

# Att få andra att växa och utvecklas!

Coacher har oftast ett stort intresse för människor och en stark känsla för värdet att få hjälpa andra att växa och utvecklas. De är individer som kontinuerligt jobbar med sig själva. Idealet är att de har en hög grad av integritet, coacher hjälper klienter att stärka deras fokus på efterfrågade resultat eller att uppnå uppsatta milstolpar.

En duktig coach måste vara duktig på att lyssna. Crafoord har beskrivit vikten av att kunna lyssna på olika nivåer. Den första nivån innebär att lyssna på den framsagda texten, dvs. på den vardagliga medveten nivån.

Den andra nivån handlar om empatiskt lyssnande, där vi parallellt med att höra på den talades text också lyssnar oss in i hans eller hennes känslor.

Den tredje nivån handlar om att lyssna på undertexten. Det kräver ett avspänt litet förstrött lyssnande där den dolda texten finns gömd i ordval, formuleringar och bristande överensstämmelser mellan form och innehåll.

Den fjärde nivån handlar om att lyssna på tilltalet', vem berättelsen riktar sig till.

Den femte nivån handlar om att lyssna till motsägelser såsom dubbla budskap.

Den sjätte nivån handlar om att lyssna till de egna känslorna att lyssna inåt. Att fråga sig; Hur reagerar jag på det hon eller han berättar, hur har detta samband med mina egna erfarenheter?

