han är utbildad i ekonomi, företagande, teknik, naturvetenskap, personlig utveckling m.m. Utbildningarna har skett vid bl.a. IFL, Handels högskolan i Stockholm och KTH. Ett mentorsprogram omfattar normalt en träff i månaden (en till två timmar) under ett års tid. Ett program för coachning omfattar från tio träffar och uppåt med en träff per vecka till att börja med. Empyreal levererar mentorskap och coachning rikstäckande.

De **resultat** ni uppnår med ett mentorsprogram är personlig och professionell utveckling för adepten. I detalj rör det sig om ökad självkännedom och kompetens samt förbättrad effektivitet, kommunikativ förmåga och ledarskap. Med hjälp av coachning kommer en person snabbt till insikt om nuläget och vad som är önskat slutläge. Processen att uppnå slutläget kommer att förlöpa snabbare och stabilare med coachning än utan och personen kommer att må bättre. Ofta ökar självkännedomen och kompetensen.

**Målgruppen** är beroende av vad som skall åstadkommas. Våra mentorsprogram riktar sig till enskilda personer. De arbetar ofta i ledande befattningar, t.ex. personer i styrelser, ledningsgrupper och chefer. Coachningsuppdrag riktar sig till en enskild person eller grupp och de kan befinna sig på alla nivåer i ett företag.

Ett uppdrag är anpassat efter företag, person och situation. Detta medför att innehåll och tidsomfång kommer att variera och därmed även priset. Vänligen kontakta Empyreal för diskussion om innehåll och pris samt begäran om en offert.