

AGNES BÖNING



Professionaalne coach ja supervisiooni fasilitaator | ICF ACC

PROFIIL

Olen akrediteeritud ICF professionaalne coach ja supervisiooni läbiviija, kelle töö keskmes on juhtide ja spetsialistide professionaalne areng, rolliselgus ning vaimse vastupidavuse tugevdamine. Olen töötanud nii avaliku kui erasektori organisatsioonidega ning viinud läbi individuaalseid coachingu protsesse ja meeskondade supervisioone. Minu lähenemine on süsteemne, reflektiivne ja organisatsioonilist konteksti arvestav. Olen töötanud koolitus- ja arendusvaldkonnas üle 20 aasta ning viimased 3 aastat keskendunud süsteemsele coachingule ja supervisioonile.

Keeled: eesti, inglise

MEESKONNACOACHINGU METOODIKA – TEAM IQ KVADRANT

Meeskonnacoachingus kasutan Team IQ kvadrandi raamistikku, mis aitab hinnata ja arendada meeskonna toimimist neljas mõõtmes:

- 1) **Kognitiivne mõõde (Strategy IQ)** – eesmärkide selgus, otsustusloogika, prioriteetide kokkulepe.
- 2) **Emotsionaalne mõõde (Emotional IQ)** – usaldus, turvalisus, konfliktide käsitlemine.

- 3) **Suhteline mõõde (Relational IQ)** – rolliselt, vastutuse ja koostöömodelite toimimine.
- 4) **Teostuslik mõõde (Execution IQ)** – kokkulepete elluviimine, tulemuslikkus ja vastutus.

Kvadrant võimaldab meeskonnal teadvustada oma tugevusi ja arengukohti ning sõnastada konkreetset arengusammud.

SUPERVISIOONI METOODIKA

Supervisioonis kasutan struktureeritud reflektiivset protsessi, mis sisaldab:

- 1) juhtumi või tööolukorra kaardistamist,
- 2) rolli, vastutuse ja piiride selgitamist,
- 3) emotsionaalse koormuse teadvustamist ja normaliseerimist,
- 4) alternatiivsete lahendusstrateegiate sõnastamist ning
- 5) konkreetsete järgmiste sammude kokkuleppimist.

Lähenemine põhineb süsteemsel ja lahenduskesksel supervisioonil, kus arvestatakse nii indiviidi, meeskonna kui organisatsiooni konteksti.

SUPERVISIOONI JA MEESKONDADE ARENDAMISE KOGEMUS

- **Meeskondade supervisiooni ja arendusprotsesside fasilitaator** – reflektiivsete arutelude ja juhtumipõhiste supervisioonide läbiviimine õpetajatele ja tugispetsialistidele.
- **Erivajadustega laste vanemate tugigrupi juht** – grupiprotsesside juhtimine ja emotsionaalse toe loomine.
- **Pärnumaa kasuperede tugisik, superviisor** - grupiprotsesside juhtimine ja emotsionaalse toe loomine.
- **Avaliku sektori organisatsioonide arendusprotsessid** (SKA, PPA, Tallinna Linnavaaramet, Elva Vallavalitsus jt), kus supervisioonilaadne lähenemine toetas rolliselt ja koostööd.

INDIVIDUAALNE COACHING

Olen töötanud juhtide, keskastmejuhtide ja tippspetsialistidega nii avalikus kui erasektoris, toetades neid vastutusvõime, otsustusjulguse ja professionaalse mõju suurendamisel.

Coachingu protsessid kestavad tavaliselt 3–6 kuud ning hõlmavad 4–8 sessiooni.

Coachingus keskendun strateegilisele selgusele, rollipiiride teadlikule hoidmisele ning psühholoogilise vastupidavuse tugevdamisele keerulistes tööolukordades.

Minu töö tulemuseks on olnud enesekindlam esinemine, selgemad arengusuunad, teadlikum ajakasutus ning eesmärgistatud ja mõõdetavad muutused nii individuaalses kui organisatsioonilises kontekstis.

Kliendid: Kultuuriministeerium, Telia, Bolt, Inwind, Kühne+Nagel, Genius Sports, ning avaliku sektori juhid ja spetsialistid.

Teemad: avaliku esinemise hirm, eesmärkide seadmine ja saavutamine, enese- ja ajajuhtimine, läbipõlemise ennetamine, juhtimisotsuste reflekteerimine.

HARIDUS JA CERTIFIKAADID

- **MBA** – Avalike teenuste disain ja juhtimine, Tartu Ülikool
- **ICF ACC** sertifikaat
- **The Art & Science of Coaching**, The Essential and the Advanced Course (Erickson Coaching International)
- **High Performing Team Coaching** (Erickson Coaching International)
- **NLP praktik**