SGL *Coach*

ΛΕΥΚΗ ΒΙΒΛΟΣ · ΟΚΤΩΒΡΙΟΣ 2026

Καθοδήγηση στο SGL Coach

Ανθρώπινη υποστήριξη σε μια ψηφιακή διαδικασία ανάπτυξης

Συζητήσεις, κοινοί χάρτες και παρακολούθηση
για σένα, την ομάδα και τον οργανισμό.

SGL Coach AS
Αρ. μητρώου 938 473 684
company@sglcoach.app
sglcoach.com

ΕΚΔΟΣΗ ΓΙΑ ΠΕΛΑΤΕΣ 3.0
ΟΚΤΩΒΡΙΟΣ 2026

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Ένας άνθρωπος για να σκεφτείς μαζί του

Το SGL Coach συνδέει τον δικό σου αναστοχασμό με την ανθρώπινη καθοδήγηση. Δουλεύεις με τον JP2 στην καθημερινότητα και μπορείς να συναντήσεις έναν καθοδηγητή όταν μια κατάσταση χρειάζεται χρόνο, ερωτήσεις και την κρίση ενός ανθρώπου.

Ο JP2 είναι ο coach τεχνητής νοημοσύνης του SGL Coach. Ο καθοδηγητής είναι ένας άνθρωπος που σε βοηθά να κατανοήσεις τις εμπειρίες σου, να δεις την αλληλεπίδραση με τους άλλους και να επιλέξεις κάτι που θέλεις να δοκιμάσεις. Και οι δύο χρησιμοποιούν το SGL του Jan Petrus Hagberg ως κοινή επαγγελματική γλώσσα.

Για έναν οργανισμό αυτό σημαίνει έναν άνθρωπο στην αρχή και έναν άνθρωπο όταν κάποιος κολλάει. Ο καθοδηγητής συνδέει το SGL με αυτό που θέλετε πραγματικά να πετύχετε.

Πώς αποκτάτε καθοδηγητή	Τι συμφωνείτε
Προσωπικό και Ομάδα Πρόσκληση από καθοδηγητή	Ένας καθοδηγητής προσκαλεί εσένα ή την ομάδα σου μέσα από την εφαρμογή. Την πρόσκληση την αποδέχεσαι εσύ. Για μια ομάδα την αποδέχεται ο υπεύθυνος της ομάδας, και όλοι στην ομάδα μαθαίνουν ποιος είναι ο καθοδηγητής. Την υπηρεσία και την τιμή του καθοδηγητή τις συμφωνείτε απευθείας μαζί του.
Οργανισμός Μέσω εταιρείας καθοδήγησης	Ο οργανισμός συμφωνεί την καθοδήγηση με μια εταιρεία. Οι καθοδηγητές της εταιρείας υποστηρίζουν όλο τον οργανισμό, και όλοι οι χρήστες σας βλέπουν ποιοι είναι. Η εταιρεία αναλαμβάνει την έναρξη για τον οργανισμό, τις ομάδες και τους επικεφαλής, καθώς και τις συζητήσεις όταν κάποιος έχει κολλήσει. Οτιδήποτε πέρα από αυτό το συμφωνείτε με την εταιρεία.
Οργανισμός Με δικούς σας εργαζομένους	Ο οργανισμός αναθέτει τον ρόλο του καθοδηγητή σε δικούς του εργαζομένους, χωρίς εταιρεία στη μέση.

Περιεχόμενα

01 Πώς ξεκινάς 3

02 Εσύ αποφασίζεις τι μοιράζεσαι 4

03 Καθοδήγηση στην ομάδα 5

04 Ο οργανισμός και το πλαίσιο 6

Το έγγραφο απευθύνεται σε σένα που εξετάζεις καθοδήγηση για τον εαυτό σου, μια ομάδα ή έναν οργανισμό, και σε σένα που σου προτάθηκε καθοδηγητής. Τα στιγμιότυπα οθόνης δείχνουν την εφαρμογή με φανταστικά πρόσωπα και οργανισμούς.

01 · ΑΠΟ ΤΗΝ ΠΡΩΤΗ ΕΒΔΟΜΑΔΑ ΣΤΟ ΣΗΜΕΙΩΜΑ

Πώς ξεκινάς

Δεν χρειάζεται να ψάξεις μόνος σου για καθοδηγητή. Ο JP2 σού λέει ότι υπάρχει καθοδήγηση, και κλείνεις ραντεβού για συζήτηση μέσα στην εφαρμογή.

