



# Stellar Light

## ΣΥΜΦΩΝΗΤΙΚΟ ΠΑΡΟΧΗΣ COACHING ΥΠΗΡΕΣΙΩΝ

### **ΒΑΣΙΚΕΣ ΑΡΧΕΣ**

Αυτή η συμφωνία θέτει τις βάσεις της coaching σχέσης μας. Τη στιγμή που συμφωνούμε σε αυτή τη σχέση, δεσμεύομαι να παρέχω τις υπηρεσίες μου τις μέρες και ώρες που έχουμε συμφωνήσει. Θα καταβάλω κάθε προσπάθεια να δημιουργήσω ένα ασφαλές και αξιόπιστο περιβάλλον ώστε να αναπτύξεις την αυτεπίγνωση και την αυτοπεποίθηση σου και να αναλάβεις την ευθύνη αυτής της μάθησης. Θα ερευνήσουμε τις στάσεις, συμπεριφορές, αξίες και πεποιθήσεις που σε κρατούν πίσω και σε αποτρέπουν από το να κάνεις τα πράγματα που χρειάζεται για να αλλάξεις και να πας μπροστά.

Για το μέγιστο αποτέλεσμα από τις coaching συνεδρίες θα πρέπει να είσαι αποφασισμένος/η για την αλλαγή. Να είσαι έτοιμος/η να διαχειριστείς αρνητικές σκέψεις, συναισθήματα, συμπεριφορές, πεποιθήσεις και ενέργειες που σε κρατούν πίσω. Να είσαι έτοιμος/η να δοκιμάσεις νέες ιδέες ή τρόπους να κάνεις πράγματα και να μάθεις από αυτή την εμπειρία. Να είσαι προετοιμασμένος/η να διαθέσεις το χρόνο μεταξύ των συνεδριών ώστε να δουλέψεις πάνω σε ό,τι έχεις μάθει και τις ενέργειες που θα έχουν οριστεί για να επέλθει η αλλαγή. Να είσαι θετικός/η στην ανατροφοδότηση.

### **ΑΜΟΙΒΗ**

Το κόστος κάθε συνεδρίας ανέρχεται στα 0 ευρώ.

### **ΑΚΥΡΩΣΕΙΣ**

Σε περίπτωση ακύρωσης, θα πρέπει να υπάρχει επικοινωνία μεταξύ μας τουλάχιστον 3 ημέρες πριν από την προκαθορισμένη συνεδρία μας. Εάν δεν υπάρξει ενημέρωση από την πλευρά σου έγκαιρα, η συνεδρία θεωρείται ότι έχει ολοκληρωθεί.

Σε περίπτωση μη εμφάνισης στη συνεδρία και χωρίς έγκαιρη ενημέρωση, παύει να ισχύει η δυνατότητα συμμετοχής για το τρέχον εξάμηνο.

Σε περίπτωση που ενημερώσετε έγκαιρα για ακύρωση της συνεδρίας, θα μεταφερθείτε στον/στην επόμενο/η διαθέσιμο/η coach και ώρα.

Περισσότερες από δυο (2) συνεχόμενες ακυρώσεις της συνεδρίας από τον coachee, θα τον θέτουν εκτός της παροχής αυτής.

### **ΤΟΠΟΣ & ΧΡΟΝΟΣ ΣΥΝΑΝΤΗΣΗΣ**

Οι συναντήσεις θα πραγματοποιούνται μέσω skype ή στο χώρο που μας έχει διαθέσει το Γραφείο Διασύνδεσης.

Η διάρκεια κάθε συνεδρίας είναι 45 -55 λεπτά.

Εάν έρθεις με καθυστέρηση, θα έχεις λιγότερο χρόνο για τη συνεδρία σου, όσο και η καθυστέρηση σου.



# Stellar Light

## **ΕΠΙΠΛΕΟΝ ΧΡΟΝΟΣ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ ΜΕ ΤΟΝ/ΤΗΝ COACH**

Μπορείς να με καλέσεις εάν θελήσεις να μοιραστείς μια επιτυχία ή αντιμετωπίζεις μια επιμέρους πρόκληση. Αυτή η επικοινωνία δεν χρεώνεται, απλά παρακαλείσαι το τηλεφώνημα να μην ξεπερνά τα 5-10 λεπτά.

## **ΕΧΕΜΥΘΕΙΑ**

Είναι σημαντικό για την ακεραιότητα και αξία της coaching σχέσης μας να υπάρχει ειλικρίνεια και αποδοχή νέων πιθανοτήτων. Οτιδήποτε συζητηθεί, θα παραμείνει άκρως εμπιστευτικό. Το επάγγελμά μας διέπεται από το θεσμό της εποπτείας, οπότε ως επαγγελματίας coach είμαι υποχρεωμένη/ος να έχω επόπτη. Ο επόπτης διασφαλίζει ότι λειτουργώ με βάση τον Κώδικα δεοντολογίας και τα υψηλά στάνταρ που έχουν τεθεί από τους σχετικούς φορείς του coaching . Οι συναντήσεις μου με τον επόπτη διέπονται από την ίδια εχεμύθεια – δεν αναφέρω ονομαστικά περιστατικά, αλλά ίσως περιγράψω γεγονότα που μου έχεις αναφέρει ή έχουν συμβεί κατά τη διάρκεια της συνεργασίας μας. Σε περιπτώσεις άσκησης σωματικής βίας, αυτοκτονίας ή /και δικαστικής παρέμβασης δύναται να μην ισχύσει αυτή.

## **ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ/ΑΡΧΕΙΑ**

Κατά τη διάρκεια της συνεδρίας θα κρατώ σημειώσεις σχετικά με την πρόοδο, τις απόψεις και τις αντιδράσεις σου, όπως και σχετικά με τις επόμενες ενέργειες που σκοπεύεις να κάνεις για να επιφέρεις την αλλαγή. Αυτές οι σημειώσεις θα παραμένουν σε ασφαλές σημείο κατά τη διάρκεια του συμβολαίου μας και θα τις κρατήσω για 12 μήνες μετά το τέλος αυτού. Έπειτα θα καταστραφούν.

## **ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ**

Μετά το πέρας κάθε συνεδρίας, θα σου ζητηθεί η συμπλήρωση ενός ερωτηματολογίου, το οποίο αφενός βοηθά τον/την coach στην περαιτέρω εξέλιξη του/της, αφετέρου βοηθά τον/την coachee να κάνει τον αναστοχασμό του για τη συνεδρία που προηγήθηκε. Πιθανότητα άρνησης συμπλήρωσης του ερωτηματολογίου από τον coachee, θα τον αποκλείει από τη συμμετοχή του στις coaching συνεδρίες, γιατί η αξιολόγηση αποτελεί σημαντικό παράγοντα τόσο για την αξιοπιστία του επαγγέλματος όσο και για την αξιολόγηση της δράσης από το Γραφείο Διασύνδεσης.

ΣΥΜΦΩΝΗΘΗΚΕ ΤΗΝ .....

ΥΠΟΓΡΑΦΗ COACH

ΥΠΟΓΡΑΦΗ COACHEE

Ως μέλος του EMCC (European Mentoring and Coaching Council) και του ICF (International Coach Federation), είμαι υποχρεωμένη να τηρώ τον κώδικα δεοντολογίας.

Κώδικας Δεοντολογίας EMCC <http://www.emccouncil.org/eu/en/quality/ethics>



Κώδικας Δεοντολογίας ICF

<http://coachfederation.org/about/ethics.aspx?ItemNumber=854>