

Ciao Greg, come va? E abbiamo il nostro ninja con noi, noi, Leanne, ci manterrà onesti oggi Quindi saremo in buoni libri E ho il mio collega presentatore.

con me, Simon, Simon è un collaboratore ed è un, prenderò, prenderò alcune parole.

da Greg In realtà per noi è un bravissimo allenatore di recitazione. Parlerà.

con noi sulle diverse posizioni di coaching E posso vedere tutti noi che ci uniamo da diversi.

posti Quindi sono davvero grato a ognuno di voi, specialmente alle persone che provengono da lì.

fusi orari davvero interessanti Oggi ci uniamo a voi, alcuni di noi dall'Australia, New.

Zelanda, 6:00 di sabato mattina Davvero molto interessante. Grazie a tutti per essere venuti.

in questo momento E sono sicuro che ci piacerebbe sapere da dove venite. Allora.

se puoi usare la chat, entra, condividi da dove vieni, che ora è e come ti sei dedicato a venire da noi. Davvero grato per questo E un po'.

riguardo a me sono Manthan Goghari, un ambasciatore e un pragmatico allenatore agile Quindi quando Simon.

mi ha parlato di questa posizione di coaching e ho pensato, okay, è interessante, parliamo.

a riguardo non ho intenzione di impegnarmi in quello che stai cercando di vendermi. Quindi facciamo una chiacchierata.

e portiamo con noi la comunità E, cosa più importante, siamo qui per te Quindi, grazie.

per essere venuti e voglio davvero ringraziare ognuno di voi per trovare il tempo oggi. E per favore appoggiatevi, fate domande, usate la chat, usate gli emoji..

rendiamo questo il nostro evento Facciamo in modo che ciò accada E con questo dico che questo evento avrà inizio.

Quindi facciamo rock and roll Quindi Simon e tutto questo, come abbiamo detto, non sarebbe stato possibile.

se Eric non avesse avuto quella visione interessante per unirci. Così Eric ha iniziato tutto questo.

movimento e noi semplicemente ce la prendiamo e mettiamo più energia nel fuoco. Quindi grazie a tutti.

E abbiamo anche altre persone nella comunità che si uniranno a noi Simon, se puoi andare al prossimo Quindi oggi, quello che faremo, noi.

ti parleremo di coaching e non si tratta solo di coaching agile. Potrebbe.

essere un allenatore qualsiasi: allenatore individuale, coaching di squadra, coaching organizzativo e coaching di leadership Parleremo di due diversi stili distinti di coaching,.

lo stile incentrato sulla persona e l'altro che è uno stile non direttivo.

Forse lo faremo, dopo averlo appreso, passeremo un po' di tempo nelle triadi e ci eserciteremo nelle nostre stanze per gruppi di lavoro. E infine, torneremo e rifletteremo.

in termini di ciò che abbiamo imparato, come abbiamo imparato e quali sono state le nostre esperienze. Quindi se vai.

al successivo, Simon Così, mentre stavo iniziando il mio viaggio come allenatore agile, ho iniziato.

parlando pensando a quando stavo facendo esperienza e ho iniziato come sviluppatore di software, l'ho guardato e ho detto, sembra interessante. Come dovrei procedere? ho parlato.

molti allenatori hanno detto che alcuni allenatori fanno solo domande e non lo direbbero mai.

per me qualsiasi cosa Mi chiederebbero, Oh, cosa ne pensi di questo? E tutte le risposte.

dipende e io ho pensato, okay, sembra interessante, tutto lo è.

dipende, ho detto, okay, posso, posso capirne un po'. Quello successivo è stato.

alcuni allenatori mi hanno dato delle risposte davvero fantastiche, mi hanno detto davvero di farlo e io ho pensato:.

Ok, è una mentalità interessante e alcuni usavano la filosofia che insegnavano.

qualcosa, poi mi chiedevano, e mi facevano da mentore, e poi mi insegnavano, poi mi chiedevano, poi mi facevano da mentore E io pensavo, Ok, a volte chiedevo a quelle persone.

dicendo: con quale personalità sono oggi? Sono con l'allenatore degli insegnanti oggi? Sono con il mentor coach oggi? Oppure sono con l'allenatore oggi? E questo mi ha davvero colpito nel comprendere modi diversi e prospettive diverse su come allenarsi al riguardo.

oggi lo spiegheremo un po'. Quindi se andiamo alla diapositiva successiva ecco dove.

forse voglio che ci riuniamo tutti. Pensa alla tua esperienza come coach Potrebbe.

essere un allenatore personale potrebbe essere un allenatore di squadra potrebbe essere un allenatore di leadership potrebbe essere un allenatore di organizzazione E cosa ti risuona, quindi che tipo di stili usi o hai usato E.

Ti porterò alla bacheca Miro per questa attività interattiva Quindi per quelli di.

se qualcuno di voi non utilizza Miro Board come strumento interattivo o collaborativo, ci piacerebbe vedere che tipo di pubblico abbiamo È davvero carino Dipende davvero.

Ci piace così tanto. Quindi condividerò il mio schermo. Quindi inserisco il collegamento della Miro Board nel file.

chat Entriamo nella Miro Board Passiamo altri cinque minuti E nella prima.

frame qui, come giudichi il tuo stile? Quindi prendi un post-it e personalizzalo comunque.

vuoi Se pensi che sia una direttiva, inseriscila nella direttiva e condividi perché cosa cosa.

ti risuona questo E cerca di non recintarlo Ma sì, se senti di non essere deciso.

come se alcuni di noi mettessero il tuo nome lì, vedi dove cosa ti arriva e io lo darò.

noi stessi alcuni diciamo tre minuti per questa attività E vediamo come andiamo E ci sentiamo.

libero di condividere i tuoi pensieri mentre arrivano, vedo che il ritorno è davvero su una direttiva.

stile Grazie di nuovo per averci inserito Una volta abbiamo scelto lo stile non direttivo oggi per.

noi.

