



אימונים בין הדפים: על "ספר האימון הקו-אקטיבי"

מהו סודו של הספר, ומדוע כל כך חשוב להכיר אותו?

מקומו של "ספר האימון הקו-אקטיבי" בהיכל הכבוד של דוקטרינת האימון העולמית כבר מובטח, כאשר אין כמעט מאמן או מאמנת שלא קראו אותו או לפחות שמעו עליו. מאז תרגומו לעברית ב-2006 ביוזמתה של ד"ר ענת טרייסטר גורן שהאמינה שחייבת להתפתח שפה קו-אקטיבית בעברית, היכה הספר גלים גם בקהילת האימון בישראל.

"ספר האימון הקו-אקטיבי" הוא אחד הספרים הפופולריים ביותר שנכתבו על מקצוע האימון מאז ומעולם. הספר נכתב ב-1998 על ידי המאמנים לורה ויתורת', הנרי קימסי-האוס ופיל סנדהאל, ממייסדי המכון להכשרת מאמנים (CTI) – בית הספר לאימון המוכר בעולם. למעשה, עד היום אין ספר המשתווה לו בעומק ובפרוט התהליכים בתחום האימון, ונחשב ל"תנך" של האימון.

רבים נחשפים לראשונה לאימון כדוקטרינה מבוססת ככלל ולאיימון הקו-אקטיבי בפרט, דרך ספר זה. כשמדברים על מודלים אימונים, שמור למודל הקו-אקטיבי מקום מכובד ביותר. שכן הוא אחד מן המודלים הראשונים שפותחו במיוחד לתחום האימון, ובין הבודדים המאוגדים לכדי ספר המאפשר הסתכלות מלאה על הגישה והכלים. מאז שפותח, השפיע המודל על עולם האימון הבינלאומי ועל דוקטרינת האימון באופן משמעותי. שיטת הלימוד של האימון הקו-אקטיבי פותחה במשך שנים ארוכות ועליה זכויות יוצרים.

באימון הקו-אקטיבי כל דקה מתוכננת בקפידה והתהליך עובד במקביל על פיתוח אישי ופיתוח יכולת אימון מקצועית. במסגרת התהליך מבנה מוקפד שחוזר על עצמו בכל 20 הארצות בהן נלמדת השיטה והמנחים עוברים שנתיים של הכשרה. ההנחיה תמיד נעשית בשניים בו זמנית, ומדגימה את מהות האימון על עקרונותיו השונים. מטרת המחברים הייתה להגביר את המודעות לאיימון קו-אקטיבי בקרב קהל צרכני האימון. הספר אינו תחליף לרכישת התורה הקו-אקטיבית ואינו מהווה ספר הדרכה אלא מציג את המסגרת התאורטית של השיטה.

ספר האימון הקו-אקטיבי בעברית

"ספר האימון הקו-אקטיבי" יצא לאור בעברית בשנת 2006 (הוצאת דניאלה די-נור), ביוזמתה ובערכיתה המדעית של ד"ר ענת טרייסטר-גורן, מאמנת קו-אקטיבית מוסמכת והבעלים של CTI ישראל כיום. ד"ר טרייסטר-גורן התאימה את הספר לתרבות הישראלית מבחינת השפה האימונית. בישראל כמו בעולם, הספר מהווה מעין מבוא בלתי רשמי לדוקטרינת האימון, כאשר מאמנים רבים – ותיקים ומתחילים כאחד – קוראים בו ולומדים ממנו על מהות האימון.

בספר מס' פרקים מרכזיים המתארים את התהליך והכלים לאימון, ובהם:

- יסודות האימון-הקו-אקטיבי. פרק זה מתאר את דגם האימון הקו-אקטיבי, המבוסס על הברית בין המאמן למתאמן והשותפות ביניהם. באימון קו-אקטיבי, הדגש אינו על המאמן כבעל ידע, אלא על יחסי האימון שיכולים להוביל ללמידה משותפת ולפריצת דרך אצל המתאמן.
- תחילת תהליך האימון (שלב ההיכרות): הגדרת סביבת האימון, חיסיון, יצירת אמון, כנות וגילוי לב, עיצוב העתיד, תוצאות ויעדים רצויים מבחינת המתאמן, מתן כלים למתאמן ועוד.
- מיומנויות האימון הקו-אקטיבי: הקשבה, אינטואיציה, סקרנות, פעולה/למידה וניהול עצמי.

- יישום האג'נדה של המתאמן במסגרת האימון הקו-אקטיבי: הגשמה עצמית, איזון ובחירת פרספקטיבה מודעת ומהדהדת, עיבוד מנעד רגשות שונים, תהליכים שונים ועוד.
- המעשיים המשפיעים על תהליך האימון: מסגרת הזמן, תקשורת בגובה העיניים, שגרה וטעינה מחדש, ההבדל בין לומר ולדרוש, לוחות זמנים, מפגשים קבועים, תכניות עבודה, סגנונות אימון ועוד.
- ערכת הכלים של המתאמן – החל מטופסי היכרות והסכם האימון ועד לרשימות ולתרגילים שונים.

השפעתו של "ספר האימון הקו-אקטיבי" על עולם האימון בעולם ובישראל הייתה ועודנה עצומה.

הספר היווה עבור אלפי אנשים ששקלו לפנות לקריירה בתחום האימון צוהר למקצוע ולתהליך העבודה מול המתאמן. כתוצאה מקריאה בספר, קוראים רבים נרשמו ללימודי אימון בבתי הספר של CTI ברחבי העולם (וגם בישראל), והפכו לאנשי מקצוע משפיעים.

הצלחת הספר סייעה למודל הקו-אקטיבי לקבל את ההכרה המגיעה לו, כאחד מהמודלים המוכחים והאפקטיביים ביותר שיש לדוקטרינת האימון להציע. בעזרת שפה פשוטה "בגובה העיניים", הנגישו מחברי הספר את תהליך האימון לדורות של קוראים וקוראות סקרנים – כולל אנשים שלא התעניינו באימון לפני כן.

"ספר האימון הקו-אקטיבי" מציע לקוראים – למאמנים, מתאמנים ומאמנים בפוטנציה – מילון מונחים עדכני בתחום האימון האישי והעסקי. הספר כולל כלי לימוד עיוניים ומעשיים מבית מדרשו של CTI, בית הספר לאימון המוכר בעולם.

ספר האימון הקו-אקטיבי מלווה נאמנה את תלמידי CTI ישראל. מאמנים קו-אקטיביים רבים מכירים כמעט כל פסקה בספר האימון הקו-אקטיבי, אך על מנת להפוך למאמן קו-אקטיבי אין צורך לקרוא את הספר. לעומת זאת, יש צורך בהכשרה הייחודית של CTI. רוצים ללמוד אימון? הספר מספק הצצה מרתקת – אך ההכשרה עצמה מתבצעת בקורס של CTI

רוצים מידע נוסף על "ספר האימון הקו-אקטיבי"? מעוניינים לשמוע על לימודי אימון ב-CTI ישראל? פנו עוד היום ל-CTI ישראל בטלפון 03-6911344 או בדוא"ל cti@lead-global.com