

BAGAIMANA MENDAPATKAN LIFE COACH YANG IDEAL?

Life Coach bukan pesulap, tetapi ia mampu mengubah ketakutan dalam diri client dan membuat client menaklukkan naga dengan tangannya sendiri

Erni Julia Kok



Life coaching bisa saja pendekatan yang sangat *powerful* dalam hal memberdayakan dan memaksimalkan potensi diri. Namun untuk mendapatkan hasil coaching yang maksimal, Anda perlu menemukan life coaching yang sesuai dengan gaya pembelajaran dan kepribadian Anda. Berikut ini beberapa *credentials* yang wajib dimiliki oleh seorang life coach.

- **Dapat dipercaya:** coach yang Anda pilih harus dapat dipercaya, bersikap profesional, bertanggung jawab dan tidak memanfaatkan informasi yang Anda berikan demi kepentingan pribadi.
- **Dapat diandalkan:** Anda adalah pribadi yang unik, demikian pula kebutuhan Anda dan coach Anda harus dapat membantu Anda menemukan jalan serta membangkitkan keyakinan diri mencapai tujuan hidup Anda. Karena coach bukan penasihat, ia harus mampu memprovokasi Anda menemukan jawaban, bukan menyodorkan solusi yang belum tentu sesuai dengan keunikan Anda.
- **Dapat berkomunikasi secara efektif:** Target life coaching adalah tujuan-tujuan client, maka yang dikomunikasikan haruslah kepentingan Anda, gol dan capaian serta jalan untuk merealisasikannya. Jadi hanya coach yang bersedia mendengarkan secara penuh perhatian yang dapat benar-benar memahami Anda. Selain *active listening skill* seorang coach harus pula memiliki keterampilan mengajukan pertanyaan-pertanyaan menohok kesadaran sehingga Anda menemukan solusi.
- **Berorientasi capaian:** setiap sesi memiliki target yang harus dicapai dan mencapainya berarti menyadari bahwa Anda semakin mendekati tujuan. Dalam setiap rangkaian life coaching, coach juga memiliki gol untuk dicapai, yakni memandu sesi secara efektif. Coach dapat bersikap tegas namun bersahabat ketika mengingatkan Anda untuk mencapai hasil sesuai *action plan*, dan memberikan *feedbacks* positif atas setiap kemajuan yang tercapai agar Anda semakin bersemangat.
- **Bersikap positif :** Anda dapat mencapai hasil luar biasa cemerlang dan hanya coach yang bersikap positif dan berjiwa besar saja yang mampu menghargai Anda serta merasa turut berbahagia dengan kesuksesan Anda. Selanjutnya Anda harus merasa nyaman dalam relasi coach-client. Artinya Anda merasakan dukungan penuh melebihi jumlah fee yang Anda bayarkan.

- **Menantang client untuk selalu mencapai lebih:** Setelah berhasil mencapai kondisi yang dikehendaki (*desired state*) seringkali orang berpuas diri dan diam di zona nyaman. Hal ini tentu saja akan menyebabkan kita melewatkan kesempatan menjadi yang terbaik. Maka dari itu coach Anda harus terus-menerus memberikan tantangan baru supaya Anda terus bertumbuh.

KEMITRAAN PASCA COACHING

Walaupun sepanjang sesi-sesi coaching, coach dan client telah berkolaborasi dalam kemitraan kreatif, tidak berarti pasca sesi-sesi tersebut Anda harus berjalan sendirian. Coach yang berkomitmen akan tetap menjadi mentor atau sponsor Anda yang siap mendengarkan dan memberikan *feedbacks* atas progres yang Anda capai. Pastikan pada saat penandatanganan kontrak Anda mendapatkan komitmen ini dari coach.

Namun perlu diingat bahwa bukan sekedar menemukan life coach yang memberikan janji "service after sales", tetapi coach Anda harus mampu menimbulkan perasaan nyaman dalam komunikasi yang memberdayakan. Coach yang baik mampu membangun kesadaran client tentang apa yang penting dan memercayainya untuk bertindak.

DAPATKAN 30 MENIT SESI GRATIS

Hubungi kami melalui email erni.julia@gmail.com untuk mendapatkan kesempatan mengidentifikasi tujuan Anda dan langkah-langkah mencapainya.
Anda juga dapat kembali ke website www.ernijuliakok.com dan mengisi formulir.

Kami siap membantu Anda!