Per ingrandire un po' Qualcuno ha bisogno di indicazioni È nuovo in un ruolo o in un compito Bello Guarda se.

Posso darti della musica per questo. Non so se la musica funziona. Dovrebbe se tu.

condividi l'audio Ecco fatto, ho dimenticato di condividere l'audio Quindi vediamo Tell.

per me qualcosa in più sul non direttivo. Ciò che risuona per te in uno stile non direttivo.

dell'allenamento? Come multimodale. Potresti approfondire questo aspetto? Cosa significa per te? Se sei soddisfatto.

per disattivare l'audio Parliamo di questo per un minuto circa.

E multiplo significa semplicemente che, a seconda del contratto, trasmetti al tuo cliente il contratto di squadra o di organizzazione individuale o il contratto di manager coaching che svolgi presso.

all'inizio Sceglierai la modalità di coaching preferita che può essere un coaching professionale.

il tipo di stand può essere un tipo di mentoring o coaching di guida. E poi ovviamente ne hai diversi.

le posizioni nell'allenamento dipendono dalla configurazione Non è sempre uno a uno Ma comunque,.

questo è ciò che significa multimodale. Grazie per aver detto questo. Quali sono alcuni dei principi guida.

per farti prendere una decisione quando utilizzare utilizzare cosa puoi condividere uno o due esempi? Quindi è un contratto in ogni configurazione di coaching professionale. Hai una faccia contratta.

quello che fa ogni coach professionista E nella faccia contratta c'è una conversazione.

con il cliente possono volerci dai 30 ai 90 minuti. È preimpostato. È qualcosa che ti alleni.

su come eseguirlo protocolli che sono modelli da seguire Ed è lì che si sceglie insieme.

con il cliente Come ho detto, che si tratti di un team individuale o di un'unità di leadership, qual è la preferenza.

modalità per quanto tempo tre sedute, 10 sedute, poi si rinnova il contratto.

Meraviglioso Grazie per la condivisione che ci concederò ancora un minuto e vedrò se ne abbiamo bisogno.

più tempo per quello.

Bec, hai detto che se qualcuno ha bisogno di indicazioni è che è nuovo in un ruolo o in un compito. Vedi.

è un trasferimento di esperienza e conoscenza. Questo è sempre stato il tuo principio guida,.

Becky? No, l'ho semplicemente detto come se usassi direttiva e poi ovviamente non direttiva.

Lo uso anch'io Ma stavo solo dando un esempio di direttiva, voglio dire, in un certo senso lo metterei.

un post-it nel mezzo della scelta a seconda della situazione e di ciò che sto affrontando Sì.

Quindi grazie, grazie per averlo condiviso. E primo, hai parlato di come trovare i limiti.

la persona che trova ciò che le impedisce di raggiungere i propri obiettivi Quindi usi il non direttivo.

stile per quel meraviglioso meraviglioso Grazie a tutti per avermi permesso di condividere.

la tua prospettiva Quindi, per favore, mentre analizziamo tutto il discorso, usa questa Miro Board It's.

nella chat per dividerlo. Quindi, Simon, torniamo a te. E puoi continuare Prima di andare,.

Greg ha una domanda. Quindi, mentre ti prepari, fallo, Greg.

Stavo solo per fare un'osservazione. Se guardi su LinkedIn e.

anche nel posto in cui lavoravo alla fine, c'è una spinta maggiore a essere più direttivi, a essere più un coach per le consegne, e non necessariamente solo un coach, vogliono parte del materiale per le consegne dai pullman che vedo che sempre di più su LinkedIn lo vedo di più.

e altro su un sacco di cose. Ma quindi penso che sia importante non essere solo non direttivi.

eppure in questo momento c'è la richiesta di essere un po' più direttivi.

Meravigliosi ringraziamenti Grazie per aver condiviso questa prospettiva, Greg E sì, è proprio mentre disfacciamo le valigie.

Impariamo qualcosa in più sulle sfumature dei due stili. Quindi tocca a te, Simon.

Sì, piacere di conoscervi a tutti. Quindi mi chiedevo solo, andrebbe bene se fossimo in più.

accendi la fotocamera in modo che io possa vedere il tuo bel sorriso e i tuoi volti? Vengo da Sydney.

Se non ci siamo mai incontrati prima, è molto presto qui, 615, vedere le vostre facce potrebbe aiutarmi.

per rimanere sveglio Altrimenti, sto solo fissando il mio schermo vuoto e sta diventando un.

un po' solo e noioso con i miei figli e mia moglie che dorme, quindi se potessi accendere la fotocamera,.

sarebbe bellissimo Sarebbe fantastico Mi darebbe semplicemente quell'energia in più.

continua così ancora un po' Grazie mille Quindi sì, quindi come presentatore di manutenzione, lo sono.

condividendo davvero parte dell'apprendimento, ho iniziato la mia formazione in consulenza alcuni anni fa e anche come allenatore ho avuto simili a Manfin continuo a chiedermi, quando dovrei dirlo.

gente, so qual è il vostro problema, ma devo stare zitto e stare zitto e lasciarvi allenare finché non arrivate al vostro momento aha? Perché è quello che dovrebbe fare un allenatore E.

quando ho imparato, e ho seguito la mia formazione e il mio apprendimento, mi sono imbattuto in questi due modelli. Questi sono due degli psicologi più influenti negli anni '60 E molti altri.

ciò che facciamo oggi, ciò che sappiamo della psicologia è stato fortemente influenzato da queste due persone, Kyle Rogers e Albert Ellis. Qualcuno nella stanza ne ha sentito parlare? Perché semplicemente.

voglio avere un'idea Se ti stessi stringendo la mano e sì, penso che qualche reazione.

