

Standard ocupațional
Specialist în activitatea de coaching
COD COR 242412

Inițiator/Autori:

ASOCIAȚIA PENTRU DEZVOLTAREA
COACHINGULUI PROFESIONIST

Rudolf Nyari
Raluca Cîmpea
Mioara Șoldan
Costel Coravu
Claudiu Gură
Radu Mîndru

Data elaborării:

12.02.2024 – 15.06.2024; 15.07.2024;
20.08.2024

Verificare profesională:

Horea Corneliu Murgu

Data verificării:

16.07.2024 – 20.07.2024; 21.08.2024

Avizare:

ASOCIAȚIA EUROPEAN MENTORING & COACHING CENTER
OF ROMANIA

Data avizării:

15.06.2024; 22.08.2024

Validare documentație:

Asociația Națională a Comitetelor Sectoriale din România
Puiu Doru – Președinte
Comitetul Sectorial Activități Financiare, Bancare, de Asigurări
Savu Emanuela Mihaela – Președinte

Data validării sectoriale:

09.09.2024

Aprobare:

Autoritatea Națională pentru Calificări

Data aprobării:

Decizia ANC nr. 421/31.10.2024

Nr. RNS – 12/31.10.2024

STRUCTURA STANDARDULUI OCUPAȚIONAL

SECȚIUNEA A - CERINȚELE PIEȚEI MUNCII

1. Denumirea grupei de bază și a ocupației/codul COR aferent

**2424 – Specialiști în formarea și dezvoltarea personalului,
Specialist în activitatea de coaching – cod COR 242412**

2. Denumirea tradusă a ocupației (En):

Business Coach

3. Descriere și activități/sarcini specifice grupei de bază

3.1. Descrierea grupei de bază în cadrul căreia este încadrată ocupația, conform COR/ ISCO-08

Specialiștii în formare și dezvoltare a personalului planifică, dezvoltă, implementează și evaluează programele de formare și dezvoltare pentru a se asigura că atât echipa de management, cât și personalul își însușesc abilitățile și dezvoltă competențele cerute de către organizație pentru a realiza obiectivele organizaționale.

3.2. Activități/ sarcini specifice ale grupei de bază conform ISCO-08

Sarcinile includ - (a) identificarea nevoilor și cerințelor de formare ale indivizilor și organizațiilor; (b) stabilirea obiectivelor de dezvoltare a resurselor umane și evaluarea rezultatelor învățării; (c) pregătirea și dezvoltarea materialelor , cum ar fi manuale, materiale vizuale, tutoriale online, studii de caz și documentație de referință suport pentru instruire; (d) proiectarea, coordonarea, programarea și desfășurarea programelor de formare și dezvoltare care pot fi livrate sub formă de instruire individuală și de grup, și facilitarea atelierelor, întâlnirilor, prezentărilor și conferințelor; (e) colaborarea cu furnizorii externi de formare pentru a planifica și implementa livrarea unor programe specifice de formare și dezvoltare; (f) promovarea formării și dezvoltării interne și externe, și evaluarea acestor activități promoționale; (g) monitorizarea și efectuarea unei evaluări și aprecieri continue a calității și eficacității formării interne și externe, și revizuirea și modificarea obiectivelor, metodelor și livrabilelor cursului de formare; (h) colectarea, investigarea și cercetarea materialelor de formare pentru a obține o înțelegere a diferitelor subiecte și sisteme.

4. Activități/ sarcini specifice ale ocupației

Specialiștii în activitatea de coaching sprijină angajații unei companii sau ai unei alte instituții în scopul îmbunătățirii eficacității lor personale, creșterii satisfacției în munca lor și impactului pozitiv asupra dezvoltării lor personale și de carieră în mediul de afaceri. Ei fac acest lucru conducând clienții să găsească soluții pentru provocările lor prin propriile mijloace. Specialiștii în activitatea de coaching își propun să abordeze sarcini specifice sau să atingă anumite obiective, în moduri diferite:

