

## Coaching og frivillige organisationer

### - Hvilke nye ressourcer har coaching uddannelsen tilført Girtalk.dk?

#### Fastholder de gode frivillige

Girtalk har 35 frivillige rådgivere i aldersgruppen 20-30 år. (Ca.) 25 % har været frivillig i mere end 2 år, 50 % mellem 1-2 år og 25 % under 1 år. En overvejende stor del af rådgiverne har altså været med i over 1 år, hvilket har skabt et helt specielt miljø i Girtalk..

Før coaching uddannelsen oplevede vi en større udskiftning af rådgivere, som medvirkede til, at der i mindre grad blev skabt en stabil vidensbase i Girtalk. I en frivillig organisation som vores er det væsentligt, at de frivillige er godt udrustet til, at takle de vanskelige problemstillinger, som ofte optræder på chatten. I dag har Girtalk en stor gruppe af erfarne frivillige, der i kraft af deres viden kan klæde endnu flere teenagepiger på til, at takle livets svære valg.

#### Supervision

De frivillige som har gennemgået en coaching uddannelse skal fungere, som observatør/supervisor når vi i september påbegynder supervision. Herved gives coaching uddannelsens positive gevinster videre til de mindre erfarne frivillige.

#### Trivselssamtaler

Alle holdlederne på Girtalk har gennemgået uddannelsen, og denne vil være særdeles anvendelig når holdlederne skal afholde deres halvårige trivselssamtaler med de frivillige. Trivselssamtalernes formål er netop at skabe motivation for rådgiverens videre arbejde på Girtalk.

#### Nye redskaber giver motivation

Coaching uddannelsen har givet de frivillige motivation til at fortsætte arbejdet på Girtalk, fordi uddannelsen har givet nye redskaber, der kan anvendes på chatten samt øget selvindsigt. Det kan være vanskeligt at "rykke" en teenagepige, der har det svært inden i; her har coaching uddannelsen givet konkrete redskaber til, at arbejde med pigernes selvbillede eksempelvis igennem: Spørgeteknikker, visualisering, re-frames og specielt i styring af samtaler. Det er vigtigt, at rådgiverne formår at styre samtaler, især da disse foregår i et "online" univers og ikke face-to-face. Som rådgiver kan du miste motivationen for dit arbejde, hvis du mangler de tilstrækkelige redskaber, og derfor i mindre grad formår at gøre en forskel for pigen.

#### Øget selvindsigt

I en organisation som Girtalk, da vil der ofte findes frivillige, som selv "har en historie" bag sig. Det kan være en frivillig, der tidligere har skåret i sig selv, haft en spiseforstyrrelse eller lignende. Det er væsentligt, at de frivillige ikke "overfører" deres fortid til pigerne; coaching uddannelsen har givet vores frivillige en øget selvindsigt, som forebygger en sådan situation.

#### Sammenhold

En coaching uddannelse kan være en udfordrende oplevelse. Du lærer dig selv og dine kollegaer at kende på en ny måde. Du er "PÅ", og det på en helt anden måde end ved almindelig undervisning; for coaching kan nemlig komme til at handle om dig selv. De mange øvelser som er på uddannelsen medvirker til, at du ofte indgår i et team. Girtalk har oplevet at coaching uddannelsen har skabt et øget sammenhold blandt de frivillige rådgivere, og på den måde er Girtalk nu ikke blot et mødested for mennesker, der gerne vil hjælpe andre. Girtalk er blevet et sted hvor varige venskaber knyttes.

#### Opsummerende: Hvad kan en coaching uddannelse give en frivillig organisation?

1. Den fastholder de gode frivillige
2. Den giver de erfarne frivillige en ny rolle, som kan anvendes i fx. supervision
3. Den giver dynamik, motivation og nye redskaber, hvilket gør at de frivillige føler sig værdsat
4. Den hjælper frivillige til at "styre" samtaler i rådgivningssammenhænge
5. Sammenhold

I august 2008 begynder 3 nye frivillige i Girtalk, det er det laveste antal siden Girtalks start i 2004. Girtalk har med coaching uddannelsen fået en flok arrangeret ildsjæle, der ønsker at fortsætte arbejdet med at hjælpe piger, som har det svært inden i...