Sì, bene. Quindi spiegherò molto velocemente quello che ho imparato da lì. Quindi.

ma prima di farlo, quello che ho anche imparato è che, wow, come prima di fare la mia formazione, sai, a volte alcune persone, alcuni dei miei mentori mi dicono che il coaching è molto diverso nel counseling o nella psicologia Ma non è quello che io imparato è che a partire dal.

fine del 1800 quando Ford iniziò a pensare: Oh, qual è la psicologia? Qual è la diversa età, l'occhio, come tu cosa ottieni dai tuoi sogni e tutto questo da Kyle, da allora sono successe un sacco di cose meravigliose, specialmente negli anni '50 e '60 dove è quasi come se tutti avessero una teoria diversa su come lavoro di psicologia umana Se vai davvero.

come se ognuno avesse la propria teoria e tutti dovessero studiare per dimostrare di avere ragione. Ma non solo, continua ad andare avanti fino a poco tempo fa, nel 2000 e a Sydney, una.

il professore ha iniziato a pensare: Ehi, cos'è una cultura? E questo è ancora più attivo oggi.

Molto di ciò che impariamo sul coaching in realtà affonda le sue radici nella stessa teoria psicologica che conosciamo.

Quindi inizierò ad approfondire l'argomento.

Quindi la persona inviata in terapia fu proposta da Rogers negli anni '60.

Si basa sulla sua esperienza clinica e sui molti studi che ha effettuato.

Una delle differenze fondamentali nella sua teoria è che a quei tempi uno psicologo proveniva da una storia medica.

Sono come un dottore.

Quindi sono loro gli esperti.

Per lui no.

Il cliente è l'esperto del suo problema.

Quindi, come terapeuta, tutto ciò che devi fare è concentrarti sul fornire le condizioni necessarie per aiutare la persona.

E poi è tutto ciò di cui hai bisogno.

Entrerò nella condizione da lui proposta.

Ha proposto che ci siano solo tre condizioni.

Questo è tutto ciò di cui hai bisogno, solo queste tre condizioni.

Il primo è che il cliente sia un cliente incongruente, avendo una relazione con un terapeuta congruente.

Spiegherò un po' di più cosa significa congruente.

Una volta che si ha questa relazione, tutto ciò che i terapeuti devono fare è esercitare e dimostrare ciò che lui chiama considerazione positiva incondizionata e anche dimostrare quella comprensione epifitica.

E poi finché il cliente può sentire queste due condizioni, è tutto ciò di cui hai bisogno.

Non è necessario essere in grado di sapere porre la domanda giusta o guidare il cliente a farlo.

andare in qualsiasi direzione.

Ora il significato di congruente e incongruente è che tutti abbiamo un'immagine di noi stessi.

Tutti noi abbiamo un'immagine di come siamo in base al nostro sé ideale o al modo in cui le persone ci vedono.

Fiducioso significa che c'è un ampio divario tra il sé ideale e ciò che le persone ci vedono.

Le persone congruenti indicano che il divario è molto più sovrapposto.

Quindi siamo più autentici, possiamo dire.

Quindi questo è tutto ciò che ha proposto.

Quindi i saluti positivi incondizionati significano essere in grado di accettare la persona non importa cosa pensa, non importa quanto sia diverso, non giudicare e dimostrare che ti accetterò per come sei.

Se sei un genitore, sapresti cosa intendo quando hai a che fare con cinque anni o fai i capricci.

Questo è fondamentalmente ciò che significa.

Quindi dimostrerò anche ciò che Rogers sta realmente dicendo è che semplicemente essendo in grado di ascoltare, non è necessario pensare a quale domanda porre al cliente per aiutarlo.

muoversi o come si muove.

Molti di noi si sono allenati su ciò a cui risponderò.

Ci sono così tante cose qui.

Ma mentre ascolti, ascolta e basta.

Non pensare nemmeno a come risponderai.

Basta ascoltare.

Ascolta quello che sta dicendo.

Ascolta il segnale non verbale.

Ascolta il tono.

Ascolta quello che lui o lei non sta dicendo.

Questo è tutto.

C'è molto silenzio se guardi la terapia di Rogers, in cui mostrerò un video di tre minuti che mostra una delle sessioni che ha.

Questo è disponibile su YouTube.

Quello che è successo in quel giorno è che hanno fatto un esperimento, una signora chiamata Gloria, ha partecipato a questo esperimento in cui ha avuto una sessione con Carl Rogers e Albert Ellis.

Ed entrambi dimostrano come la loro terapia potrebbe aiutare questa donna.

In questa sessione con Rogers, Gloria ha discusso con lui di uno dei problemi con cui sta lottando.

Ricorda che siamo negli anni '60.

Quindi è molto più conservatore.

Uno dei problemi che stava affrontando con Gesù era recentemente divorziata e talvolta lei riportava un uomo a casa sua dopo un appuntamento.

Ha paura che le sue figlie la vedano riportare un uomo a casa sua e non sa cosa dirle.

E questo è ciò che accade in questa sessione.

Quindi è veloce qui.

Non è solo il suo problema o il rapporto con lei, è anche dentro di te.

Mi sento così tanto in colpa.

Cosa posso accettare di fare? SÌ.

