



IN-HOUSE COACHING

Yksilövalmennusta Kotkan kaupungin henkilöstölle

- Pulmia työssä?
- Mietityttääkö työhyvinvointi?
- Haasteita työn ja muun elämän yhteensovittamisessa?
- Kaipaako työkaluja arkesi muuttamiseen?

Jos vastasit myöntävästi johonkin näistä kysymyksistä tai mielessäsi on jokin muu askarruttava asia, in-house coaching saattaa olla hyvä vaihtoehto sinulle. Coaching on tarkoitettu kaikille Kotkan kaupungilla työskenteleville, niin työntekijöille kuin esihenkilöillekin.

Kotkan kaupunki tarjoaa henkilöstölle työpaikan sisäistä yksilövalmennusta, niin sanottua in-house coachingia.

"Coachingin peruseriaatteisiin ja työtapoihin kuuluu tavoitteellisuus ja ratkaisukeskeisyys. Toiminnan ytimessä on luottamus siihen, että asiakas pystyy löytämään itselleen sopivia ratkaisuja ja toimintavaihtoehtoja asettamiensa tavoitteidensa saavuttamiseksi. Coach ohjaa keskustelua ja auttaa asiakasta laajentamaan näkökulmiaan, tunnistamaan jo olemassa olevia voimavarojaan ja ottamaan näitä käyttöönsä sekä löytämään uusia keinoja tavoitteidensa saavuttamiseen."

Valmennusprosessin kesto voi olla minimissään yksi tapaaminen, mutta yleensä useamman kerran jatkumo on hyödyllinen. Tapaamiset pidetään muutaman viikon välein, valmentajan kanssa sopien. On myös mahdollista tavata Teamsin välityksellä. Yhden tapaamisen kesto on noin 60 minuuttia.

In-house coaching -valmennus on osallistujille maksutonta. Sovithan asiasta esihenkilösi kanssa, etenkin jos haluat osallistua työajalla. Haku tapahtuu erillisen linkin kautta.

Valmennukset toteuttaa ja lisätietoja antaa Kotkan kaupungin henkilöstöasioiden yksikön työhyvinvointitiimi.

