

UT eszköztár coachoknak képzés

Segédanyag a záródolgozat megírásához + Hallgatói ellenőrző lista

A dolgozat általános jellemzői

Öröm olvasni – átsugárzik rajta a gondosság, az odafigyelés és az a belső igényesség, amellyel készült.

Érezhető, hogy az írója nemcsak időt és energiát tett bele, hanem a szívét is. Megszólal benne egy saját hang, egy egyedi mondanivaló, amely hitelesen, letisztultan és jól követhetően bontakozik ki.

A gondolati ív szépen vezetett, a tartalom pedig nemcsak világos, hanem mélyebb megértést is tükröz.

A stílus emelkedettebb a hétköznapiénál, de mégsem válik távolságtartóvá vagy túl bonyolítottá. Nem tudományoskodik, nem próbál meg „okosabbnak látszani”, egyszerűen csak jelen van – világosan, értően, érzékenyen.

A coaching folyamat, vagy a folyamatba ültetett UT ülés bemutatása részletgazdag és érzékletes – ebből tisztán kiviláglik, hogy az UT eszköztárát nemcsak ismeri, hanem élő módon, lélekkel és értelemmel használja a coach.

Önreflexióval is találkozunk a szövegben.

Megfelelő forrásmegjelölés, szakirodalmi hivatkozások pontos megléte – amennyiben vannak.

Mindezek alapján egyértelmű, hogy az író valóban megértette és magáévá tette az UT szemléletét, és képes azt hitelesen, saját élményein keresztül alkalmazni.

Formai szempontok

A dolgozat min. 10, maximum 12 oldal terjedelmű, ide nem értve a képeket, a címdalt, a visszajelzéseket és a tartalomjegyzéket.

Már első ránézésre is esztétikus, gondosan szerkesztett anyag benyomását kelti. A megjelenése, a rendezett formája azt sugallja, hogy aki készítette, fontosnak tartotta, amit létrehozott – és ez érződik minden sorában.

Nyelvi és helyesírási szempontból is igényes munka: minden mondatán érezni, hogy mögötte ott van a figyelem, a tisztaságra való törekvés.

Összességében egy olyan írás ez, amely már a formájában is tükrözi azt a belső minőséget, amiről maga a tartalom is szól.

Betűméret: Egységes betűtípus, 12-es, 1,5-es sorközzel íródott , Formátum : .doc vagy .docx

A dolgozatot az utacoachingban@ultrarovidterapia.hu központi e-mail címre várjuk, másolatba megjelölve a képzést vezető oktatókat: szilvia.matrai@gmail.com; hello@kovacsrobert.eu

Tartalmi követelmények

A dolgozatod megírásakor tartsd szem előtt az alábbi szempontokat:

Egy esettanulmány bemutatása (teljes coaching folyamat, amelyben UT eszközöket használtál és/ vagy egy coaching folyamatba ültetett UT ülés bemutatása). Ha szó szerinti idézetek vannak a klientsől, ezek lehetőleg ne haladják meg a dolgozat 50%-át.

UT szemlélet: hogyan jelent meg az esetekben, mit használtál a módszertani eszköztárból.

Önreflexió: saját működésed, dilemmáid, hibák, tanulságok levonása, hogyan csinálnád a mai tudatosságoddal, mit tennél, mondanál másképp, stb.

Személyes fejlődés: mit tanultál magadról, hogyan változtál a képzés során.

A dolgozathoz legalább 5 visszajelzés csatolását kérjük, utolsó fejezetként - a dolgozattal egy dokumentumban. Nem szükséges teljes névvel, de legalább egy keresztnév legyen minden feedback-hez (a kliens igazi neve átírható). A visszajelzéshez az ügyféltől hozzájáruló nyilatkozat kitöltése javasolt.

Ezeket javasoljuk kérni a klientsől a visszajelzésben:

- milyen volt az összélménye?
- mi a véleménye a coach személyéről, hozzáállásáról?
- mi a benyomása a coach szakmaiságáról?
- mennyire érezte hasznosnak?
- mit írna még szívesen, ami neki fontos volt?

Hallgatói ellenőrző lista

Mielőtt véglegesítenéd a dolgozatodat érdemes végig menned az ellenőrző listán és a benyomásaid alapján pipáld ki a pontokat vagy egészítsd ki a dolgozatodat.

Tartalom

- Min. egy esettanulmányt írtam, nemcsak leírtam, hanem elemzően dolgoztam fel.
- Bemutattam a kontextust és a folyamatot.
- Jelen van az önreflexióm: mit tanultam, mit csinálnék másként, mik voltak a kihívások.
- Megjelenik benne az UT szemlélet és eszköztár
- Írtam arról, hogyan fejlődtem a képzés során, hol tartok most.
- Mellékeltem 5 kliens visszajelzést (keresztnévvel, a fenti kérdések mentén)

Forma

- Legalább 10, legfeljebb 12 oldal tartalom (nem számít bele: fedőlap, képek, függelék),
- Egységes betűtípus, 12-es betűméretet és 1,5 sorközt használtam,
- .doc vagy .docx formátumban mentettem, és abban küldöm el az alábbi e-mail címekre: utacoachingban@ultrarovidterapia.hu; szilvia.matrai@gmail.com; hello@kovacsrobert.eu
- Nyelvileg és formailag igényes, tagolt szöveget írtam, a helyesírást ellenőriztem.