

ALEXANDER HOLMBERG

Coach, utbildare & föreläsare.



För Alexander Holmberg handlar coaching om att bli berörd, att våga ta steget ut i det som till en början känns oöverstigligt och att växa som människa genom att tänja på sina egna gränser och låta sig utmanas. Han levererar resultatorienterad coaching som ställer krav på individens förändringsvilja och driv.

Hur skulle du vilja beskriva dig själv som person?

- Jag vill vara en person som är närvarande och som finns där för mina klienter. Det som ursprungligen fick mig att bli coach är min egen avsaknad av personer som kan utmana, stötta och vågar vara närvarande när det är som tuffast.

Hur är du som coach och hur har din karriär sett ut?

- Jag vågar ställa krav och säga ifrån, den som söker en coach som bara "lallar med" och klappar på axeln så fort man gjort något bra ska inte söka sig till mig. Under min karriär har jag jobbat med många olika saker, jag har varit vd för ett IT-företag och reklambyrå. Jag arbetade en tid som biståndsarbetare och har ett förflutet inom journalistbranschen. Kommunikation i olika former har gått som en röd tråd genom hela mitt liv.

Vilka är dina styrkor som coach, utbildare och föreläsare?

- Jag värderar aldrig utmaningar som andra människor står inför, vilket innebär att jag inte graderar utmaningars svårighetsgrad på en skala eftersom en utmaning för en individ kan vara en enkel uppgift för en annan. Utmaningar kan se olika ut för olika människor, något jag fick lära mig när jag flyttade till Bolivia som trettonåring. Flytten innebar ett totalt miljöombyte som gav mig perspektiv på hur olika förutsättningar människor har beroende på bakgrund och varifrån de kommer. De erfarenheterna har jag stor nytta av i mitt dagliga arbete som coach. Jag är bra på att inspirera människor att ta makten över sina egna liv och våga kliv som kan kännas oöverstigliga, men som på sikt kan leda till en positiv förändring.

Vilka värderingar präglar dig som individ och coach?

- Vi lever i en tid då människor har ett stort behov av att vara nära oss själva utan krav på

"Livet är för kort för att man bara ska smälta in."

ALEXANDER HOLMBERG

Coach, utbildare & föreläsare.

prestation, att lyssna inåt och bli mer lyhörda för de egna behoven. Jag är övertygad om att alla människor innerst inne själva sitter på de resurser de behöver i livet. Med hjälp av coaching kan de lära sig att plocka fram dem och använda dem vid rätt tillfälle och på rätt sätt.

Vilken typ av människor kan utvecklas genom att söka sig till dig?

- Den som är nyfiken att ta nästa steg i sin utveckling genom att lära sig mer om sig själv och öka sin förståelse för hur man själv fungerar, på egen hand och i interaktion med omgivningen. Den som söker en coach som har mod att vara rak, ärlig och inte tvekar att säga ifrån när det behövs.

Hur ser dina egna drivkrafter i livet ut?

- Jag får ut oerhört mycket av att få förtroendet att vara en del av andra människors förändringsresa. Jag vet hur känsligt det kan vara att be om hjälp, som coach bär jag på ett stort förtroende när en individ söker sig till mig. Viktiga drivkrafter för mig är att gå min egen väg, vara närvarande varje ögonblick i livet och att få spendera mycket tid med min familj.

Du inledde din karriär som coach 2002. På vilket sätt har dina hittills tio år i yrket förändrat dig?

- Jag hoppas att jag har blivit ödmjuk inför alla våra olika utmaningar vi har i livet. Det som för dig kanske kan te sig enkelt, är en livsförändring för någon annan. Alla känslor är okej, det är okej att vara ledsen,



att må dåligt och göra misstag. Det är helt enkelt okej att vara sig själv fullt ut, med de fel och brister vi alla har. Jag har insett att vi lever i en tid då vi har det oerhört bra, vilket ökat vikten av att då och då stanna upp och bara njuta av tillvaron.

Vad gör du när du inte coachar, föreläser eller utbildar?

- Jag driver Coach Agency, en förmedlingsbyrå som förmedlar coacher till individer och organisationer. Hösten 2012 startar jag dessutom ett utbildningsföretag.



Du är ordförande i föreningen integrativa coacher. Hur kommer det sig?

- Jag brinner för att höja ribban för coachyrket, vilket bland annat kan uppnås med hjälp av tydligare etiska riktlinjer. Jag vill öka graden av

etiskt ansvarstagande i branschen och är övertygad om vikten av en branschorganisation som kan "kvalitetscertifiera" coacher genom att fastställa minimikrav för att få kalla sig för coach. Jag vill att titeln coach ska skyddas så de klienter som söker sig till en coach vet vad de kan förvänta

sig. Ytterligare en hjärtefråga är behovet av en oberoende mellanhand i relationen mellan coach och klient, ungefär som Socialstyrelsen, som agerar oberoende mellanhand i relationen mellan psykologer och deras klienter.

Du har tagit fram ett ledarutvecklingsprogram för tidningen Chefs räkning.

Berätta mer om det!

- I samarbete med tidningen Chef har jag utvecklat chefs- och ledarskapsprogrammet "JagChef". Syftet med programmet i sin helhet är att i största möjligaste mån ge deltagarna chefsträning och möjlighet att förädla sin ledarförmåga. En stor del av utbildningen fokuserar på frågan "Vem vill du vara i din roll som chef & ledare?".

Chef.