SGL *Coach*

WHITE PAPER · OKTOBER 2026

Veiledning i SGL Coach

Menneskelig støtte i en digital utviklingsprosess

Samtaler, delte kart og oppfølging
for deg, teamet og organisasjonen.

SGL Coach AS
Org.nr. 938 473 684
company@sglcoach.app
sglcoach.com

KUNDEUTGAVE 3.0
OKTOBER 2026

INNLEDNING

Et menneske å tenke sammen med

SGL Coach kobler egen refleksjon med menneskelig veiledning. Du arbeider med JP2 i hverdagen og kan møte en veileder når en situasjon trenger tid, spørsmål og et menneskes vurdering.

JP2 er KI-coachen i SGL Coach. Veilederen er et menneske som hjelper deg å forstå erfaringene dine, se samspillet med andre og velge noe du vil prøve. Begge bruker Jan Petrus Hagbergs SGL som et felles faglig språk.

For en virksomhet betyr det et menneske ved starten og et menneske når noen stopper opp. Veilederen knytter SGL til det dere faktisk skal få til.

Slik får dere en veileder	Dette avtaler dere
Personlig og Team Invitasjon fra en veileder	En veileder inviterer deg eller teamet i appen. Du godtar selv. For et team godtar teamlederen, og alle i teamet får vite hvem veilederen er. Veilederens tjeneste og pris avtaler dere direkte med veilederen.
Organisasjon Gjennom et veilederfirma	Virksomheten avtaler veiledningen med et firma. Firmaets veiledere følger hele organisasjonen, og alle brukerne hos dere ser hvem de er. Firmaet tar starten for organisasjonen, team og ledere, og samtalene når noen har stoppet opp. Mer enn det avtaler dere med firmaet.
Organisasjon Med egne ansatte	Virksomheten gir veilederrollen til egne medarbeidere, uten et firma imellom.

Innhold

01 Slik kommer du i gang 3

02 Du bestemmer hva du deler 4

03 Veiledning i team 5

04 Organisasjonen og rammene 6

Dokumentet er for deg som vurderer veiledning for deg selv, et team eller en virksomhet, og for deg som har fått tilbud om en veileder. Skjermbildene viser appen med fiktive personer og virksomheter.

01 · FRA FØRSTE UKE TIL NOTAT

Slik kommer du i gang

Du trenger ikke lete etter veilederen selv. JP2 forteller deg at veiledningen finnes, og du bestiller en samtale i appen.

Den første uken

Er du med i en organisasjon som har veiledning, eller har du godtatt en invitasjon fra en veileder, forteller JP2 deg i den første uken at du har en veileder, og hvordan du bestiller en samtale. Alle får den samme meldingen. Under «Veilederen din» står knappen «Bestill en samtale». Ber du JP2 om å få snakke med et menneske, kan JP2 tilby deg en samtale.

Et tilbud når du stopper opp

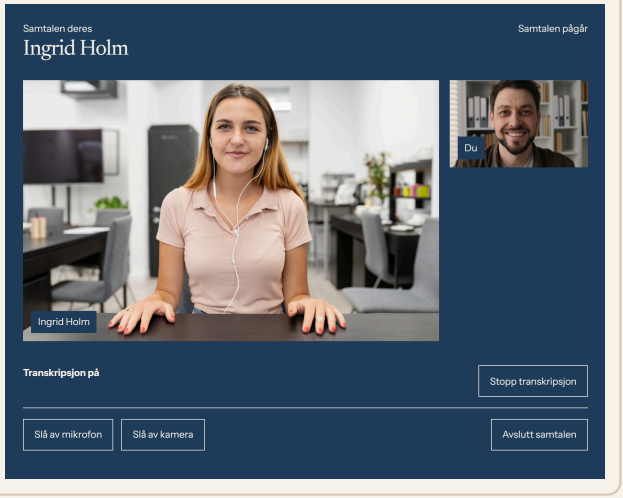
Ser det ut som du ikke har kommet i gang eller har stoppet opp, får du tilbud om en samtale med en foreslått tid. Du kan ta tiden, velge en annen eller svare «Nei takk». Tegnene kommer bare fra hvordan du bruker appen, for eksempel at ingen steg er kartlagt etter to uker, aldri fra det du skriver. Tilbudet går bare til deg. Verken arbeidsgiveren eller veilederen får vite at du fikk det. Du kan slå tilbudene av under Varsler.

Samtalen

En samtale varer 20 minutter og foregår på video i appen. SGL Coach har sitt eget videosystem i EU for å ivareta reglene for konfidensialitet. Du velger en ledig tid, og den er bekreftet med en gang. I Organisasjon fordeler firmaet samtalen til en av veilederne, og du ser hvem du møter. Timen kan flyttes eller avlyses i appen.

Dere velger begge om tale skal bli tekst. Det skjer bare når begge sier ja, og hver av dere kan stoppe det underveis. Samtalen tas ikke opp, og ingen lyd lagres.

