



SIIN JA PRAEGU

Kati Lõbu
Maria Tammesalu

08. detsember 2022

Kati Lõbu

- **Haridus**
Akadeemiline kõrgharidus TÜ Mag. Iur.
Coach`i ja superviisori väljaõpe (ANSE standard)
Sisekoolitaja väljaõpe (ESAL)
- **Kogemus**
Erasektori kogemus, ABB AS jt
Poliitikakujundaja ja õigusnõunik mitmes ministeeriumis
Teadveloleku tehnikate praktiseerija ja nende koolitaja
Coach ja superviisor
Superviisor-*coach* Sotsiaalkindlustusametis maist 2022
- Abielus, peres kaks last




Maria Tammesalu

- **Õigus, kord ja süsteem:**
akadeemiline kõrgharidus TÜ Mag. Iur.
Justiitsministeerium, Õiguskantsleri kantselei
- **Inimesed, muutused ja empaatia:**
Baltic Promotions turundusteenused, asutaja
Biomarket, personali- ja teenindusjuht
Coach ja superviisor (ANSE standard)
- ***Strategy, Empathy, Maximizer, Learner, Activator***
(Gallup.com)
- Abielus, ema kolmele lapsele.



Kati Lõbu • Maria Tammesalu





1. SINU SIIN JA PRAEGU

- Milline oled Sina täna, siin ja praegu?
- Milliseks oled kujunenud?
- Millised on väärtused, mida kannad?
- Milliseid omadusi kannad?



2. SINA AASTA EEST

- Milline Sa olid üks aasta tagasi?
- Mis oli Sulle siis oluline?
- Mis oli siis teisiti?



3. TEEKOND SEALT SIIA

- Kuidas oled sealt siia jõudnud?
- Milline on see teekond olnud?
- Mis Sind on toetanud?
- Millised on olnud olulisemad märkamised või taipamised sel teekonnal?
- Millised muutumised on aset leidnud sellel teekonnal?





Kati Lõbu • Maria Tammesalu



4. EDASI

- Kuidas Sa soovid enda teekonnal siit edasi minna?
- Mille võtad kaasa?
- Millega jätkad?
- Mille tegemise lõpetad?
- Millest loobud?
- Milliseid ressursse hakkad kasutama?
- Mida asud endas arendama?
- Millega end ümbritsed?

SÕELUME KULLATERI

➤ PAARIDES:

1. Üks oluline **taipamine** möödunud teekonnalt.
2. Üks **mõte**, mille võtad eesootavale **teekonnale** kaasa.

Mõlemal on aega 2 min.



SÕELUME VEEL KULLATERI

➤ LAUAS:

1. Üks jagamine enda uuel pildilt!

Igaühel aega 1 min.





Kati Lõbu • Maria Tammesalu

SUUR TÄNU!



Kati Lõbu

kati.lobu@gmail.com

521 0054



Maria Tammesalu

maria@oakfield.ee

5115 696

FB @tammesalucoaching

www.oakfield.ee