1. Organizează timpul și activitățile utilizând instrumente digitale
2. Încurajează clienții să adopte practici ecologice și sustenabile în activitatea lor.
3. Integrează în sesiuni de coaching principii și valori legate de protecția mediului.
4. Evaluează situațiile complexe și identifică problemelor esențiale.
Colectează și analizează datele relevante pentru a înțelege problema în profunzime
5. Este organizat și își desfășoară activitatea în mod eficient.
Prioritizează sarcinile și își gestionează eficient timpul.
Își cultivă o practică reflectivă, individuală și în grup.
6. Comunica în mod asertiv în activitatea sa.
7. Manifestă adaptabilitate și flexibilitate în fața schimbărilor.
8. Realizează autoevaluări regulate pentru a analiza progresul și performanța. Identifică punctelor forte și a celor slabe în cadrul activităților desfășurate. Promovează activitatea de coaching.
Asigură managementul proiectelor de dezvoltare individuală și de grup
9. Identifică și compară principiile, metodele și practicile din mai multe profesii legate de învățarea și schimbarea adulților.
10. Obține și transmite informații corect și concis atât pe cale orală, cât și în scris.
11. Identifică nevoile și obiectivelor clienților în cadrul sesiunilor de coaching.
Dezvoltă și implementează programe personalizate de coaching, adaptate la nevoile individuale ale clienților.
12. Acordă feedback constructiv care să susțină procesul de creștere continuă.
13. Explică clienților rolul și natura procesului de coaching
14. Furnizează sprijin emoțional și sprijin în reflecție în timpul sesiunilor de coaching pentru a stimula progresul și dezvoltarea personală a clienților.
15. Se asigură ca toate practicile de coaching respectă standardele etice și profesionale.
Menține o conduită etică în relațiile cu clienții și cu alți parteneri.
16. Monitorizează și evaluează progresul clienților în timpul procesului de coaching și ajustează strategiile și obiectivele în funcție de nevoile și evoluția acestora.
17. Dezvoltă și menține relații solide și de încredere cu clienții, într-un mediu de lucru confidențial și respectuos.
18. Utilizează o gamă variată de tehnici și instrumente de comunicare pentru a sprijini clienții în atingerea obiectivelor lor personale și profesionale.
19. Facilitează procesului de autocunoaștere și auto-reflecție a clienților pentru a-i ajuta să își identifice și să își maximizeze potențialul.
20. Susținerea progresului clientului ținând cont de resurse, sprijin și potențialele obstacole.
21. Continuă formarea și dezvoltarea profesională pentru a îmbunătăți constant abilitățile și competențele în domeniul coachingului.

5. Competențe

Ponderea competențelor :¹

Grupa C 1.1 Competențe cheie/educaționale, dintre care competențe digitale minimum
Grupa C 1.2 Competențe transversale/sociale/mediu/ verzi
Grupa C 1.3 Competențe de bază personale /atitudini
Grupa C 2.1 Competențe comune la locul de muncă
Grupa C 2.2 Competențe tehnice generale
Grupa C 3.1 Competențe fundamentale profesionale
Grupa C 3.2 Competențe de domeniu
Grupa C 3.3 Competențe de specialitate
Grupa C 3.4 Competențe de specializare

Grupa C 1.1 Competențe cheie/educaționale, dintre care competențe digitale minimum

1. Utilizează dispozitive și aplicații digitale pentru organizarea timpului și productivitate.
2. Responsabilitate socială

Grupa C 1.2 Competențe transversale/sociale/mediu/ verzi

3. Aplică măsuri privind respectarea mediului în activitatea profesională de coaching

Grupa C 1.3 Competențe de bază personale /atitudini

4. Gândirea critică și rezolvarea problemelor.
5. Autodisciplină și autorefecția
6. Comunicarea asertivă

Grupa C 2.1 Competențe comune la locul de muncă

7. Flexibilitatea, adaptabilitatea și reziliența în mediul profesional

Grupa C 2.2 Competențe tehnice generale

8. Gestionarea afacerilor

Grupa C3.1 Competențe fundamentale profesionale

9. Aplică metode și strategii de învățare
10. Practică tehnici de ascultare activă și prezentare

Grupa C3.2 Competențe de domeniu

11. Capacitatea de analiză și evaluare
12. Oferă feedback constructiv pentru îmbunătățirea performanței

Grupa 3.3 Competențe de specialitate

13. Utilizează și aplică conceptele fundamentale specifice coaching-ului: definiție, principii directoare, noțiuni de bază
14. Demonstrează mentalitate de coaching
15. Respectă etica și standardele profesionale în coaching
16. Managementul contractului de coaching
17. Co-creează relația de coaching
18. Comunicarea în coaching
19. Acompanierea schimbării percepției clientului
20. Facilitarea implementării schimbărilor

Grupa 3.4 Competențe de specializare

21. Proiectează și implementează proiecte de dezvoltare individuală și organizațională prin coaching

¹ Se va stabili în conformitate cu prevederile Hotărârii Guvernului nr. 772/2022 privind aprobarea Metodologiei de acordare a creditelor transferabile pentru formarea profesională a adulților, precum și pentru abrogarea Hotărârii Guvernului nr. 844/2002 privind aprobarea nomenclatoarelor calificărilor profesionale pentru care se asigură pregătirea prin învățământul preuniversitar, precum și durata de școlarizare ; Pentru ocupații de nivel 1-5 de calificare, conform CNC se vor respecta prevederile Ordinului nr.3001/39/2022 privind aprobarea metodologiei de alocare a nivelurilor de calificare pentru calificările de nivel 1-5 din Cadrul național al Calificărilor.

6. Niveluri de calificare/ educație:

6.1. Nivelul de calificare conform Cadrului Național al Calificărilor (CNC)

6

6.2. Nivelul de referință conform Cadrului European al Calificărilor (EQF)

6

6.3. Nivelul educațional corespondent, conform ISCED - 2011

6

7. Acces la altă/alte ocupație/ocupații cuprinsă/ cuprinse în COR

Acces la ocupație/ocupații de același nivel de calificare, conform CNC, pe bază de experiență/recunoaștere de competențe din grupele C1 – C3.2

Nu este cazul

8. Informații suplimentare

Specialistul în activitatea de coaching planifică și susține sesiuni de: coaching individual, coaching de echipă și /sau de grup.