SÌ.

E ti rendi conto che hai creato una sorta di sub-diffusionista per assicurarti di non essere catturato o qualcosa del genere.

Ti rendi conto che stai agendo spinto dal senso di colpa, vero? SÌ.

Vorrei sentirmi a mio agio in qualunque cosa faccia.

Se scelgo di non dire la verità a Pammy, per sentirmi a mio agio sul fatto che non può gestirlo, non lo faccio.

Voglio essere onesto eppure sento che ci sono scenari che non accetto nemmeno.

Se non riesci ad accettarlo dentro di te, come potresti sentirti a tuo agio nel dirglielo? Giusto.

Eppure, come dici tu, hai questi desideri e hai la sensazione di non sentirti bene con loro.

Mi siedo lì e mi lascio cuocere dentro.

voglio di più.

Voglio che tu mi aiuti a liberarmi del mio senso di colpa.

Se riesco a liberarmi del senso di colpa per aver mentito o essere andato a letto con un single, tutto questo solo per sentirmi più a mio agio.

E immagino che vorrei dire, no, non voglio lasciarti ribollire nei tuoi sentimenti, ma d'altro canto, sento anche che questa è una cosa molto privata che non potrei assolutamente rispondere per te, ma sono sicuro come ogni cosa, proveremo ad aiutarti a lavorare per trovare la tua risposta.

Non so se per te ha senso, ma lo dico sul serio.

No, apprezzo che tu lo dica.

Sembra che tu lo dica sul serio.

Allora, Pam, come fai a scegliere qualcosa da solo, vero? Il che mi fa sentire molto immaturo.

Questo non mi piace, voglio dire.

Vorrei essere abbastanza grande, abbastanza matura da prendere le mie decisioni e rispettarle, ma ho bisogno di qualcuno che mi aiuti, qualcuno che mi spinga.

Quindi non puoi mai allenarti per questo, immagino, fino a quando, perché, se fossi qualcuno o se fossi cresciuto, sarei abbastanza maturo per decidere cose come questa da solo.

Giusto.

E correre più rischi.

Vorrei correre più rischi.

Vorrei poter andare avanti, essere questo e dire che, comunque i bambini crescano, ho fatto del mio meglio.

Non dovevo avere costantemente questo conflitto.

E vorrei che dicessiate che qualunque cosa mi chiediate, ragazzi, almeno vi ho detto la verità.

Forse non ti è piaciuto, ma è stata la verità.

Questo è in qualche modo che posso ammirare.

Manco di rispetto alle persone che mentono.

Lo odio.

Quindi vedi, che doppio barone sono, e mi odio se sono cattivo, ma mi odio anche se mento.

Quindi è accettare.

Voglio diventare più tollerante.

Immagino che, a giudicare dal tuo tono di voce, sembri come se odiassi di più te stesso quando menti che in termini di cose che disapprovi nel comportamento.

Io faccio.

Io faccio.

Perché questo mi ha davvero infastidito.

È successo con Pamela circa un mese fa e continua a tornarmi in mente.

Non so se tornare indietro e parlargliene.

Oh aspetta, potrebbe anche aver dimenticato quello che mi ha chiesto.

Ma è semplicemente così.

Immagino che tu non l'abbia dimenticato.

Non l'ho fatto, no.

Non l'ho fatto.

Vorrei almeno poterle dire che ricordo di aver mentito, e mi dispiace che la tua bugia mi abbia fatto impazzire perché l'ho fatto.

Non lo so.

Mi sento come se ora la cosa fosse risolta, e non risolvo nemmeno la cosa, ma mi sento sollevato.

Ho la sensazione che tu mi stia dicendo che non mi stai dando consigli, ma ho la sensazione che tu voglia davvero sapere cosa sta succedendo, vuoi seguire Gloria, e andare avanti e seguirla.

Questo è quello che sento, sostenendoti.

Sì, quindi non so cosa ne pensi, ma puoi vedere che c'è molto silenzio e pausa nel modo in cui la risposta di Roger dopo che Gloria ha parlato.

E puoi anche vedere che è davvero difficile ridurre la sessione in un paio di minuti.

Ti incoraggio davvero ad uscire e dare un'occhiata tu stesso alla sessione.

Ma puoi vedere fin dall'inizio quando Gloria mi ha chiesto, aiutami a rimuovere il mio senso di colpa, e poi mi preoccuperò che tu continui a dirmi la stessa cosa.

E poi alla fine, c'è un momento di riflessione in cui tutto ciò che ha fatto è stato riflettere ciò che ha detto, inclusa la voce della sua risposta.

E questo è tutto.

Questo è tutto ciò di cui aveva bisogno.

E come ha detto lei, non hai fatto niente, ma mi sento sollevata.

Cosa pensa la gente? Grazie, Leon, per aver affermato che sì, mantenere lo spazio è davvero importante.

Sì, praticamente, quello che mi viene in mente è che sono colpito dal fatto che Gloria sia stata abbastanza paziente.

Mi sarei semplicemente alzato e avrei scosso il signor Roger dicendo: sei ancora vivo?.

Sei ancora con me? Mostrami qualche emozione umana.

Sì.

Oh, Eric.

Bene, una delle sfide che penso che abbiamo qui è che in questo caso Gloria è qualcuno con problemi che non sono legati a te in un'organizzazione.

Ciò che vediamo è che i problemi riguardano tutti.

Quindi, specialmente se non è un coach esterno, che essendo esterno ha cose buone e cose cattive, sai, forse sei meno influente perché le persone non ti conoscono, non si fidano di te, allora, o forse si fidano di te, allora l'interno gli allenatori sono integrati nella cultura e nei problemi attuali e sono parte del problema.

