



STÄLL KRAV PÅ DIN COACH DET GÖR VI!

COACHING STÄRKER
SVENSKT NÄRINGSLIV
OCH OFFENTLIG VERKSAMHET

Bli en bättre beställare av coachingtjänster.

Ladda ner
din guide
från ICF
redan idag!



Innehåll

Inledning	3
Om ICF	3
Vägledning vid beställning av coachingtjänster	4
Hur skiljer sig coaching från mentorskap och terapi?	4
Krav på coachen	4
Grundkrav vid beställning av coacher	5
Leveransförmåga	5
Förslag vid direktupphandling eller beställning av ett fåtal coacher	5
Verifiera att coachen har aktuell certifiering	5
Ytterligare krav som ofta ställs vid beställning av coacher	6
Praktisk checklista vid beställning av coachingtjänster	6
En vanlig coachingprocess	7
Inför första mötet	7
Första mötet	7
En coachingprocess	7
Avslut	7
För att läsa mer om upphandling, expertis och stöd hänvisar vi till	7

Den här skriften vänder sig till er som arbetar som beställare, upphandlare och inköpare av coachingtjänster.

Inledning

”Coach” är ingen skyddad yrkestitel, vilket gör det möjligt för vem som helst att titulera sig som coach. Men allt fler företag ställer nu högre krav när de anlitar externa eller interna coacher, vilket välkomnas av ICF vars mission är att utveckla coaching genom att sätta höga standarder, erbjuda oberoende certifieringsprocesser och bygga ett världsomspännande nätverk av utbildade och certifierade coacher.

ICF definierar coaching som partnerskap med klienter i en tankeväckande och kreativ process som inspirerar dem att maximera sin personliga och professionella potential. Coachingen syftar till att främja, identifiera och utveckla personliga, yrkesmässiga eller affärsmässiga mål, samt att utveckla och genomföra en strategi eller plan för att uppnå målen. Coaching är alltid fullständigt individanpassad och coachen är helt fokuserad på att klienten ska bli sitt bästa jag, i en form som passar både personlighet och den organisation klienten tillhör.

Förutom grundfärdigheterna, som baseras på åtta kärnkompetenser, har många coacher specialistkompetens inom till exempel;

- **Ledarskapscoaching**
- **Teamcoacing**
- **Karriärcoaching**
- **Hälsocoaching**
- **Livscoaching**

ICF global Awareness Study 2022 visar på följande effekter av coaching;

- **42 % Ökad kommunikationsförmåga**
- **41 % Bättre självkänsla/självförtroende**
- **38 % Ökad produktivitet**
- **38 % Ökad balans i livet**
- **35 % Ökat välbefinnande**
- **33 % Ökad arbetsprestation individuellt/team**
- **30 % Förbättrade företagsledningsstrategier**
- **30 % Utökade professionella karriär möjligheter**

Källa (ICF Global Consumer Awareness Study 2022)

Coaching tillsammans med eller efter en utbildnings- eller utvecklingsinsats hjälper till att behålla de lärdomar som förvärvats.

En metastudie av coachings effekter utförd av Theebom, Bersmaa & Van Vianen publicerad i The Journal of Positive Psychology (2013) visar att coaching ger positiva effekter på såväl prestation som färdigheter och välmående. Det är en god idé att inkludera coaching i sin utvecklingsplan.

Om ICF

International Coaching Federation, ICF, är den ledande globala organisationen för coacher och coaching. Med visionen ”Coaching är en integrerad del av ett framgångsrikt samhälle där varje ICF-medlem representerar den högsta kvaliteten av professionell coaching” leder ICF vägen för att sätta höga standarder för branschen. ICF startade sin verksamhet i USA 1995 och sedan 2009 finns ICF även representerat i Sverige.

Enligt en undersökning genomförd av PwC Global 2019 är coachingindustrin den andra snabbast växande sektorn i världen efter resebranschen.

Enligt 2020 ICF Global Coaching Study har den globala tillväxten och spridningen av coaching ökat de senaste åren. Uppskattningsvis fanns 71 000 aktiva coacher 2019 globalt, en ökning på 33 procent jämfört med år 2015. Att svenskt näringsliv präglas av plattare strukturer och delegerat ansvarstagande reflekteras även i den globala undersökningen som PwC Global utfört på uppdrag av ICF Global.