SECȚIUNEA B - CERINȚE PENTRU EDUCAȚIE ȘI FORMARE PROFESIONALĂ

1. Informații despre programul de educație și formare profesională

1.1. Cerințe specifice de acces la program

1.1.1. Competențe și deprinderi necesare accesului la program:

Nu este cazul.

1.1.2. Condiții minime de acces la program, raportate la nivelul de studii:

Niveluri de studii:

- **Învățământ primar**

- **Învățământ gimnazial (secundar inferior)**
- **Învățământ secundar superior: (primii doi ani de liceu)**
- **Învățământ secundar superior:**
 - **Învățământ profesional prin școli profesionale**
 - **Învățământ liceal, fără diplomă de bacalaureat**
 - **Învățământ liceal, cu diplomă de bacalaureat**
- **Învățământ postliceal**
- **Învățământ superior cu diplomă de licență**
- **Învățământ superior cu diplomă de master**

☐☐☐☐☐☐☒☐

1.1.3. Alte studii necesare:

Nu este cazul.

1.1.4. Cerințe speciale:

Nu este cazul.

2. Descrierea programului de educație și formare profesională

2.1. Durata totală, nr. ore didactice: din care:

teorie,

practică

Număr de credite 12 ECTS ²

2.2. Planul de pregătire (anexa nr. 1 la prezentul standard ocupațional)

2.3. Programa de pregătire teoretică și practică (anexa nr. 2 la prezentul standard ocupațional)

2.4. Echipamente/utilaje/programe software etc. necesare pregătirii teoretice și practice

Teorie:

Pregătirea teoretică se va desfășura sub coordonarea unui formator, utilizând următoarele materiale de curs:

- ☐ Suport de curs
- ☐ Norme de control al calității.
- ☐ Flipchart/tabla magnetică
- ☐ Surse de inspirație
- ☐ Reviste de specialitate (cataloage, reviste, broșuri)
- ☐ Agenda de lucru
- ☐ Proceduri de lucru

Practică:

Pregătirea practică se va desfășura sub coordonarea unui formator, va consta în aplicarea cunoștințelor asimilate și utilizarea următoarelor echipamente:

Echipamente/programe software:

- ☐ Mijloace de comunicare: telefon, poștă electronică
- ☐ Laptop/PC
- ☐ Stick-uri/suporturi de memorie
- ☐ Conexiune la Internet
- ☐ Soft-uri specializate în planificarea activității

2.5. Cerințe privind nivelul minim de calificare și experiență profesională pentru formatori și instructori/preparatori formare

Selecția formatorilor/instructori preparatori formare cooptați în programul de formare profesională pentru ocupația de "Specialist în activitatea de coaching" se realizează din rândul specialiștilor care îndeplinesc cumulativ următoarele condiții:

- ☐ atestat calitate formator
- ☐ absolvenți ai unui program/mai multor programe de formare în coaching cu **durata (cumulată) de minim 180 de ore;**
- ☐ minim 125 ore de practica de coaching documentată în ultimii **2 ani de experiență** pentru formatori, după absolvirea formării
- ☐ minim 500 de ore de practică în coaching documentată în ultimii **2 ani de experiență** pentru evaluatori și autorii programelor de formare

2.6. Cerințe privind nivelul minim de calificare și experiență profesională pentru evaluatorii de competențe profesionale:

- o Dovedirea calității de evaluator de competențe profesionale, se realizează în acord cu actele normative și/sau administrative în vigoare, specifice sistemului de evaluare și certificare a competențelor profesionale obținute pe alte căi decât cele formale (non-formal și informal).
- o Dovedirea calității de specialist pe domenii ocupaționale, desemnați în comisiile de examinare, se realizează în acord cu actele normative și/sau administrative în vigoare, specifice sistemului de formare continuă.

SECȚIUNEA C - ASUMAREA STANDARDULUI

1. Informații referitoare la procesul de elaborare, verificare, validare, avizare și aprobare a standardului ocupațional:

1.1. Realizare:

ASOCIAȚIA PENTRU DEZVOLTAREA COACHINGULUI PROFESIONIST prin,

RUDOLF NYARI - Specialist în formare și educație

RALUCA CÎMPEA - Specialist în formare și educație

MIOARA ȘOLDAN - Specialist în formare și educație

COSTEL CORAVU - Specialist în formare și educație

CLAUDIU GURĂ - Specialist în formare și educație

RADU MÎNDRU - Specialist în formare și educație

Data elaborării: 12.02.2024 - 15.06.2024; 15.07.2024; 20.08.2024

1.2. Verificare :

HOREA CORNELIU MURGU – Specialist în formare și educație

Data verificării: 16.07.2024 - 20.07.2024; 21.08.2024

1.3. Avizare:

ASOCIAȚIA EUROPEAN MENTORING & COACHING CENTER OF ROMANIA prin,

VLAD DUȚESCU - Specialist în formare și educație

MADALINA RADULESCU - Specialist în formare și educație

Data avizării: 15.06.2024; 22.08.2024

1.4. Validare documentație:

Asociația Națională a Comitetelor Sectoriale din România: PUIU DORU – Președinte ANCSR