E questa è una delle sfide che generalmente vediamo, in questo caso questo video è un po' più neutro di ciò che possiamo aspettarci in un'azienda.

E questa è la mia opinione.

Va bene.

Va bene.

Grazie.

Grazie per il tuo tempo.

Fa il prossimo.

Quindi, prima di andare avanti, penso che l'abbiamo fatto.

Se.

Sì, per favore condividi sul tuo.

Nella chat e torneremo anche alle domande alla fine.

Quindi la prossima che condividerò è la Terapia Razionale Immotiva Comportamentale proposta da Alice.

Ora, ancora una volta, questo è molto diverso.

Le macchie che ha proposto.

Il terapeuta o il coach o la persona che aiuta in questo caso è visto come un insegnante che insegna al cliente il processo di pensiero come lui lo chiama.

Ciò in cui crede è che le persone spesso hanno convinzioni irrazionali, come le definisce lui.

E a causa di quelle convinzioni irrazionali ci induce ad avere una risposta emotiva negativa.

Quindi, molto semplicemente, tutto ciò che pensa che tu debba fare è cambiare la tua convinzione, contestarla con una convinzione positiva, quindi questo risolverà tutti i tuoi problemi.

E' semplicissimo.

Quindi sei stato molto direttivo su come pensare, insegnando al cliente come pensare.

E ha inventato questo modello ABCDE e talvolta chiamato semplicemente modello ABC.

Quindi, come ho detto, un evento, un evento attivante, potrebbe essere qualsiasi cosa.

Potrebbe trattarsi di un incendio boschivo.

Potrebbe essere che eri in ritardo al lavoro.

I tuoi figli stanno piangendo, o potresti essere che hai perso il lavoro.

L'evento in sé è neutro.

È una tua convinzione personale.

Se hai una convinzione irrazionale, ciò causerà conseguenze negative.

Quindi tutto ciò che devi fare è contestare quella convinzione irrazionale con una più positiva.

Allora avrai un nuovo effetto che ti darà nuove sensazioni.

Semplice, vero? Quindi, per darti un altro esempio.

Se qualcuno, questo è qualcosa nel mio passato quando alleno i leader, spesso, o qualche volta, sentivo i leader dire, oh, questa è una posizione così stressante, Simon.

Devo prendere tutte le decisioni per la squadra perché sono responsabile.

Sono responsabile.

E se non lo faccio, la mia squadra mi vedrà come un leader debole.

Sai, una precisazione, significa che pensi davvero che chiunque sia il leader debba essere in grado di fare tutto? Altrimenti non ne varrai la pena.

Non avrai alcun valore come leader.

Quindi li aiuto.

Vorrei sottolineare: cosa ne pensi di questi principi agili? Se capisci davvero il principio di motivare le persone, se capisci davvero che devi aiutarle a diventare una squadra auto-organizzata, se pensi davvero al ritmo sostenibile, alla capacità di lavorare, senza porsi come un collo di bottiglia, come penseresti adesso? Come reagiresti a ciò? Indicandoli, questo è il tuo processo in cui potresti aver sbagliato.

Ora cosa stai per fare? E poi un altro esempio è, oh, dobbiamo avere cose di buona qualità prima di rilasciarle al cliente.

Bene, aspetta.

È che stai pensando questo, poiché sei davvero in imbarazzo se le cose non sono andate come volevi, quando ricevi un feedback negativo, allora sarai in imbarazzo.

Ma che dire del principio di avere un software funzionante, un prodotto funzionante come misura primaria e consegnarlo frequentemente?.

Se ci credi e li capisci veramente, sembra essere contraddittorio.

Quindi stai sottolineando, ancora una volta, il modo in cui pensano che sta causando loro problemi.

Farò vedere lo stesso esempio nel video dei tre minuti.

Quindi questa volta Gloria sta esplorando con Albert se può scegliere l'uomo perfetto che lei desidera davvero.

E puoi notare come il modo in cui Albert le risponde sia molto diverso.

Non so se questo sia in linea con quello che dici, ma la cosa che sento è che allora mi insospettisco.

Sono il tipo di donna che piacerà solo a quelle che lo sono?.

comunque non è il mio tipo di ragazzo? C'è qualcosa di sbagliato in me? Non troverò mai il tipo di uomo che mi piace? Mi sembra sempre di prendere l'altro.

Va bene, ora ti stai avvicinando a ciò di cui sto parlando, perché stai davvero dicendo che se fossi questo tipo di donna a cui nessuno di questi bravi maschi idonei piacerà, allora sarebbe terribile.

Non otterrei mai quello che voglio, e sarebbe davvero una cosa spaventosa.

In più, non mi piace pensare a me stesso in quel modo.

Voglio pormi su uno standard più elevato.

Non mi piace pensare che potrei essere solo una Jane Doe media.

Per il secondo argomento, supponiamo per il momento che sia così, che tu sia una Jane Doe media.

Ora, sarebbe così terribile? Sarebbe scomodo? Sarebbe spiacevole? Non lo vorresti? Ma proveresti un'emozione come timidezza, imbarazzo, vergogna solo per il solo fatto di credere che forse diventerò come

Jane Doe? Non lo so.

Non penso che potrebbe, perché dovresti comunque essere una brava persona.

come penso che tu abbia appena detto e sarebbe molto brutto Sarebbe terribile sarei un buono a nulla Nick se solo lo facessi.

Beh, non otterrei mai quello che voglio se fossi solo una Jane Doe e se dovessi accettarlo.

