

Frelst på lederkurs

Lederkurs i coaching klang først dårlig i Catherine Bruns ører. Nå er hun frelst. – Selv-innsikt er grunnleggende for å bli en god leder, sier hun.

Som turistsjef i Øyer og Hafjell deltok Catherine Brun i fjor på Eva Søgnebottens coachingkurs for ledere. Opplevelsen var så positiv og har i ettertid betydd så mye for Catherine, at hun som tilbakeflyttet trønder har sørget for at kurset blir arrangert på Lisbetsether i Skaun i høst.

– Jeg har vært på lederkurs tidligere. Dette kurset skiller seg ut, fordi det krever at du deltar med hele deg. Du blir bevisst dine egne valg og verdier på en ny måte, sier Catherine Brun.

Et sentralt tema i kurset er: hvem ønsker du å være og hvem fremstår du som? Tanken er at for å kunne lytte til andre, må du kjenne deg selv.

– Det høres ut som en klisjé, men coachingteknikkene har gjort meg mer trygg på meg selv, sier hun.

Mer tydelig sjef

Cathrine Brun var på vei bort fra stillingen som turistsjef da hun deltok på lederkurset til Eva Søgnebotten. Når hun tenker tilbake, skulle hun ønske hun hadde den tryggheten hun nå har utviklet i stillingen som turistsjef.

– Jeg var ofte eneste kvinne i forsamlinger med mange eldre menn. Hadde jeg vært sikrere på hvem jeg er, ville det ha hjulpet meg å ha større tro på det jeg sto for, sier Catherine, som mener coaching-kurset har gitt henne et sterkere rygggrad.

Lytter bedre

Å bli en bedre lytter er også en viktig egenskap for en leder.

– Jeg har lært meg å lytte på flere nivåer. Det er også viktig å huske at når du går i dialog med en arbeidstaker, må du ikke ha svarene klar på forhånd, sier hun.

Hun mener en sjef kan spare mye tid på å være en aktiv lytter i forkant av viktige beslutninger.



Stor tilhenger – Jeg fikk selv en stor aha-opplevelse da jeg var på lederkurs i coaching. Mitt ønske er at flere må få kjennskap til coaching, sier Catherine Brun. Foto: KJERSTIN RABÅS

– Å være en god lytter tar lengre tid, men det er tid du sparer på sikt ved å unngå konflikter, mener hun, og legger til:

– Det skaper tillit på arbeidsplassen at man vet at man har en leder som er en god lytter.

Coaching-kurset utfordrer den enkelts verdisyn og være-

måte. For Catherine har teknikkene grepet inn i mange deler av livet.

Coaching-kurset har for Catherine grepet inn i mange deler av livet.

– Skal du lede andre, må du først kunne lede deg selv. Alle har et forbedringspotensial, me-

ner hun.

Selv er Catherine ikke i tvil.

– Jeg har en større glede i hverdagen etter at jeg begynte med coaching.

KJERSTIN RABÅS 95 21 29 69
kjerstin.rabaas@adresseavisen.no

FAKTA

Coaching

- Kom til Norge for cirka åtte år siden.
- Coaching har hentet sin betegnelse fra idretten, hvor du har en trener som følger deg.
- I 1992 ble The Coaches Training Institute grunnlagt i California USA. De har utviklet den første ICF akkrediterte coach treningen i verden.
- Det er flest konsulenter, personalmedarbeidere, ledere og pedagoger som deltar på kurs i coaching, men også mennesker som ønsker å endre karriere og mennesker i omskolering.

Starter kvinne-nettverk

Kvinnenettverket «Mot nye mål» håper at kvinnelige ledere fra Trondheim vil møte mannssterke opp på etableringsmøte i byen 3. oktober.

I Bergen har nettverket for kvinnelige ledere og mellomledere blitt en ubetinget suksess. Nå ønsker initiativtakerne bak ideen til «Mot nye mål» å satse i Trondheim.

– Vi starter med et orienteringsmøte på Britannia. Grunnen til at vi nå også ønsker å starte opp i Trondheim, er at flere har kontaktet oss, sier leder og initiativtaker Kjersti Haukeland Sæther.

Det var da hun forlot en lærerjobb til fordel for jobb i det private næringsliv, at hun søkte etter nettverk av andre ledere.

– Flere var på søken etter det samme. Vi fant ikke noe som passet, og bestemte oss derfor å starte opp med vårt eget konsept, sier hun.

I begynnelsen var nettverket åpent for både kvinner og menn. Men de strevde med å finne fellesnevner med menn. Det ble da bestemt at denne arenaen skulle være forbeholdt kvinner.

I Bergen er det nå cirka 110 medlemmer av nettverket, som nå går inn i sitt tredje år på rad. Hele medlemsmassen deltar på fem stormøter årlig. I tillegg er medlemsmassen delt inn i celler på mellom åtte til ti personer som møtes en gang i måneden.

– Ledelse er mer enn å være sjef

Coach Eva Søgnebotten (bildet) mener de som ønsker å lede andre, har mye å tjene på å få et bedre grep om sitt eget liv.

Når Eva Søgnebottens i BeNow arrangerer kurs i coaching er det ikke teoriundervisning som står på timeplanen. Hun tar utgangspunkt i deltakerens egne erfaringer gjennom praktiske øvelser.

– Jeg lærer ikke bort teori om hvordan en sykkel virker, men om hvordan du skal sykle, forklarer Eva. Hun ønsker å ta i bruk hele mennesket. Meningen



er at man skal lære med hele kroppen og ikke bare hodet.

– Selvutvikling er ikke gratis. Du blir utfordret og det forventes at du deler gjennom å gi av deg selv. Det gjelder å finne tak i sider du som menneske ønsker å utvikle, sier Eva.

En av Evas kjepphester er at hvis du vil vite hvor du skal hen, må du også vite hvor du er.

– Harmoniserer det jeg gjør med den jeg er? Det er ikke jeg

som skal finne svarene. De må du finne selv, gjerne i samspill med andre, sier hun.

Andre spørsmål du må ta stilling til er; Har jeg balanse i livet? – Det er viktig å gjøre noe for seg selv. Da får du overskudd til å gjøre noe for andre, sier hun.

En forutsetning for å være leder er at du er glad i folk. Da er det en fin ting å starte med å være glad i seg selv.

Selv er Eva sikker på at kurset vil gjøre deg til en bedre leder eller medarbeider.

Eva mener det er en voksende interesse i markedet for coaching.



NÆRINGSLOKALER I TREKANTEN

Kontakt oss!
Næringsmegler Lars Berger,
tlf. 73 89 06 44 / 482 32 141
e-post: lars.berger@em1mn.no / www.trekanten.biz

EiendomsMegler 1
NÆRINGSMEGLING