Comitetul Sectorial Activități Financiare, Bancare, de Asigurări: SAVU EMANUELA

MIHAELA – Președinte CS AFBA

Data validării: 09.09.2024

1.5. Aprobare:

Autoritatea Națională pentru Calificări conform deciziei nr.421 din data 31.10.2024

PLAN DE PREGĂTIRE

Nr. Crt .	Competența dobândită	Disciplină/Modul	Nr. ore teorie	Nr. ore practică	Nr. Credite asociate
1	Utilizează dispozitive și aplicații digitale pentru organizarea timpului și productivitate.	Instruirea și dezvoltarea profesioniștilor. Organizarea activităților profesionale.	2	4	1
2	Responsabilitate socială		3	6	
3	Aplică măsuri privind respectarea mediului în activitatea profesională de coaching		1	2	1
4	Gândirea critică și rezolvarea problemelor		2	4	
5	Autodisciplină și auto reflecție		1	2	
6.	Comunicare asertivă		1	2	1
7	Flexibilitatea, adaptabilitatea și reziliența în mediul profesional		3	6	
8	Gestionarea afacerilor		2	4	
9	Aplică metode și strategii de învățare	Profesionalism în învățarea adulților	3	6	1
10	Practică tehnici de ascultare activă și prezentare		2	4	
11	Capacitatea de analiză și evaluare		3	6	1
12	Oferă feedback constructiv pentru îmbunătățirea performanței		2	4	
13	Utilizează și aplică conceptele fundamentale specifice coaching-ului: definiție, principii directoare, noțiuni de bază	Fundamentele procesului de coaching	3	6	2
14	Demonstrează mentalitate de coaching		2	4	

15	Respectă etica și standardele profesionale în coaching		3	6	
16	Managementul contractului de coaching		2	4	
17	Co-creează relația de coaching	Tehnici și instrumente specifice de coaching. Specializarea activității de coaching	4	8	4
18	Comunicarea în coaching		5	10	
19	Acompanierea schimbării percepției clientului		8	16	
20	Facilitarea implementării schimbărilor		3	6	
21	Proiectează și implementează proiecte de dezvoltare individuală și organizațională prin coaching		5	10	1
TOTAL NUMĂR ORE			60	120	12
TOTAL NUMĂR CREDITE					

Anexa nr. 2 la standardul ocupațional

**PROGRAMA DE PREGĂTIRE
TEORETICĂ ȘI PRACTICĂ**

Nr. crt.	Disciplină/Modul	CONȚINUT TEMATIC	METODE/ FORME DE DESFĂȘURARE	MIJLOACE DE INSTRUIRE, MATERIALE DE ÎNVĂȚARE	CRITERII DE EVALUARE ¹	NR. ORE	
						TEORIE	PRACTICĂ
1	2	3	4	5	6	7	8
		Tipuri de aplicații și platforme digitale utilizate pentru colaborare, productivitate și crearea de conținut. Rolul acestora și modalități de utilizare.	Teorie: Expunere, Studii de caz Practică: Demonstrație Exersare în grupuri mici, Dezbateri, Discuții de grup	Suport de curs Computer Videoproiector	Accesează și analizează date digitale. Utilizează instrumente digitale pentru colaborare, productivitate și crearea de conținut pentru mediul online.	2	4
		Mentalitate orientată spre sustenabilitate în viața de zi cu zi: atingerea obiectivelor individuale în relație cu dinamica colectivă și mediul înconjurător; Ecologia personală; impactul comportamentelor individuale asupra	Teorie: Expunere, Studii de caz Practică: Reflecție; Discuții de grup	Suport de curs Computer Videoproiector Flipchart	Aplică aptitudini și competențe civice și legate de mediu. Evaluează impactul propriului comportament asupra mediului. Adoptă o mentalitate orientată spre sustenabilitate în viața de zi cu zi și reflectează asupra ecologiei, atitudinii personale și asupra impactului pe care propriul comportament	3	6

1.	Instruirea și dezvoltarea profesioniștilor. Organizarea activităților profesionale/	celorlalți și asupra mediului; Evaluarea impactului social și de mediu al afacerilor;			și/sau propria afacere îl exercită asupra mediului.		
		Politicile și legislația privind protecția mediului aplicabilă în domeniu. Noțiuni introductive privind dezvoltarea durabilă. Practici ecologice și sustenabile în activitatea lor. Principii și valori legate de protecția mediului. Prevederile normelor de sănătate și securitate în muncă și reglementările din domeniul situațiilor de urgență.	Teorie: Expunere, Studii de caz Practică: Demonstrație Exersare în grupuri mici, Dezbattere, Discuții de grup	Suport de curs Computer Videoproiector Flipchart	Identificarea și respectarea obligațiilor prevăzute în politicile de mediu și legislația privind protecției mediului aplicabile domeniului de activitate. Încurajează clienții să adopte practici ecologice și sustenabile în activitatea lor. Integrează în sesiuni de coaching principii și valori legate de protecția mediului. Aplică aptitudini și competențe legate de sănătate. Aplică prevederile normelor de sănătate și securitate în muncă și reglementările din domeniul situațiilor de urgență.	1	2
		Gândire critică. Gândire creativă. Gândire analitică. Rezolvarea problemelor. Luarea deciziilor.	Teorie: Expunere, Studii de caz Practică: Demonstrație Exersare în	Suport de curs Computer Videoproiector Flipchart	Prelucrează și analizează informațiile, ideile și conceptele. Detectează erori de raționament și prejudecăți. Formulează concluzii bazate pe dovezi. Generează idei	2	4