Non otterrei mai quello che voglio e non voglio vivere il resto della mia vita solo con uomini schifosi Beh, questo è necessariamente così che tu non direi mai che le tue possibilità sarebbero ridotte perché conosciamo alcune ragazze schifose che trova degli uomini splendidi Sì, vedi, quindi stai generalizzando Stai dicendo che probabilmente avrei più difficoltà.

Ma poi stai saltando a quindi non capirei mai tutto Vedi il catastrofico lì a cui sei saltato sì, ma a me sembra così in quel momento Sembra che sia durato un'eternità Esatto Ma non è così voto di sfiducia nei tuoi confronti un voto di sfiducia essenziale? Sì, e la sfiducia è perché stai dicendo una cosa che non voglio perdersi. Stai dicendo che anche se fosse come se andassi in uno studio medico per iniziare una conversazione con lui perché mi attirava o mi ha fatto appello? Giusto anche entrambi, per quanto sto iniziando una conversazione personale con lui. Perché no, se è un individuo idoneo, qualsiasi tipo di individuo idoneo? Beh, so che lo accetti, ma sembra terribilmente sfacciato, suppongo che sia sfacciato, cosa hai da perdere, il peggio che puoi fare è rifiutarti e non devi rifiutarti se stavi pensando in questo modo che noi' stiamo parlando da circa cinque minuti. Oh, sì.

Ora puoi provare a farlo? Penso di pensare di sì Mi darà uno sport uscire e vedere che hai ragione Tutto quello che posso fare è essere rifiutato, giusto, e questo significa che sei intatto Ti lascia e basta.

Sfortunatamente per il momento non ottieni ciò che desideri. Grazie Eric per averlo sottolineato Sì.

È molto diretto e se guardi l'intera sessione quasi puoi vedere come Gloria sia molto più confusa e il livello di energia che c'è dentro È più Questo è più dibattito Ci sono più domande.

Anche questo è più impegnativo essere sfidato Sì, quindi penso che con il tempo andrò avanti quindi una delle riflessioni sul riepilogo che ho imparato è Abbiamo scoperto che ciò che Carl Rogers ha proposto è l'importanza di non fare È il ascoltare e comprendere la persona e avere quell'atteggiamento avere quel rispetto positivo incondizionato anche se hai a che fare con una persona che la pensa davvero diversamente come allenatore agile spesso devo avere a che fare con leader che sono addirittura in disaccordo con quei principi agili, ma va bene Lui oppure è ancora una leader di grande successo devo davvero aiutarmi a trovare modi per trattenerne e accettare la persona così com'è comunque da quello che Albert Ellis è molto direttivo Ma una cosa da tenere a mente è che lui o lui sta proponendo è direttivo sul processo Direttiva sul modo in cui il cliente dovrebbe pensare, non direttive sul contenuto Non dirgli che questo è ciò che dovresti fare Ma il modo in cui pensi sembra che qualcosa sia andato storto Posso vedere che lì è andato storto.

Cosa sai fare? Bene, questo è quello che ti direi e che ti suggerirei di fare diversamente Sì, questa è la mia condivisione Grazie mille, penso che ora te ne ho parlato.

Grazie, Simon Grazie per averci dato un'idea in merito.

prospettiva davvero diversificata e interessante.

Ora è il momento di mettere in pratica ciò che abbiamo appena imparato.

tra poco tempo, irromperemo e probabilmente avremo circa 30 minuti di stanza per le riunioni e tu avrai due

poche opzioni Quindi verrai fatto uscire ed Eric, se riuscirai a far uscire le persone in gruppi di tre.

e lì quello che ti consigliamo una volta entrato nei gruppi di tre è identificare chi sarà l'allenatore, chi sarà il cliente e chi sarà l'osservatore? Ora qui hai più opzioni: puoi semplicemente fare uno o due grandi cicli di conversazioni di coaching e osservazione oppure puoi fare tre cicli di dieci minuti ciascuno in cui a turno diventi coach, cliente o osservatore, quindi entro quei dieci minuti otto minuti trascorsi nel coaching e due minuti solo per il debriefing di ciò che provi e semplicemente per condividere la conoscenza e nella vita reale se fossi seduto nella vita reale se sei l'osservatore, ti consiglio vivamente come osservatore di riattivare l'audio e accendere il tuo telecamera spenta in modo che il coach e il cliente siano immersi in una conversazione e il coach e il cliente Hai le telecamere accese e i microfoni accesi e parli di qualsiasi scenario che vorresti fare E recitalo Non lo daremo uno scenario specifico.

Quindi, per favore, scegliete uno scenario che vi piacerebbe guidare e ricevete un po' di coaching in merito, così eventuali domande finali prima di suddividervi in gruppi di tre.

e se succede qualcosa di cui non sei sicuro e prendi appunti, penso che amico, resterò nella stanza principale..

E se per qualche domanda siete rimasti bloccati, sentitevi liberi di tornare fuori.

Possiamo darti qualche consiglio e aiuto se fosse sì. Sì, lo faremo. Grazie, Simon.

quindi con questo chiederò a Eric di suddividerci in gruppi di tre e le squadre sono un po' importanti quindi ti faranno uscire all'istante e a volte ti riporteranno anche indietro all'istante Quindi ci dirà quanto tempo hai E tu si muoveranno tra 10 secondi Ciao a tutti, bentornati, so che è come se qualcuno vi avesse strappato la catena e vi avesse riportato indietro da tutti noi.

So di averlo sperimentato, com'è stata quell'esperienza per ognuno di voi e quello che ci piacerebbe fare dopo lo inserirò ed è qui che avremo una conversazione più ampia come gruppo prima di approfondire quello che c'è tutte le domande scottanti che sono.