Undersökningen visar även att svenska anställda utan chefsbefattningar får tillgång till en coach i större utsträckning jämfört med andra länder i snitt. Det är något som också överensstämmer med svenskarnas bild av att demokratisera ledarskapet samt att svensken värdesätter kompetensutveckling såväl som personlig utveckling.

Vägledning vid beställning av coachingtjänster

I en beställarprocess är det viktigt att ha klart för sig vilken typ av tjänst som ska beställas. Olika tjänster blandas ofta ihop vilket ger otydliga krav.

Hur skiljer sig coaching från mentorskap och terapi?

När en klient ingår ett partnerskap med en coach, sitter klienten i förarsätet. Coachen stöttar klienten att ta ansvar, ökar självmedvetenhet och hjälper klienten att få nya perspektiv. Coachen ställer inte frågor för att få de svar de vill ha, utan för att uppmuntra klienten till ett utforskande som kan hjälpa klienten att nå nästa nivå av djup och prestation. Syftet är att underlätta för klienten som att komma till egna viktiga insikter. Klienten har ansvar för att sätta mål och formulera resultat och leda sig själv under en personlig och professionell resa mot de önskade målen. Coachen är expert på coachingprocessen. Klienten är expert på sina förutbestämda mål.

En mentor är som jämförelse en sakkunnig expert som ger kunskap och vägledning baserat på hans eller hennes erfarenheter. Coachingprocessen fokuserar i stället på att underlätta för individer och grupper att utnyttja sina egna erfarenheter och förmågor för att sätta och nå sina egna mål.

Terapi hanterar smärta, trauman, dysfunktionellt beteende och konflikter inom en individ eller i relationer, med särskilt fokus på att lösa upp problem från det förflutna som påverkar individens nuvarande emotionella hälsa. Terapi fokuserar på att förbättra generella psykologiska faktorer och att hantera vardagen på ett mer emotionellt hälsosamt sätt. I vissa fall kan en coach hänvisa en person till terapi, om coachen upptäcker signaler som tyder på att personen behöver den typen av stöd.

Krav på coachen

Kunskapen om vad coaching är behöver förtydligas och förstärkas vid beställning av coaching för att säkerställa att kunden krävställer på rätt nivå för sitt behov.

Coaching bedrivs sedan länge både fysiskt och digitalt. Covid har inneburit att digital coaching har ökat.

Vilka krav och kriterier kan då ställas på coacher?

Coaching är idag ett etablerat yrke och det finns tydliga sätt att visa på vilken erfarenhet och utbildning en coach har genom ett utbildnings- och certifieringssystem.

Grundkrav vid beställning av coacher

- Att de genomgått en ackrediterad utbildning
- Att de har erfarenhet i yrket
- Att de arbetar utifrån en professionell etik

Det enklaste sättet att ställa krav på kvalitet och erfarenhet är att efterfråga att coacherna ska vara certifierade. ICF är den största certifieringsorganisationen i världen.

ICF ställer krav på erfarenhet och en grundlig förståelse för de åtta kärnkompetenser som är basen för professionell coaching. ICF har tre certifieringsnivåer:

- Associate Certified Coach (ACC)
- Professional Certified Coach (PCC)
- Master Certified Coach (MCC).

En av ICF certifierad coach har förbundit sig att följa ICF:s etiska riktlinjer och det finns ett Etiskt råd att vända sig till vid behov.

ICF har tydliga regler för användandet av varumärket, och samtliga certifieringar har en tidsbegränsad giltighet på tre år, vilket innebär att varje coach behöver förnya sin certifiering löpande för att kunna påvisa vidareutveckling och fortbildning.

Leveransförmåga

För att säkerställa resurserna i en beställning, ange hur många coacher företaget ska kunna tillhandahålla och begär att leverantören namnger konsulterna.

Det är också rimligt att kräva att leverantören, på uppmaning, ska kunna visa att de har kontrakt med dessa coacher som visar att de har resurser att leverera på uppdraget.