Er du klient direkte hos en veileder, bestiller du, møtes og får notat på samme måte.



FIGUR 1 · SAMTALEN I APPEN
Begge ser om tale blir til tekst, og kan stoppe det. Portrettene illustrerer en fiktiv samtale.

Notatet etterpå

Etter samtalen skriver veilederen et kort notat: det dere snakket om, veilederens råd og neste steg. KI lager et utkast, og veilederen leser og godkjenner det. Utkastet bytter ut navn på andre med «kollega» eller «leder». Du leser notatet og kan kommentere det, be om retting eller slette det. Vil du arbeide videre mellom samtalene, tar du notatet med til JP2. En avtalt oppfølging blir et forslag til ny time som du bekrefter.

02 · DINE VALG

Du bestemmer hva du deler

Veilederen leser ikke samtalene dine med JP2. Veilederen ser bare det du selv velger å dele, og du kan ta det tilbake.



FIGUR 2 · DET VEILEDERNE SER AV DEG
Hvert valg står til du endrer det, og det er skilt fra det du deler med et team.

Det du kan dele	Det veilederen får se
En samtale med JP2	En kopi av samtalen slik den var da du delte den. Det du skriver senere, følger ikke med.
Resultatet fra Trippel-T	En datert kopi av det siste fullførte resultatet. Et nytt resultat følger ikke med.
Kart	Stegene du slår på, i tre grupper: kartet av deg, hvordan du har det og hvordan du ser teamet. Veilederen ser dem slik de står nå.
Min utvikling	Lesningene dine over tid. Valget gjøres for seg.

Se hvem som kan lese, og ta tilbake

Før du deler, får du vite hvem som kan lese. I Organisasjon er det veilederne fra firmaet som følger dere, og du ser dem med navn. En kopi kan du ta tilbake. Da forsvinner den for veilederne, og de ser bare at noe ble delt og tatt tilbake. Kart og Min utvikling skjuler du ved å slå av delingen. En direkte forbindelse kan begge parter avslutte i appen, for et team teamlederen. Da stopper tilgangen til det som er delt.

Arbeidsgiveren ser ikke det du deler

Arbeidsgiveren får ikke lese notatene fra samtalene eller det du deler med veilederen. Tall virksomheten får om veiledningen, gjelder alltid en gruppe, aldri én person. Veilederen ser deg i oversikten sin først når du har delt noe eller hatt en samtale, og får aldri en liste over alle ansatte.

03 · FELLES UTVIKLING

Veiledning i team

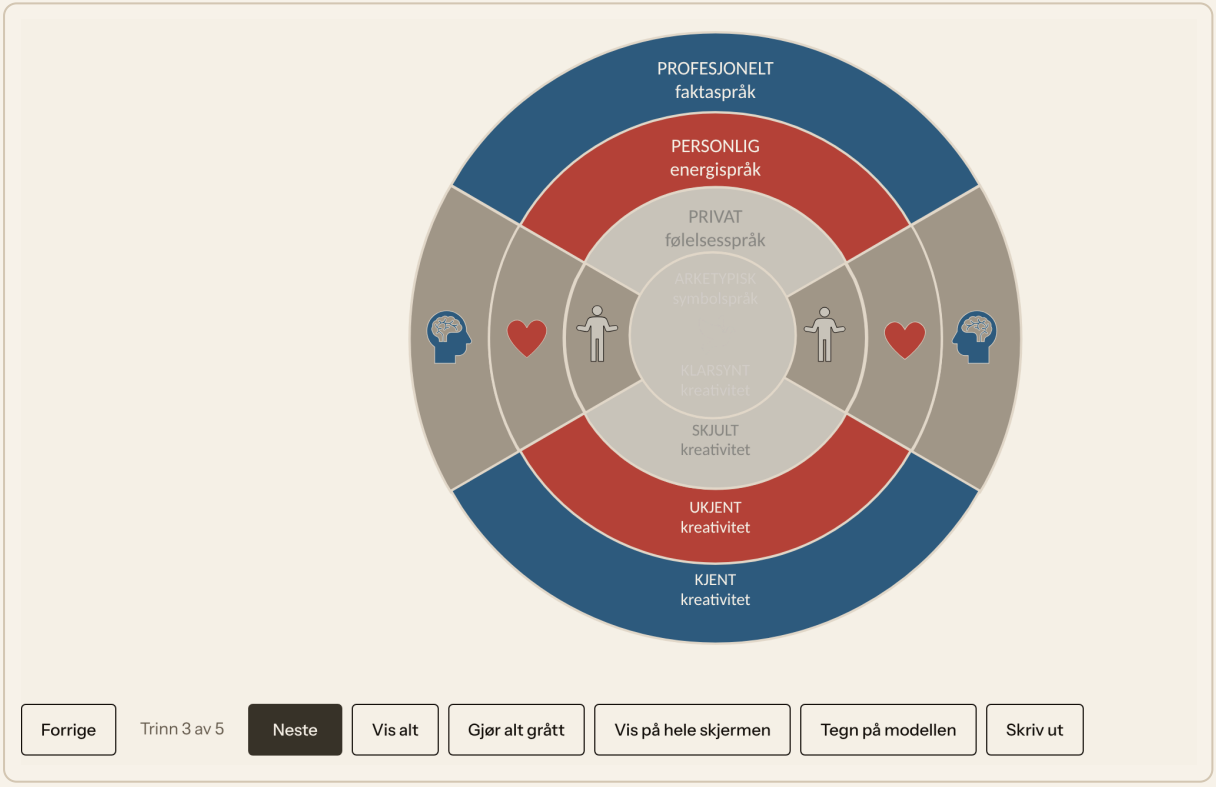
Veilederen hjelper dere å bruke SGL i faktiske arbeidssituasjoner. Hver person bestemmer fortsatt over sitt eget materiale.