Emergenza di cui vogliamo parlare prima di entrare in una condivisione di gruppo di come è stata la nostra esperienza Manthan sì, è maschile, voglio solo dire che sto bene, mi sento La mia decisione di lavorare con un'azienda locale mi ha fatto sentire molto bene e il rilascio del Quella pressione, ho una sessione molto buona con il mio allenatore. Meraviglioso grazie. Grazie per quella condivisione, va bene.

Ho inserito una scheda Miro, quindi chiederò a tutti voi di farlo.

Saltate sulla Miro Board e mentre lo stiamo esaminando ne parliamo ancora un po'.

in termini di Quale è stata la tua esperienza quali erano i pensieri e porterò tutti a me Quali erano i tuoi pensieri e quando sceglieresti con stile visto ciò che hai appena vissuto? So che è una sessione molto breve. Avremmo potuto durare un'altra ora o giù di lì solo per conversare sul nostro.

Come fare questo lavoro? Dimmi, attiva i tuoi commenti mentre scriviamo, parla con me Dimmi perché cosa sta emergendo ora mentre scrivi cose lì dentro? E se qualcuno ha bisogno di aiuto con la Miro Board, per favore mi dica che posso essere uno scriba o possiamo risolvere alcune cose Mentre stiamo scrivendo e stiamo registrando, qualcun altro vorrebbe condividere la propria esperienza con il gruppo Lo adoro Avevo Greg nel mio gruppo come allenatore.

È fantastico poter tenere un discorso e poi anche ricevere un po' di coaching gratuito. Bello bello, quindi lo hai spinto, lo hai spinto a cambiare il suo stile? Qual è lo stile direttivo per passare a quello non diretto? Penso che li abbia esercitati entrambi in una sessione. Bello. Allora quali sono stati i punti salienti che sono emersi? Ne hai avuto qualcuno sì, ha dato ha ascoltato prima e poi mi ha anche chiesto cosa apprezzo

davvero lui Questo è un punto che ha chiesto se va bene se ti do qualche consiglio E ha chiesto il mio permesso e ha detto beh certo e poi inizia condividere alcune idee e questo è utile. Mi ha aiutato a riflettere sul fatto che non necessariamente farò esattamente quello che suggerisci.

Ma mi ha dato alcune indicazioni per pensare in modo diverso, il che significa che penso che questo sia stato ciò che mi è stato veramente utile Grazie, grazie per aver condiviso che probabilmente chiederò la stanza in cui ero lì Ho deciso di essere l'osservatore.

Beh, uno degli osservatori aggiuntivi, quindi Carice e Leanne stavano avendo una sessione, quindi ti piacerebbe se potessi condividere alcuni pensieri su quali sono state le tue esperienze? Come allenatore è stato interessante perché il mio stile naturale è quello di non essere direttivo e cercare di diventare sempre direttivo. È stata una lotta per me e penso che anche Carice ho potuto vedere che le sarebbe piaciuto essere riflessiva, quindi è così sai, continuavo a tornare in quella modalità e poi ci sono momenti in cui penso che fosse solo un tentativo di colpire nel segno Devi pensare a questo particolare aspetto Quindi lo stile direttivo era utile allora ma mi piacerebbe per ascoltare i pensieri di Carice Sì, penso che in questo particolare gioco di ruolo penso di aver avuto molto da scaricare e quindi mi ha aiutato a porre domande potenti per organizzare un po' i pensieri prima di lei.

Ho ricevuto un po' di direttiva in modo che potesse aiutarmi a prendere una direzione in base a ciò che ho detto Quindi è stato comunque molto riconoscente, penso di averle reso un po' difficile affrontare la sua sfida di essere la persona direttiva che non fa t Di solito lo faccio, ma ho avuto la sensazione che mi ascoltasse bene e mi sono sentito molto a mio agio quando usava entrambe le stelle. Penso che il momento fosse appropriato.

Meraviglioso e so che ne abbiamo parlato un po' prima di essere presi in giro. Sembra che a volte come allenatore e un allenatore entri con la mentalità ed è come una danza E a volte devi guidare a volte devi essere guidato come allenatore come allenatore e poi appoggiarsi a entrambi gli stili ed è qui che adoro il modo in cui Mac parla in un certo senso dell'essere davvero neutrale e mi piacerebbe sentire il tuo condividere la tua prospettiva Okay, fai se tu ' stai parlando, l'audio è disattivato, ma ti risponderemo Eric, hai una domanda o un commento.

Sì, quindi due cose sono molto importanti poiché probabilmente sai che la neurodiversità è molto importante nell'utilità aziendale e ci sono così tante ragioni che spiegano Nel libro, specialmente quando ci sono cambiamenti nel mercato, molta pressione, ecc. una persona iperattiva Ho migliorato tutta la mia vita, ma mi considero sempre una persona iperattiva Abbiamo davvero davvero difficoltà ad ascoltare e devono essere Qualcosa che pratici continuamente ed è una delle tecniche che ho trovato molto utile.

Perché sai che sei nel bel mezzo di una sessione di coaching e ti senti come se fossi nel bel mezzo di una sessione di coaching E ti senti come se avessi bisogno di parlare ed è più potente di te E una delle cose semplici dello stato L'ho trovato e ne ho parlato un paio di volte riguarda l'uso di un quaderno e poi ogni volta ti senti come se dovessi parlare adesso Solo per costringerti a prendere degli appunti su quel quaderno Questo è molto semplice ma ti permette di regolare il tuo tempo sostanze chimiche nel tuo cervello Pochi secondi e pochi secondi possono fare la differenza nell'immagine Ho voglia di parlare adesso Devo dirlo a questo ragazzo Sì, devi farlo o qualsiasi altra cosa.