Eftersom coaching per telefon och webbmöten är vanligt är det viktigt att du har tänkt igenom och kommunicerar dina eventuella krav på geografisk närhet men tänk också på att du då kan lägga till en onödig begränsning då de flesta klienter och coacher upplever virtuell coaching som lika effektiv.

Förslag vid direktupphandling eller beställning av ett fåtal coacher

Vid direktupphandling inom offentlig verksamhet eller beställning från näringslivet av ett begränsat antal coacher finns ICF coacher sökbara på ort och certifieringar. Där beskriver de också sina specialiteter och spetskompetenser.

På ICF:s hemsida, "Sök en coach" finns samtliga certifierade coacher och medlemmar i ICF Sverige sökbara. <https://coachingfederation.se/sok-coach/>

Verifiera att coachen har aktuell certifiering

Verifiera att din coach har aktuell certifiering.

<https://apps.coachingfederation.org/eweb/DynamicPage.aspx?WebCode=ICFDirectory>

Med avstamp från den första nivån, ACC, är det vanligt att coachen väljer inriktning utifrån kompetens, tidigare erfarenheter och viljan att jobba med olika kunder.

I följande tabell har vi listat kraven för de olika certifieringsnivåerna. Dessa coachutbildningar är specialistutbildningar och det tar cirka ett halvår att utbilda sig på ACC-nivå och ytterligare ett år att utbilda sig på PCC-nivå.

Därefter krävs ett visst antal coachingtimmar, mentorcoaching, godkända coachingsamtal och godkända prov för att bli certifierad.

Krav för de olika certifieringsnivåerna

Nivå	ACC	PCC	MCC
Antal utbildningstimmar	60	125	200
Antal coachingtimmar	100	500	2500
Mentorcoaching	10	10	10
Kunskapsprov i etik	✓	✓	✓
Kunskapsprov i coachkunskap	✓	✓	✓
Följer etiska riktlinjer	✓	✓	✓
Utvärdering av coachsamtal – inspelat eller live	✓	✓	✓

Checklista vid beställning av coachingtjänster

- Behovet av tjänsten är känt.
- Önskat resultat av tjänsten är känt.
- Vetskap om att coaching är rätt metod för det vi vill uppnå.
- Kännedom om vilka krav vi bör ha på coachen är känt;
 - Certifieringsnivå
 - Antal coaching timmar
 - Erfarenhet
- Kännedom om vilket område coachingen gäller:
 - Ledarskap
 - Individ
 - Grupp
 - Omställning
 - Arbetsmiljö
 - Annat
- Har tänkt igenom hur coachingen ska integreras in i befintliga strukturer, processer, förändringsarbetet och/ eller ledarskapsutbildningar.
- Har kännedom om hur referenser/ referenscase begärs.
- Medveten om hur pris och kvalitet skall viktas.
- Medvetenhet om hur kraven ska utvärderas för att erhålla en rättvis bedömning.
- Kontrollerat att det inte finns ett existerande avtal för coachingtjänster att avropa från, eller att det finns andra avtal där coachingtjänster kan ingå som en del.
- Insikt om hur många coacher som efterfrågas.

Ytterligare krav som ofta ställs vid beställning av coacher

Vid beställning av coaching är det viktigt att börja med att klargöra vad verksamheten eller den som ska coachas verkligen behöver så att kravspecifikationen är riktig.

Vid specifika upphandlingar och beställningar kan coacher kravställas med olika akademisk utbildning. Certifieringar i olika mätverktyg kan också efterfrågas. Dessa ska ses som komplettering till coachingkunskapen.

Var tydlig vid kravställning och formulering av upphandlingsunderlag. De högre certifieringsnivåerna garanterar mer träning och erfarenhet i coachingmetodik.

