



Coachingin osto-opas



**Saavuta selkeyttä, uusia näkökulmia ja
konkreettisia tuloksia coachingin avulla**



Coaching on nykypäivän työelämässä ja henkilökohtaisessa kehityksessä arvokas menetelmä, joka auttaa yksilöitä ja organisaatioita saavuttamaan tavoitteita sekä suunnittelemaan toimintastrategioita. Coaching on tehokas tapa tukea yksilöiden, tiimien ja organisaatioiden kehittymistä. Oikein hyödynnettynä se tuo selkeyttä, uusia näkökulmia ja konkreettisia tuloksia arjen haasteisiin ja muutostilanteisiin.

Tämä opas on suunnattu coaching-palvelujen ostajille – esihenkilöille, HR-asiantuntijoille ja johtajille – jotka haluavat tehdä harkittuja päätöksiä ja varmistaa coachingin tuottaman hyödyn. Oppaasta löydät tiiviin katsauksen siihen, mitä coaching on, kenelle se sopii, miten oikea coach valitaan ja miten hankinta onnistuu.

Tavoitteemme on auttaa sinua hyödyntämään coachingia fiksusti ja varmistamaan, että investointi tuottaa arvoa niin yksilöille kuin organisaatiolle.

Mitä coaching on?



Coaching on tavoitteellinen ja luottamuksellinen prosessi, joka tukee niin yksilön kasvua kuin tiimien ja organisaatioiden kehitystä. Sen avulla voidaan selkeyttää ajattelua, parantaa päätöksentekoa, vahvistaa itseluottamusta, luovuutta ja ajanhallintaa, sekä saavuttaa tavoitteita suunnitelmallisesti.

Organisaatioissa coaching edistää suoritusta, hyvinvointia ja yhteistyötä, ja toimii tehokkaana välineenä muutosten ja kehityksen tukena. Se tarjoaa yritykselle merkittäviä hyötyjä tuottavuuden ja asiakastyytyväisyyden muodossa.



Lue lisää

Miksi coachingia? Kenelle coaching sopii ja missä tilanteessa? Kattava paketti coachingista ja sen hyödyistä.

Mitä coaching on?

Valmentava johtajuus tukee työntekijöiden työn tekemistä ja suunnittelemista

Siirtyminen valmentavan johtajuuden työympäristöön

Ammattimainen coaching edistää henkilökohtaista kasvua, urakehitystä ja parantaa elämänlaatua.

10 syytä, miten coaching auttaa selkeyttämään ajatuksia

Miten coaching ja työnohjaus eroavat toisistaan? Mihin tarpeeseen valita coachingia ja mihin työnohjausta?

Työnohjaus vai coaching?



Kuinka valita sopiva coach?

Onnistunut coaching alkaa oikean coachin valinnasta. Ammattitaito, eettinen toimintatapa ja yhteensopivuus varmistavat, että prosessi tuottaa arvoa.

Ammattitaitoisen coachin tunnusmerkit

- Vähintään 60 tuntia coaching-koulutusta
- Vähintään 100 tuntia käytännön kokemusta
- Sitoutuminen eettisiin ohjeisiin
- Jatkuva osaamisen kehittäminen

Muita huomioitavia asioita

- Henkilökemia ja luottamus – tapaa coach etukäteen
- Coachin lähestymistapa ja tyyli – sopivatko ne tarpeisiisi?
- Referenssit ja aiemmat kokemukset





Muista

Hyvä coach ei tarvitse samaa substanssitaustaa kuin coachattava, eikä esimerkiksi esihenkilö- tai johtamistausta ole tae onnistuneesta coachingista. Coach on coachingin ammattilainen, joka sekä hallitsee coaching-taidot että coaching-prosessin läpiviemisen, ja osaa coachata johtajia vaikkei hänellä itsellään olisi johtamiskokemusta.

**Löydä ammattitaitoinen ja tarpeisiisi sopiva coach
Suomen Coaching-yhdistyksen coach-hausta.**

Coach-haku

Coaching-prosessi pähkinäkuoressa



Coaching on aina asiakkaan tavoitteista lähtevä ja tämän tarpeisiin mukautuva prosessi, joka etenee vaiheittain ja rakentuu luottamukselliselle yhteistyölle. Tyypillisesti se kuitenkin sisältää seuraavat vaiheet.

Aloitus

- Tutustuminen, luottamuksen rakentaminen ja tavoitteiden kirkastaminen.
- Mahdollinen kolmikantakeskustelu, jossa coachattava, coach ja esihenkilö tai tilaajan edustaja sopivat prosessin tavoitteista ja odotuksista yhdessä. Tämä lisää selkeyttä ja sitoutumista.

Tavoitteiden asettaminen

- Määritellään selkeät mittarit ja toivottu lopputulos, joiden avulla onnistumista arvioidaan.

Keskustelut

- Useita 1–1,5 tunnin tapaamisia (yleensä 4–10), joihin voi sisältyä myös välitehtäviä ja harjoituksia.

Oppiminen ja oivallukset

- Muutokset tapahtuvat usein tapaamisten välillä arjessa, kun uusia näkökulmia viedään käytäntöön.

Arviointi ja päätös

- Saavutusten tarkastelu, onnistumisten tunnistaminen ja jatkosuunnitelma.
- Prosessi voidaan päättää myös kolmikantakeskusteluun, jossa yhdessä arvioidaan tulokset ja sovitaan jatkosta.