			grupuri mici, Reflecție individuală, Discuții de grup		originale și inovative. Are gândirea laterală și explorează soluții alternative. Stimulează imaginația și curiozitatea. Implementează și monitorizează soluțiile alese. Gestionează incertitudinile și riscurile. Reflectează asupra propriului proces de gândire. Cultivă conștientizarea și autocontrolul în gândire.		
		Managementul timpului Practica reflectivă Autodisciplină și motivație. Autonomie și inițiativă.	Teorie: Expunere, Studii de caz Practică: Demonstrație Exersare în grupuri mici, Dezbatere, Discuții de grup	Suport de curs Computer Videoproiector Flipchart	Lucrează în mod organizat și desfășoară activități în mod eficient. Rămâne concentrat în orice moment asupra proiectului în cauză. Organizează, planifică, programează și respectă termenele. Are abilități de prioritizare a sarcinilor și gestionare eficientă a timpului. Cunoaște tehnici de organizare și planificare zilnică, de evitare a procrastinării și de maximizare a productivității. Adoptă o atitudine proactivă. Menține o atitudine pozitivă. Demonstrează disponibilitatea de a învăța. Își asumă riscuri calculate. Este rezilient și gestionează stresul. Manifestă adaptabilitate și flexibilitate în fața schimbărilor.	1	2

		Comunicare asertivă	Teorie: Expunere, Studii de caz Practică: Demonstrație Exersare în grupuri mici, Dezbateri, Discuții de grup	Suport de curs Computer Videoproiector Flipchart	Cunoaște și folosește diferite modele și instrumente de comunicare asertivă în practica sa profesională.	1	2
		Organizații și echipe. Cultură organizațională. Procese organizaționale.	Teorie: Expunere, Studii de caz Practică: Demonstrație Exersare în grupuri mici, Dezbateri, Discuții de grup	Suport de curs Computer Videoproiector Flipchart	Cunoaște moduri de organizare și funcționarea în mediul profesional. Cunoaște tipuri de organizații și de culturi organizaționale. Cunoaște procesele organizaționale.	3	6
		Managementul proiectelor, proceselor, resurselor umane. Stiluri de conducere. Marketing și vânzare în domeniul prestărilor de servicii.	Teorie: Expunere, Studii de caz Practică: Demonstrație Exersare în grupuri mici, Dezbateri, Discuții de	Suport de curs Computer Videoproiector Flipchart	Cunoaște principii și instrumente de management. Cunoaște și identifică stilurile de conducere. Cunoaște modalități de a-și defini identitatea profesională, nișa în care activează și avatarul clientului. Cunoaște mijloacele de promovare offline și online.	2	4

			grup		Elaborează materialele de marketing necesare adresării clienților potențiali. Cunoaște mijloace de a efectua o cercetare/un sondaj de piață privind tarifele.		
2.	Profesionalism în învățarea adulților	Metode de învățare formală și informală: mentoring, training, consultanță, terapie și coaching. Profesii în învățarea adulților.	Teorie: - prezentarea; - dezbateră; - explicația. Practică: - demonstrație. - studiu de caz; - joc de rol; - exerciții practice.	Suport de curs; Prezentare Power Point; Resurse web; Laptop; Videoproiector ; TV; Publicații de specialitate; Note de informare. flipchart, marker.	Demonstrează o înțelegere profundă a principiilor fundamentale din domeniul învățării și schimbării pentru adulți, inclusiv teorii și modele relevante. Este capabil să identifice și să compare principiile, metodele și practicile din mai multe profesii legate de învățarea și schimbarea pentru adulți, evidențiind atât similaritățile, cât și diferențele între acestea. Este conștient de contextul în care se aplică principiile și metodele specifice fiecărei profesii și poate evalua impactul lor asupra procesului de învățare și schimbare pentru adulți.	3	6
		Comunicare – prezentare generală. Comunicarea orală. Dialogul. Tehnici de comunicare scrisă.	Teorie: - prezentarea; - dezbateră; - explicația. Practică:	Suport de curs; Prezentare Power Point; Resurse web; Laptop;	Stabilește și menține legături. Are capacitatea de a obține și de a transmite informații corecte și concise atât pe cale orală, cât și în scris.	2	4