Teamet øver på samspillet

Teamets kart bygger bare på det hvert medlem har delt med veilederne. Det viser ingen navn, og et tall vises ikke når for få deler. Dere møtes i et rom eller på video i appen, der dere også kan snakke sammen i par. Alle kan skrive samtidig, og svarene vises når tiden er ute. Dere avslutter med et konkret grep og følger opp hvordan det virket.

Vis en modell

Veilederen viser SGL-modellene del for del, i rommet eller på video. På video ser hver deltaker modellen på sitt eget språk. I en samtale på tomannshånd kan veilederen la deg tegne på modellen. Veilederen kan dele ut modellen på papir, ett ark per trinn. Verktøyet lagrer ingenting om deltakerne, og det som tegnes på modellen, forsvinner når visningen lukkes.



FIGUR 3 · VIS EN MODELL
Veilederen viser en modell del for del, her trinn 3 av 5.

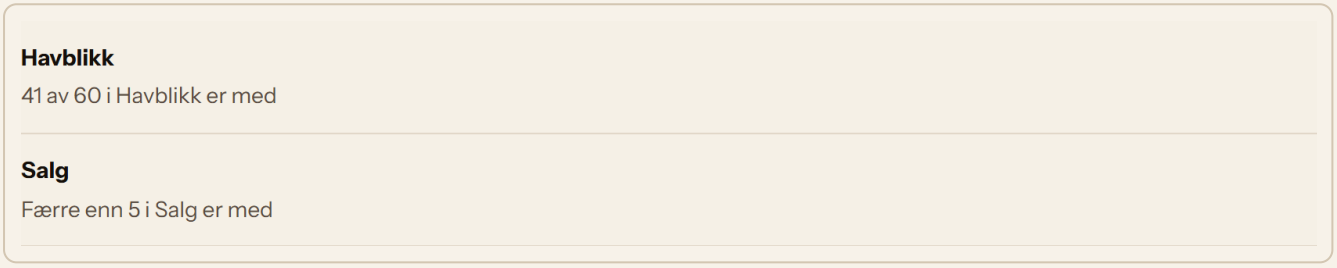
04 · FOR VIRKSOMHETEN

Organisasjonen og rammene

Virksomheten får et bilde av grupper, aldri av enkeltpersoner. De samme grensene gjelder for alle veiledere.

Organisasjonens tall viser grupper

En veileder som følger organisasjonen, ser fellestall for hver enhet. Et tall vises bare når nok personer står bak det. Et tall holdes også tilbake når det kunne regnes ut ved å trekke én enhet fra en annen.



FIGUR 4 · ORGANISASJONENS OVERSIKT
Veilederen ser hvor mange som er med. En liten gruppe gir ikke et tall.

Foredrag og spørsmål fra mange

Ved et foredrag skriver deltakerne spørsmål på telefonen. Spørsmålene vises uten navn, også for moderatoren, og organisasjonen får en oppsummering som veilederen har godkjent og som ikke knytter noe til en person.

Intern eller ekstern veileder

Veilederen kan være ansatt hos dere eller komme fra et veilederfirma. Rollen gir ingen tilgang til den enkeltes samtaler med JP2, kart eller utviklingstall utover det personen selv deler. Er veilederen også leder eller administrator hos dere, gir ikke rollene sammen innsyn i små grupper.

Læring og utvikling, ikke behandling

SGL Coach og veiledningen støtter læring og utvikling i arbeidet. Tjenesten er ikke helsehjelp, terapi eller en varslingskanal. Står noen i en krise, viser veilederen videre til hjelp som er laget for det. JP2 og utkastene til notat bygger på KI, og KI kan ta feil.

Start med det dere vil få til.
Avklar behovet, og om veilederen skal være ansatt hos dere eller komme fra et firma. Les mer på sglcoach.com/veiledere, eller kontakt SGL Coach AS på company@sglcoach.app.