Coachingin kustannukset

Coachingin hinta vaihtelee tavoitteiden, laajuuden ja räätälöinnin mukaan. Yksittäinen keskustelu on eri asia kuin laaja, pitempiaikainen prosessi. Myös erikoisosaaminen ja käytetyt työkalut voivat vaikuttaa hintaan. Älä valitse pelkän hinnan perusteella. Tärkeämpää on laatu, selkeät tavoitteet ja sopimuksen luomat raamit.

Hintaan vaikuttavia tekijöitä

- Prosessin kesto ja intensiteetti
- Tavoitteiden luonne, esim. muutostilanteet työssä ja elämässä vs. johdon kehittäminen
- Räätälöinti organisaation tarpeisiin
- Käytettävät työkalut ja menetelmät (esim. arvioinnit, testit)

Hyvä sopimus sisältää ainakin

- Tavoitteet ja odotukset
- Keston ja aikataulun
- Luottamuksellisuuden ja eettiset periaatteet
- Hinnan, maksuehdot ja peruutus käytännöt
- Arvioinnin ja jatkosuunnitelman

Eettiset periaatteet ja luottamuksellisuus



Coaching perustuu luottamukseen ja vastuullisuuteen. Coachin ja asiakkaan välinen suhde on aina luottamuksellinen, ja keskustelut pysyvät sovitusti heidän välillään. Tämä luo turvallisen tilan, jossa voidaan käsitellä myös haastavia aiheita. Eettiset ohjeet suojaavat asiakasta epäammattimaiselta toiminnalta ja varmistavat, että coaching on laadukas investointi.



Eettisen toiminnan periaatteet

- Asiakkaan itsemääräämisoikeuden kunnioittaminen
- Luottamuksellisuus ja yksityisyyden suoja
- Coach ei manipuloi, neuvo eikä johda asiakasta, vaan tukee tätä löytämään ratkaisut itse
- Ammatillinen vastuu jatkuvasta osaamisen kehittämisestä

Lue lisää

Suomen Coaching-yhdistys toimii osana Coachingin ja mentoroinnin eettistä toimikuntaa. Eettinen toimikunta on riippumaton ja itsenäinen toimielin. Sen tarkoituksena on edistää ja valvoa coachingin ja mentoroinnin eettisyyttä ja ammattimaista toimintaa, ylläpitää keskustelua sekä tarvittaessa ratkaista coaching- ja mentorointitoimintaan liittyviä ristiriitatilanteita.

Eettiset ohjeet

Coachingin eettisyys asiakastyössä

Coachingin muotoja

Coaching on monipuolinen menetelmä, joka voidaan sovittaa eri tarpeisiin yksilön kehityksestä tiimidynamiikkaan ja organisaation uudistumiseen. Se voidaan toteuttaa monella tavalla – yksilöille, ryhmille, tiimeille tai koko organisaatiolle – mutta perusperiaatteet ovat aina samat: tavoitteellisuus, luottamuksellisuus ja asiakkaan oman ajattelun vahvistaminen.

Keskeisiä muotoja

- **Yksilöcoaching** – Henkilökohtainen prosessi, jossa keskitytään asiakkaan omiin tavoitteisiin ja kasvuun
- **Ryhmä- ja tiimicoaching** – Tukee yhteistyötä, dynamiikkaa ja yhteistä oppimista
- **Organisaatiocoaching** – Osa laajempia muutos- ja kehitysprosessia, jossa koko kulttuuri kehittyy

Lue lisää

Organisaatio-coaching on strateginen työkalu muutoskyvykkyyden ja hyvinvoinnin vahvistamiseen

[Organisaatio-coaching](#)

Vinkit ostajalle



Onnistunut coaching-hankinta syntyy selkeistä tavoitteista, huolellisesta valinnasta ja hyvästä yhteistyöstä. Hyvin valmisteltu valinta varmistaa, että coaching-investointi kantaa pitkälle ja tuottaa todellista arvoa.

Vältä nämä

- Valinta pelkän hinnan perusteella
- Epämääräiset tai liian yleiset tavoitteet
- Sitoutumisen puute coachattavalta tai organisaatiolta

Muista nämä

- Tee taustatyö: koulutus, kokemus, referenssit ja eettiset periaatteet
- Tapaa coach etukäteen ja varmista kemia
- Pidä tavoitteet konkreettisina ja mitattavina
- Huolehdi selkeästä sopimuksesta ja yhteisestä ymmärryksestä





Coaching on monipuolinen ja vaikuttava menetelmä, joka tukee yksilöiden kasvua, tiimien yhteistyötä ja organisaatioiden uudistumista. Oikein toteutettuna se tuo selkeyttä, uusia näkökulmia ja konkreettisia tuloksia arkeen. Kun haluat varmistaa laadukkaan yhteistyön, valitse ammattitaitoinen coach.

Suomen Coaching -yhdistys on Suomen suurin coachingia ja valmentavaa otetta edistävä yhdistys. Parhaan suomalaisen coachingin ammattilaisen löydät helposti yhdistyksen [coach-hausta](#).

Ota yhteyttä



info@coaching-yhdistys.fi

coaching-yhdistys.fi

Instagram

Facebook

LinkedIn