Prendi e prendi nota di ciò che ha detto questa persona. Questa è la prima cosa e la seconda cosa che penso sia impegnativa, inoltre è non spostarsi da una critica, sai a volte le persone ti chiedono di darti qualche consiglio e poi si muovono verso qualche critica E infine si nota anche qualcosa di importante la comunicazione non violenta penso che sia un ottimo abbinamento per ognuna di queste tecniche.

Sì, grazie. Grazie Eric per questa condivisione ed è una delle più grandi.

La salvezza anche per me è semplicemente prendere appunti perché la maggior parte delle volte è quando ho

esperienze che volevo condividere tutto prima di sentire un'altra prospettiva e se qualcuno mi interrompe, allora smetto di condividere, queste sono state alcune delle mie reazioni a questo. Quindi IO.

un ottimo consiglio per tutti noi, in un certo senso, so che la maggior parte delle persone che fanno parte del circuito del coaching hanno i loro taccuini preferiti che si portano dietro ovunque, sia digitali, sia analogici, così meraviglioso. Un'ultima condivisione prima di tornare a il gruppo.

Va bene, tutto tuo, Simon, torno e penso che lo stiamo facendo.

Penso che sia tutto Quindi Greg ha alcuni commenti Sì, vai avanti Greg.

Non riesco a disattivare l'audio Sì, puoi sentirti adesso Sì, puoi sentirti Greg Sì.

Okay, okay, ci ho messo un po' a riflettere. Uno dei motivi per cui ho inserito lo stato di interruzione e la direttiva.

è che spesso, quando alleniamo, le persone possono rimanere bloccate in quell'unica prospettiva e quindi è necessario avere una qualche forma di stato di interruzione per aiutarli a vedere altre prospettive e non credo che possiamo farlo in modo non diretto. Grazie per condividendo quella prospettiva Greg.

È davvero interessante. Sì, Eric.

Una delle cose che puoi usare in questi casi è usare i giochi perché i giochi sono come un momento immaginario in cui inizi un gioco e finisci un gioco e poi le persone si sentono più rilassate durante i giochi e poi quando stai facendo un gioco non lo fai mente sperimentando diverse prospettive.

Finché il gioco ha un inizio iniziale e un inizio finale e questo è ciò che nel cambiamento iniziale lo chiamiamo tempo di gioco Quindi durante questo periodo di tempo il tuo cervello si comporta in modo diverso.

modo Ha una modulazione di alcuni ormoni in modi migliori Quindi una o forse una opzione,.

Non so, forse un'opzione per il problema di Greg è: beh, non è il problema di Greg ma il problema.

quello che Greg stava menzionando è usare i giochi così, dove le persone vengono, sperimentarne un altro.

la mente dice che un gioco è un gioco, ma poi devi assicurarti di finirlo.

Sì, quindi penso che per me l'apprendimento derivante dallo studio della fine della terapia di una persona sia che in realtà puoi semplicemente riflettere, intendo l'esempio dell'estratto del video che ho ritagliato semplicemente riflettendo ciò che la persona ha detto. Arrivano al momento in cui potrebbero ah.

sì, so qual è il mio problema ora. Se ne hai sentito parlare, sai che dovresti andare ancora più estremo.

se hai sentito parlare di un linguaggio pulito è un'altra terapia proveniente da una persona che pensa che Carl Wardzio fosse ancora troppo troppo direttivo Sta ancora condividendo la sua opinione.

troppo, quindi ha inventato questa serie di domande per cui hai discusso il tuo problema in modo simbolico.

termine Non descrivermi nemmeno qual è il problema. Dimmi con cosa lo descriveresti.

un oggetto o una storia con una narrazione che è totalmente irrilevante e fai semplicemente una domanda e la persona dirà oh sì, so qual è il mio problema ora, grazie mille.

Quindi penso che sì, questa sia la parte potente che ascoltando veramente, allora sì, aiuterebbe, ma sì, è sì, penso che anche ognuno abbia un'esperienza diversa.

Meraviglioso grazie, grazie per aver condiviso anche questo, Simon. Se puoi, condividi le diapositive.

ancora una volta le poche diapositive alla fine. Quindi ringrazio davvero ognuno di voi per esservi riuniti.

trascorri il tuo venerdì sera o sabato mattina con noi per conoscere questa esperienza da diverse prospettive e volevamo solo che tu continuassi questa esperienza e, se non hai già l'ebook, vai avanti, prendi l'ebook, ci sono molti contenuti qui ci sono molti modelli che impari a sperimentare per condividere e possiamo anche giocare con un supporto aggiuntivo in HANA AI come nostro esperto di agilità aziendale e la nostra comunità mondiale che sarà presente Infine, per favore, unisciti a noi ecco il gruppo WhatsApp.

che ci piacerebbe che tu venissi a far parte di un gruppo e ti godessi semplicemente il resto della giornata e apprezziamo davvero ognuno di voi che dedica del tempo a venire con noi condividendo le proprie intuizioni e vogliamo davvero ringraziare ognuno di voi per essersi appoggiato nel condividere la propria esperienza essere vulnerabili essere aperti su ciò che c'è e un grande ringraziamento a ognuno di voi per aver dedicato del tempo a noi, quindi con questo chiudiamo questo evento e ringraziamo tutti per essere qui grazie mille per il vostro presenza e il vostro contributo oggi Grazie, grazie Manthan e grazie a tutti per esservi uniti oggi, ovunque.

sei nel mondo.