Inom upphandling i offentlig verksamhet förekommer det att man ställer följande krav;

- "Coachen ska ha arbetat minst tre år som coach inom sakområdet de senaste fem åren och ska ha minst 100 timmars erfarenhet av individuell coaching".
- "Seniorcoachen ska ha minst 500 timmars erfarenhet av individuell coaching, varav minst 200 timmar med att coacha målgruppen chefer".
- Vid exekutive- eller chefscoaching krävs ofta egen chefserfarenhet. Det kan antingen uttryckas som egna år som chef, att ha kunskap om arbetsgivarrollen eller att man har erfarenhet av chefscoaching.
- Det är också vanligt att offentliga aktörer kräver att coachen ska ha arbetat inom offentlig sektor.

För att ställa rätt krav på coachen, begränsa inte urvalet i onödan. Ställ de krav som är relevanta för uppdraget. Utgå från ICFs certifieringsnivåer och ha som krav den nivå som motsvarar den tilltänkta klientens behov.

En vanlig coachingprocess

Coaching är en målstyrd process som kan se olika ut, men de flesta coachingar innehåller följande gemensamma moment.

Inför första mötet

När väl matchningen är gjord och beställningen lagd, är det ofta bra om klienten har förberett sig inför första mötet genom att fundera på vad de vill bli coachade på och tar fram material som kan vara bra att utgå ifrån i coachingen. Det kan vara en medarbetarundersökning, personlighetstest eller ett frågeformulär som coachen skickat ut till klienten i förväg.

Första mötet

Uppstartsmötet syftar till att bygga tillit och partnerskap mellan coachen och klienten där de tillsammans tar fram en coachingöverenskommelse. Den innehåller målen de gemensamt ska jobba mot, praktiska frågor runt coachingen och vilka förväntningar coachen och klienten kan ha på varandra.

Coachen förväntas också redogöra för de etiska regler som gäller och hur samtalen omfattas av konfidentialitet.

I de fall när arbetsgivaren eller någon annan betalar kan det finnas ramar uppsatta för vad som ska/får ingå i coachingen, till exempel att en chef ska coachas på särskilt framtagna ledarkriterier i företaget. I vissa fall genomförs också ett trepartssamtal med överordnad chef för

att förtydliga mål, förväntningar och roller. Vissa coacher erbjuder också olika tester, analyser och verktyg för att skapa en bild av nuläget för att ha ett utgångsläge att utgå ifrån i coachingen.

En coachingprocess

En coachingprocess är ingen engångsföreteelse. Det tar tid att skapa insikter och omvandla de insikterna till handling och nya beteenden. En coachingprocess och överenskommelse kan omfatta från ca 4–10 coachingsamtal. Samtalen varar normalt 1–1,5 timmar, men kan vara både kortare och längre. De kan ske fysiskt, per telefon eller digitalt, beroende på vad som bestäms i coachingöverenskommelsen.

Mycket av lärandet och utvecklingen hos klienten sker mellan samtalen och ofta har klienten med sig något att öva på mellan samtalen. I längre coachingserier görs ofta en mittavstämning för att se att processen går åt rätt håll och om de mål som sattes upp i början eventuellt behöver omformuleras eller kompletteras.

Avslut

I samband med det avslutande coachingsamtalet görs eventuellt ett uppföljande trepartssamtal med den överordnade chefen för att följa upp hur det gått. I övrigt brukar coachen och klienten på sista mötet diskutera måluppfyllelsen, fira framstegen och skapa en handlingsplan för hur klienten tänker fortsätta sin utveckling.

För att läsa mer om upphandling, expertis och stöd hänvisar vi till

Upphandlingmyndigheten.se

Företagarna.se



ICF International
Coaching
Federation

ICF Sweden
Charter Chapter

International Coaching Federation, ICF, är det globala branschorganet för professionella coacher, i Sverige det nationella coachbranschförbundet och anslutna till Företagarna, Sveriges största företagsorganisation. Alla medlemmar i ICF har genomgått en ackrediterad coachutbildning – alternativt är under utbildning – kompetensutvecklar sig kontinuerligt, följer ICF:s etiska riktlinjer och de flesta väljer dessutom att kvalitetssäkra sin coaching via ICF:s certifieringssystem. ICF har globalt mer än 50 000 medlemmar i över 150 länder varav cirka 40 000 är certifierade.

Läs mer på;
<https://coachingfederation.se>

Eller skicka mail till;
info@coachingfederation.se