		Comunicare non-verbală. Tehnici si instrumente de prezentare offline si online	- demonstrație. - studiu de caz; - joc de rol; - exerciții practice.	Videoproiector ; TV; Publicații de specialitate; Note de informare. flipchart, marker.	Întreține un dialog cu membrii echipei, clienții, furnizorii, diferite părți interesate. Adaptează comunicarea scrisă/orală la context. Are capacitatea de a aplica tehnici specifice comunicării non-verbale. Are capacitatea de a susține prezentări offline și online		
		Analiza și evaluarea obiectivelor personale și profesionale. Planul de dezvoltare personală. Modele de reflecție și dezvoltare continuă.	Teorie: - prezentarea; - dezbateră; - explicația. Practică: - demonstrație. - studiu de caz; - joc de rol; - exerciții practice.	Suport de curs; Prezentare Power Point; Resurse web; Laptop; Videoproiector ; TV; Publicații de specialitate; Note de informare. flipchart, marker.	Are capacitatea de analiză a obiectivelor personale și profesionale, evaluând gradul în care acestea sunt clar definite și relevante. Evaluează gradul în care planul de dezvoltare reflectă nevoile și interesele individului și este aliniat cu obiectivele stabilite. Are capacitatea de a planifica și organiza resursele și activitățile de învățare continuă într-un mod eficient și eficace. Folosește modele și tehnici care susțin dezvoltarea profesională continuă Folosește modele și tehnici care susțin dezvoltarea profesională continuă	3	6
		Modele și instrumente de feedback constructiv. Elemente care influențează performanța.	Teorie: - prezentarea; - dezbateră; - explicația.	Suport de curs; Prezentare Power Point; Resurse web; Laptop;	Cunoaște și folosește diferite modele și instrumente de feedback în practica sa profesională.	2	4

			Practică: - demonstrație. - studiu de caz; - joc de rol; - exerciții practice.	Videoproiector ; TV; Publicații de specialitate; Note de informare. flipchart, marker.	Identifică și ține cont de elementele care ar putea impacta performanța profesională.		
3.	Fundamentele procesului de coaching	Coaching: definiție, istoric, principii, noțiuni de bază și concepte cheie aplicate în coaching. Modele de coaching.	Teorie: - prezentarea; - dezbateră; - explicația. Practică: - demonstrație. - studiu de caz; - joc de rol; - exerciții practice.	Suport de curs; Prezentare Power Point; Resurse web; Laptop; Videoproiector ; TV; Publicații de specialitate; Note de informare. flipchart, marker.	Își însușește cunoștințele de bază privind rolul și natura procesului de coaching. Cunoaște și poate transmite beneficiile coachingului. Cunoaște principalele modele și metode de coaching, cu elementele lor specifice. Respectă și tratează cu considerație alte modele și persoanele / instituțiile care le promovează.	3	6
		Învățarea și dezvoltarea continuă în coaching. Practica reflexivă în coaching.	Teorie: - prezentarea; - dezbateră; - explicația. Practică: - demonstrație. - studiu de caz; - joc de rol; - exerciții practice.	Suport de curs; Prezentare Power Point; Resurse web; Laptop; Videoproiector ; TV; Publicații de specialitate; Note de informare.	Dezvoltă și întreține o stare mentală deschisă, curioasă, flexibilă și axată pe client. Recunoaște că clienții sunt responsabili de propriile lor alegeri. Se angajează la învățare și dezvoltare continuă în calitatea sa de coach. Dezvoltă o practică reflexivă continuă pentru a-și perfecționa stilul de coaching.	2	4

				flipchart, marker.	Rămâne conștient și deschis la influența contextului și a culturii asupra sa și a celorlalți Folosește cunoașterea sinelui și propria intuiție în beneficiul clienților. Dezvoltă și menține capacitatea de a-și administra propriile emoții. Se pregătește mental și emoțional pentru sesiuni. Cere ajutor de la surse din afară atunci când e nevoie.		
		Etică și standarde profesionale în coaching	Teorie: - prezentarea; - dezbateră; - explicația. Practică: - demonstrație. - studiu de caz; - joc de rol; - exerciții practice.	Suport de curs; Prezentare Power Point; Resurse web; Laptop; Videoproiector ; TV; Publicații de specialitate; Note de informare. flipchart, marker.	Înțelege și aplică în mod consecvent principiile etice și standardele de coaching. Demonstrează integritate personală și onestitate în interacțiunile cu clienții, cu sponsorii și cu celelalte părți interesate relevante. Este atent la identitatea, mediul, experiențele, valorile și credințele clienților. Folosește un limbaj corespunzător și respectuos cu clienții, sponsorii și celelalte părți interesate relevante. Respectă confidențialitatea informațiilor clienților, în acord cu prevederile contractelor privind părțile interesate și legile în vigoare. Păstrează distincția dintre	3	6

					coaching, consultanță, psihoterapie și alte profesii de asistență personală.. Recomandă clienților alți profesioniști în asistență personală, după caz.		
		Tipuri de contracte de coaching. Obiective și indicatori de succes în contractul de coaching. Încheierea contractului de coaching.	Teorie: - prezentarea; - dezbateră; - explicația. Practică: - demonstrație. - studiu de caz; - joc de rol; - exerciții practice.	Suport de curs; Prezentare Power Point; Resurse web; Laptop; Videoproiector ; TV; Publicații de specialitate; Note de informare. flipchart, marker.	Cunoaște tipurile de contracte specifice în coaching. Identifica obiectivele, indicatorii de succes și gestionează contractul de coaching împreună cu clienții, cu sponsorii și cu celelalte părți implicate.	2	4