Η πρώτη εβδομάδα

Αν ανήκεις σε οργανισμό που έχει καθοδήγηση ή αν έχεις αποδεχτεί πρόσκληση από καθοδηγητή, ο JP2 σού λέει την πρώτη εβδομάδα ότι έχεις καθοδηγητή και πώς κλείνεις ραντεβού για συζήτηση. Όλοι λαμβάνουν το ίδιο μήνυμα. Στη σελίδα «Ο καθοδηγητής σου» υπάρχει το κουμπί «Κλείσε ραντεβού». Αν ζητήσεις από τον JP2 να μιλήσεις με άνθρωπο, ο JP2 μπορεί να σου προτείνει μια συζήτηση.

Μια πρόταση όταν κολλάς

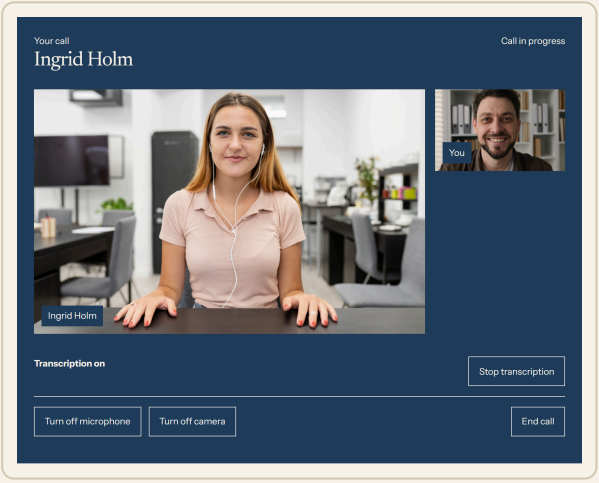
Αν φαίνεται ότι δεν έχεις ξεκινήσει ή ότι έχεις κολλήσει, λαμβάνεις πρόταση για συζήτηση με προτεινόμενη ώρα. Μπορείς να δεχτείς την ώρα, να επιλέξεις άλλη ή να απαντήσεις «Όχι, ευχαριστώ». Οι ενδείξεις προέρχονται μόνο από τον τρόπο που χρησιμοποιείς την εφαρμογή, για παράδειγμα ότι μετά από δύο εβδομάδες δεν έχει χαρτογραφηθεί κανένα βήμα, ποτέ από όσα γράφεις. Η πρόταση πηγαίνει μόνο σε σένα. Ούτε ο εργοδότης ούτε ο καθοδηγητής μαθαίνουν ότι την έλαβες. Μπορείς να απενεργοποιήσεις τις προτάσεις στις Ειδοποιήσεις.

Η συζήτηση

Μια συζήτηση διαρκεί 20 λεπτά και γίνεται με βίντεο μέσα στην εφαρμογή. Το SGL Coach έχει δικό του σύστημα βίντεο στην ΕΕ για να τηρεί τους κανόνες εμπιστευτικότητας. Επιλέγεις μια ελεύθερη ώρα και επιβεβαιώνεται αμέσως. Στο επίπεδο Οργανισμός η εταιρεία αναθέτει τη συζήτηση σε έναν από τους καθοδηγητές της, και βλέπεις ποιον θα συναντήσεις. Το ραντεβού μπορεί να μετακινηθεί ή να ακυρωθεί μέσα στην εφαρμογή.

Αποφασίζετε και οι δύο αν η ομιλία θα γίνεται κείμενο. Αυτό συμβαίνει μόνο όταν πείτε και οι δύο ναι, και ο καθένας σας μπορεί να το σταματήσει στη διάρκεια της συζήτησης. Η συζήτηση δεν καταγράφεται και δεν αποθηκεύεται ήχος.

Αν είσαι απευθείας πελάτης ενός καθοδηγητή, κλείνεις ραντεβού, συναντιέστε και λαμβάνεις σημείωμα με τον ίδιο τρόπο.



ΕΙΚΟΝΑ 1 · Η ΣΥΖΗΤΗΣΗ ΣΤΗΝ ΕΦΑΡΜΟΓΗ
Και οι δύο βλέπουν αν η ομιλία γίνεται κείμενο και μπορούν να το σταματήσουν. Τα πορτρέτα απεικονίζουν μια φανταστική συζήτηση.