	Contractarea sesiunii de coaching; Inițierea relației/sesiunii de coaching. Compatibilitatea client-coach. Stabilirea acordurilor în procesul de coaching Identificarea convingerilor inițiale ale clientului Indicatori de succes în sesiunea de coaching. Gestionarea timpului. Menținerea focusului și a atenției. Încheierea sesiunii de coaching. Încrederea și siguranța: Recunoașterea și respectarea unicității clientului (context personal, identitatea, mediul, experiențe, perspective, valori, credințe, talente, efort etc.) Adaptarea la client (identitate, percepții, stil, limbaj) Abilități de creare a unui mediu de încredere prin demonstrarea vulnerabilității,	Teorie: - prezentarea; - dezbateră; - explicația. Practică: - demonstrație. - studiu de caz; - joc de rol; - exerciții practice.	Suport de curs; Prezentare Power Point; Resurse web; Laptop; Videoproiector ; TV; Publicații de specialitate; Note de informare. flipchart, marker.	Identifică sau reconfirmă, împreună cu clientul, ceea ce acesta dorește să obțină în sesiune. Definește, împreună cu clientul, indicatorii de succes pentru ceea ce acesta dorește să obțină în sesiune. Explorează importanța sau semnificația pentru client a ceea ce vrea să realizeze în sesiune. Definește, împreună cu clientul, ceea ce acesta crede că are nevoie să abordeze sau să rezolve pentru a obține ceea ce dorește să obțină în sesiune Recunoaște, apreciază și respectă în procesul de coaching talentele unice, munca și perspectivele clientului. Demonstrează suport, empatie și grijă. Apreciază și sprijină exprimarea de către client a sentimentelor, percepțiilor, grijilor, credințelor și sugestiilor sale. Coach-ul colaborează cu clientul invitându-l să răspundă în orice mod la contribuțiile	4	8
--	--	--	--	---	---	---

4.	Tehnici și instrumente specifice de coaching. Specializarea activității de coaching.	deschiderii, transparenței, empatiei, a grijii și a susținerii clientului Prezența în coaching: Atitudinea și focusul specific de coaching (atenția, curiozitatea, receptivitatea, abilitatea de a observa clientul în întregime) Gestionarea emoțiilor personale Gestionarea emoțiilor puternice ale clientului de-a lungul procesul de coaching. Gestionarea incertitudinii și ne-cunoașterii în coaching Crearea și gestionarea pauzelor și a tăcerii.			sale, acceptând răspunsul clientului. Coach-ul acționează ca răspuns la întreaga persoană a clientului (CINE) Ține cont de ceea ce clientul dorește să realizeze pe parcursul acestei sesiuni (CE) Sprijină clientul să aleagă ce se întâmplă în sesiune Demonstrează curiozitate de a afla mai multe despre client. Creează sau permite momente de tăcere, pauză sau reflecție.		
		Ascultarea activă: Ascultarea ținând cont de contextul clientului (identitatea, mediul, experiențele, valorile, credințele sale) Tehnici de ascultare activă (reflectare, parafrază, rezumare) Ascultarea "dincolo" de ce spune clientul Observarea și explorarea comportamentului	Teorie: - prezentarea; - dezbateră; - explicația. Practică: - demonstrație. - studiu de caz; - joc de rol; - exerciții practice.	Suport de curs; Prezentare Power Point; Resurse web; Laptop; Videoproiector ; TV; Publicații de specialitate; Note de informare.	Întrebările și observațiile coach-ului sunt personalizate folosind ceea ce acesta a învățat despre cine este clientul sau despre situația acestuia Coach-ul întreabă sau explorează cuvinte cheie pe care le folosește clientul. Coach-ul observă și sau explorează emoțiile clientului Coach-ul explorează schimbările de energie ale	5	10