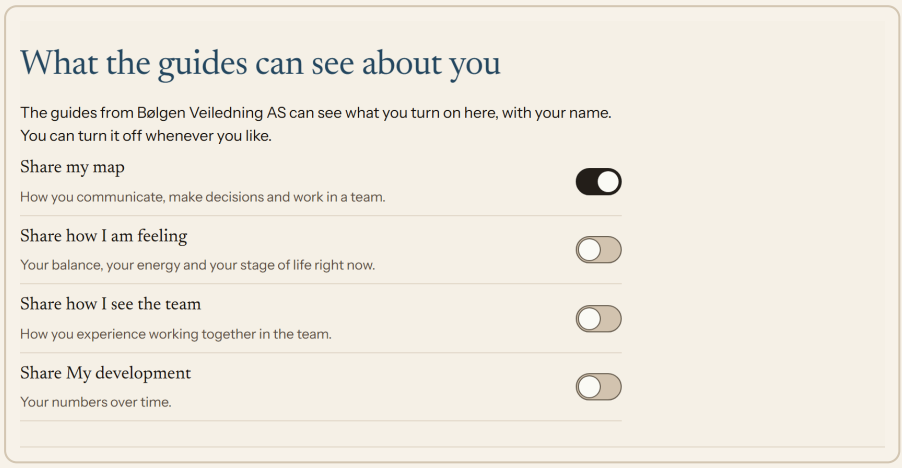
Το σημείωμα μετά

Μετά τη συζήτηση ο καθοδηγητής γράφει ένα σύντομο σημείωμα: τι συζητήσατε, τη συμβουλή του και το επόμενο βήμα. Η ΤΝ φτιάχνει ένα προσχέδιο, και ο καθοδηγητής το διαβάζει και το εγκρίνει. Το προσχέδιο αντικαθιστά τα ονόματα άλλων με «συνάδελφος» ή «προϊστάμενος». Διαβάζεις το σημείωμα και μπορείς να το σχολιάσεις, να ζητήσεις διόρθωση ή να το διαγράψεις. Αν θέλεις να συνεχίσεις τη δουλειά ανάμεσα στις συζητήσεις, παίρνεις το σημείωμα μαζί σου στον JP2. Μια συμφωνημένη συνέχεια γίνεται πρόταση για νέο ραντεβού, την οποία επιβεβαιώνεις.

02 · ΟΙ ΕΠΙΛΟΓΕΣ ΣΟΥ

Εσύ αποφασίζεις τι μοιράζεσαι

Ο καθοδηγητής δεν διαβάζει τις συζητήσεις σου με τον JP2. Βλέπει μόνο ό,τι επιλέγεις εσύ να μοιραστείς, και μπορείς να το ανακαλέσεις.



ΕΙΚΟΝΑ 2 · ΤΙ ΒΛΕΠΟΥΝ ΟΙ ΚΑΘΟΔΗΓΗΤΕΣ ΓΙΑ ΣΕΝΑ
Κάθε επιλογή ισχύει μέχρι να την αλλάξεις και είναι ξεχωριστή από όσα μοιράζεσαι με μια ομάδα.

Τι μπορείς να μοιραστείς	Τι βλέπει ο καθοδηγητής
Μια συζήτηση με τον JP2	Ένα αντίγραφο της συζήτησης όπως ήταν όταν τη μοιράστηκες. Ό,τι γράψεις αργότερα δεν περιλαμβάνεται.
Το αποτέλεσμα του Triple-T	Ένα αντίγραφο με ημερομηνία του τελευταίου ολοκληρωμένου αποτελέσματος. Ένα νέο αποτέλεσμα δεν περιλαμβάνεται.
Χάρτης	Τα βήματα που ενεργοποιείς, σε τρεις κατηγορίες: ο χάρτης σου, πώς είσαι και πώς βλέπεις την ομάδα. Ο καθοδηγητής τα βλέπει όπως είναι τώρα.
Η ανάπτυξή μου	Οι μετρήσεις σου με τον καιρό. Η επιλογή γίνεται ξεχωριστά.

Δες ποιος διαβάζει, και ανακάλεσε την κοινοποίηση

Πριν μοιραστείς κάτι, μαθαίνεις ποιος μπορεί να το διαβάσει. Στο επίπεδο Οργανισμός είναι οι καθοδηγητές της εταιρείας που σας υποστηρίζει, και τους βλέπεις με το όνομά τους. Ένα αντίγραφο μπορείς να το ανακαλέσεις. Τότε εξαφανίζεται για τους καθοδηγητές, και βλέπουν μόνο ότι κάτι κοινοποιήθηκε και ανακλήθηκε. Τον Χάρτη και την Ανάπτυξή μου τα κρύβεις απενεργοποιώντας την κοινοποίηση. Οποιαδήποτε πλευρά μπορεί να τερματίσει μια απευθείας σύνδεση μέσα από την εφαρμογή, και για μια ομάδα ο υπεύθυνος της ομάδας. Τότε σταματά η πρόσβαση σε όσα έχουν κοινοποιηθεί.