		clientului în sesiune (emoții, schimbări de energie, indicii non-verbale etc.) Extragerea sensului complet a ce clientul comunică, integrând cuvintele, tonul vocii și limbajul său corporal. Observarea și utilizarea evoluției, de-a lungul sesiunilor, a comportamentelor, emoțiilor, tematicilor și tiparelor clientului.		flipchart, marker.	clientului, indiciile nonverbale sau alte comportamente Coach-ul explorează modul în care clientul se percepe în prezent pe sine sau lumea lui. Coach-ul permite clientului să finalizeze ce are de spus fără a întrerupe, cu excepția cazului în care există un scop precis de coaching pentru a face acest lucru. Coach-ul reflectă succint sau rezumă ceea ce a comunicat clientul pentru a asigura claritatea și înțelegerea clientului.		
		Provocarea conștientizării: Observarea experienței clientului și explorarea modului său de gândire (valori, nevoi, dorințe, credințe etc.) Explorarea dincolo de modul obișnuit de gândire al clientului. Provocarea și confruntarea, ca modalități de a stârni conștientizarea sau înțelegerea. Observarea și explorarea experienței clientului din timpul sesiunii, în prezent	Teorie: - prezentarea; - dezbateră; - explicația. Practică: - demonstrație. - studiu de caz; - joc de rol; - exerciții practice.	Suport de curs; Prezentare Power Point; Resurse web; Laptop; Videoproiector ; TV; Publicații de specialitate; Note de informare. flipchart, marker.	Coach-ul pune întrebări despre client, cum ar fi modul actual de a gândi, simți, valori, nevoi, dorințe, convingeri sau comportament. Coach-ul pune întrebări pentru a ajuta clientul să exploreze dincolo de modul existent de a gândi sau de a simți despre el însuși (Cine). Coach-ul pune întrebări pentru a ajuta clientul să exploreze dincolo de gândirea sau sentimentul actual al clientului, la moduri noi sau extinse de a gândi sau de a simți despre situația lui (Ce). Coach-ul pune întrebări pentru a ajuta clientul să exploreze	8	16

		Ajustarea abordării/metodei de coaching la nevoile clientului. Tipare de comportament, gândire sau emoție și Identificarea factorilor ce le influențează. Însoțirea clientului în generarea de opțiuni de progres, de idei despre ce este dispus să facă sau ce poate să facă Sprijinirea clientului să creeze noi perspective. Oferirea neinteresată de observații, înțelegeri și sentimente, cu potențial de a inspira noi învățături pentru client			dincolo de gândirea, sentimentul sau comportamentul actual față de ceea ce acesta își dorește. Coach-ul împărtășește – fără atașament – observații, intuiții, comentarii, gânduri sau sentimente, și invită clientul la explorarea lor. Coach-ul pune întrebări clare, directe, deschise, pe rând, într-un ritm care permite gândirea, simțirea sau reflecția clientului. Coach-ul folosește un limbaj clar și concis. Coach-ul permite clientului să fie cel care vorbește mai mult.		
		Facilitarea dezvoltării clientului: Sprijinirea clientului în rezumarea și fixarea învățăturilor și înțeleșurilor din timpul sesiunilor sau dintre acestea. Sprijinirea clientului în integrarea de noi cunoștințe, înțelegeri și/sau învățături asupra lumii și comportamentelor sale.	Teorie: - prezentarea; - dezbateră; - explicația. Practică: - demonstrație. - studiu de caz; - joc de rol; - exerciții practice.	Suport de curs; Prezentare Power Point; Resurse web; Laptop; Videoproiector ; TV; Publicații de specialitate; Note de informare. flipchart, marker.	Coach-ul invită sau îi permite clientului să exploreze progresul către ceea ce acesta a dorit să realizeze în sesiune. Coach-ul invită clientul să afirme sau să exploreze învățarea din sesiune despre el însuși (Cine). Coach-ul invită clientul să precizeze sau să exploreze ce a învățat în sesiune despre situația sa (Ce).	3	6

		Sprrijinirea autonomiei clientului în conceperea obiectivelor, a acțiunilor și a metodelor de responsabilizare. Susținerea clientului în identificarea rezultatelor sau învățăturilor potențiale ale acțiunilor identificate Susținerea progresului clientului ținând cont de resurse, sprijin și potențialele obstacole Sărbătorirea progreselor și succeselor clientului Încheierea sesiunii de coaching.			Coach-ul invită clientul să ia în considerare modul în care va folosi noile învățăminte. Susține clientul în a-și pregăti modul de gândire, de reflecție sau de acțiune după sesiune. Susține clientul să avanseze, luând în considerare resursele, sprijinul necesar sau potențiale bariere. Sprijină clientul pentru a concepe metode de auto-responsabilizare. Coach-ul sărbătorește progresul și învățarea clientului. Coach-ul invită clientul să aleagă modul în care dorește să finalizeze sesiunea.		
--	--	--	--	--	---	--	--

		Elemente specifice coachingului organizațional. Elemente specifice coachingului individual. Elemente specifice coachingului de grup și echipă.	Teorie: - prezentarea; - dezbateră; - explicația. Practică: - demonstrație. - studiu de caz; - joc de rol; - exerciții practice.	Suport de curs; Prezentare Power Point; Resurse web; Laptop; Videoproiector ; TV; Publicații de specialitate; Note de informare. flipchart, marker.	Cunoaște și folosește abordări de coaching specifice contextului clientului. Cunoaște cum să-și găsească una sau mai multe nișe de piață Cunoaște elemente teoretice legate de coachingul organizațional și personal. Stăpânește terminologia și înțelege conceptele legate de indicatorii de performanță specifici contextului clientului, diferitelor funcții și poziții din organizații. Face diferența dintre client și sponsor și își ajustează abordarea în funcție de rolul pe care îl are în raport cu fiecare . Înțelege și explică rolul pe care îl are coachingul în menținerea echilibrului dintre viața personală și cea profesională. Cunoaște specificitatea coachingului individual în comparație cu cel de grup și de echipă.	5	10
--	--	---	---	--	---	---	----