Ο εργοδότης δεν βλέπει όσα μοιράζεσαι

Ο εργοδότης δεν μπορεί να διαβάσει τα σημειώματα των συζητήσεων ούτε όσα μοιράζεσαι με τον καθοδηγητή. Οι αριθμοί που λαμβάνει ο οργανισμός για την καθοδήγηση αφορούν πάντα μια ομάδα, ποτέ ένα άτομο. Ο καθοδηγητής σε βλέπει στην επισκόπησή του μόνο αφού μοιραστείς κάτι ή κάνετε μια συζήτηση, και δεν λαμβάνει ποτέ λίστα με όλους τους εργαζομένους.

03 · ΚΟΙΝΗ ΑΝΑΠΤΥΞΗ

Καθοδήγηση στην ομάδα

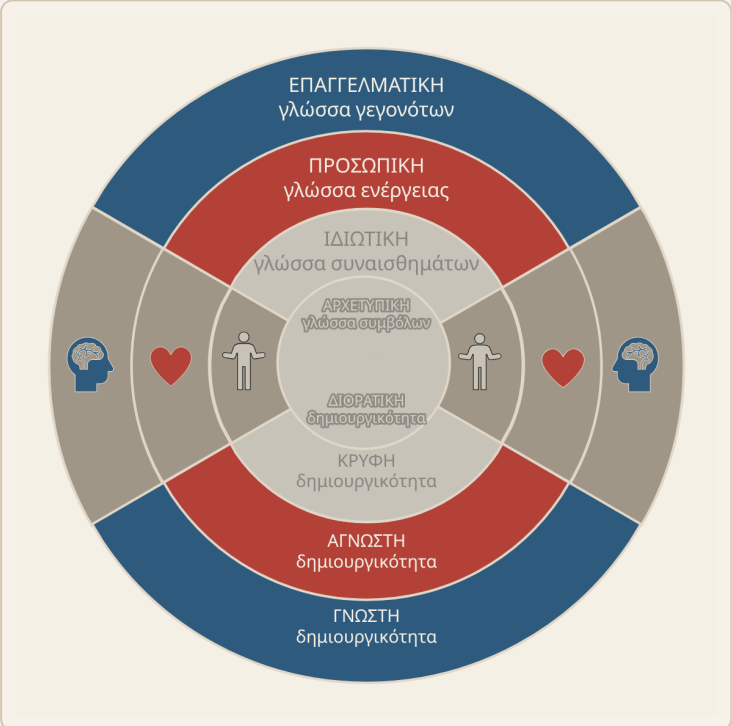
Ο καθοδηγητής σάς βοηθά να χρησιμοποιείτε το SGL σε πραγματικές καταστάσεις εργασίας. Ο καθένας εξακολουθεί να αποφασίζει για το δικό του υλικό.

Η ομάδα εξασκείται στην αλληλεπίδραση

Ο χάρτης της ομάδας βασίζεται μόνο σε όσα έχει μοιραστεί κάθε μέλος με τους καθοδηγητές. Δεν δείχνει ονόματα, και δεν εμφανίζεται αριθμός όταν μοιράζονται πολύ λίγοι. Συναντιέστε σε μια αίθουσα ή με βίντεο στην εφαρμογή, όπου μπορείτε επίσης να μιλήσετε σε ζευγάρια. Όλοι μπορούν να γράφουν ταυτόχρονα, και οι απαντήσεις εμφανίζονται όταν τελειώσει ο χρόνος. Κλείνετε με μια συγκεκριμένη κίνηση και παρακολουθείτε πώς λειτούργησε.

Προβολή μοντέλου

Ο καθοδηγητής δείχνει τα μοντέλα του SGL κομμάτι κομμάτι, στην αίθουσα ή με βίντεο. Με βίντεο κάθε συμμετέχων βλέπει το μοντέλο στη δική του γλώσσα. Σε μια κατ' ιδίαν συζήτηση ο καθοδηγητής μπορεί να σε αφήσει να σχεδιάσεις πάνω στο μοντέλο. Ο καθοδηγητής μπορεί να μοιράσει το μοντέλο σε χαρτί, ένα φύλλο για κάθε στάδιο. Το εργαλείο δεν αποθηκεύει τίποτα για τους συμμετέχοντες, και ό,τι σχεδιάζεται πάνω στο μοντέλο εξαφανίζεται όταν κλείσει η προβολή.



ΕΙΚΟΝΑ 3 · ΠΡΟΒΟΛΗ ΜΟΝΤΕΛΟΥ
Ο καθοδηγητής δείχνει ένα μοντέλο κομμάτι κομμάτι, εδώ το στάδιο 3 από 5.

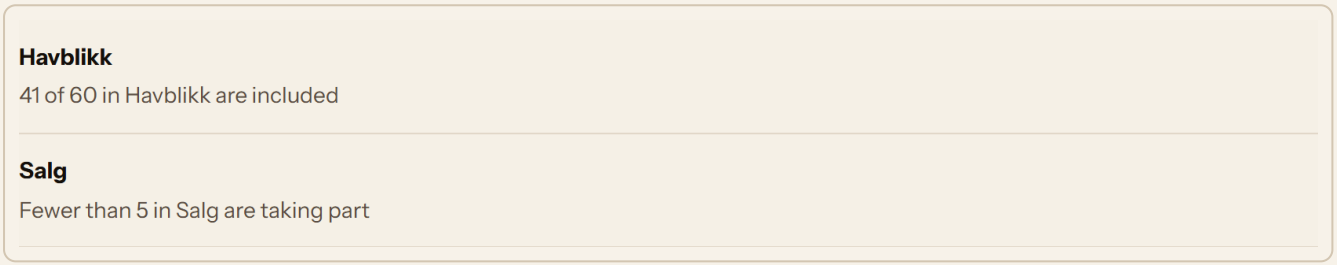
04 · ΓΙΑ ΤΟΝ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟ

Ο οργανισμός και το πλαίσιο

Ο οργανισμός αποκτά εικόνα για ομάδες, ποτέ για μεμονωμένα άτομα. Τα ίδια όρια ισχύουν για όλους τους καθοδηγητές.

Οι αριθμοί του οργανισμού δείχνουν ομάδες

Ένας καθοδηγητής που υποστηρίζει τον οργανισμό βλέπει συγκεντρωτικά στοιχεία για κάθε μονάδα. Ένας αριθμός εμφανίζεται μόνο όταν πίσω του υπάρχουν αρκετά άτομα. Αποκρύπτεται επίσης όταν θα μπορούσε να υπολογιστεί αφαιρώντας μια μονάδα από μια άλλη.



ΕΙΚΟΝΑ 4 · Η ΕΠΙΣΚΟΠΗΣΗ ΤΟΥ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΥ
Ο καθοδηγητής βλέπει πόσοι συμμετέχουν. Μια μικρή ομάδα δεν δίνει αριθμό.

Ομιλίες και ερωτήσεις από πολλούς

Σε μια ομιλία οι συμμετέχοντες γράφουν ερωτήσεις στο κινητό τους. Οι ερωτήσεις εμφανίζονται χωρίς ονόματα, ακόμη και για τον συντονιστή, και ο οργανισμός λαμβάνει μια σύνοψη που έχει εγκρίνει ο καθοδηγητής και που δεν συνδέει τίποτα με κάποιο πρόσωπο.

Εσωτερικός ή εξωτερικός καθοδηγητής

Ο καθοδηγητής μπορεί να είναι εργαζόμενός σας ή να προέρχεται από εταιρεία καθοδήγησης. Ο ρόλος δεν δίνει καμία πρόσβαση στις συζητήσεις του καθενός με τον JP2, στον χάρτη του ή στους αριθμούς ανάπτυξής του πέρα από όσα μοιράζεται ο ίδιος. Αν ο καθοδηγητής είναι επίσης επικεφαλής ή διαχειριστής στον οργανισμό σας, ο συνδυασμός των ρόλων δεν του δίνει εικόνα για μικρές ομάδες.

Μάθηση και ανάπτυξη, όχι θεραπεία

Το SGL Coach και η καθοδήγηση υποστηρίζουν τη μάθηση και την ανάπτυξη στην εργασία. Η υπηρεσία δεν είναι υγειονομική περίθαλψη, θεραπεία ή κανάλι αναφοράς παρατυπιών. Αν κάποιος βρίσκεται σε κρίση, ο καθοδηγητής τον παραπέμπει σε βοήθεια που υπάρχει γι' αυτό τον σκοπό. Ο JP2 και τα προσχέδια σημειωμάτων βασίζονται στην TN, και η TN μπορεί να κάνει λάθη.

Ξεκινήστε από αυτό που θέλετε να πετύχετε.
Ξεκαθαρίστε την ανάγκη και αν ο καθοδηγητής θα είναι εργαζόμενός σας ή θα προέρχεται από εταιρεία. Διαβάστε περισσότερα στο sglcoach.com/el/practitioners ή επικοινωνήστε με την SGL Coach AS στο company@sglcoach.app.