

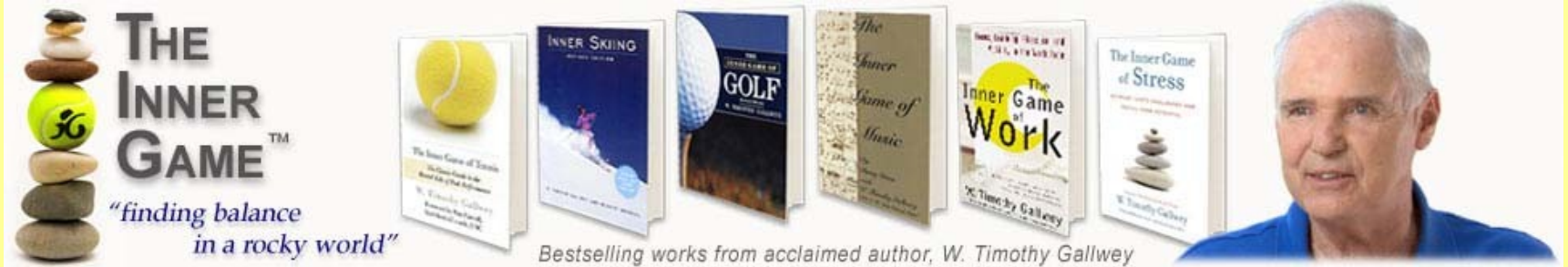
# *MANAŽERSKÉ KOUČOVÁNÍ*

**Milada Blažková**

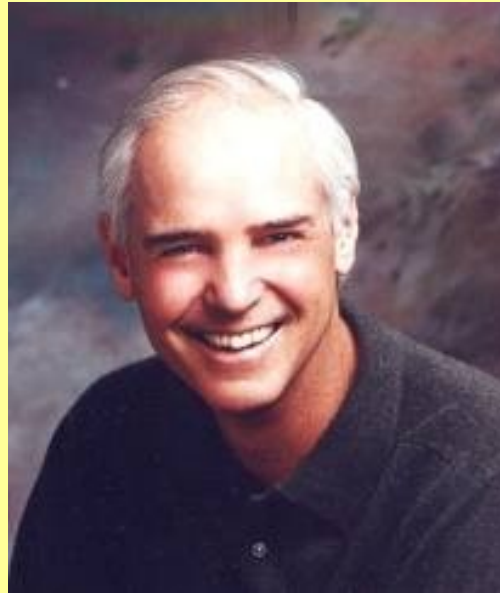
**2014/15**



# Timothy Gallwey



\*1938  
San Francisco



# Sir John Whitmore



\*1929

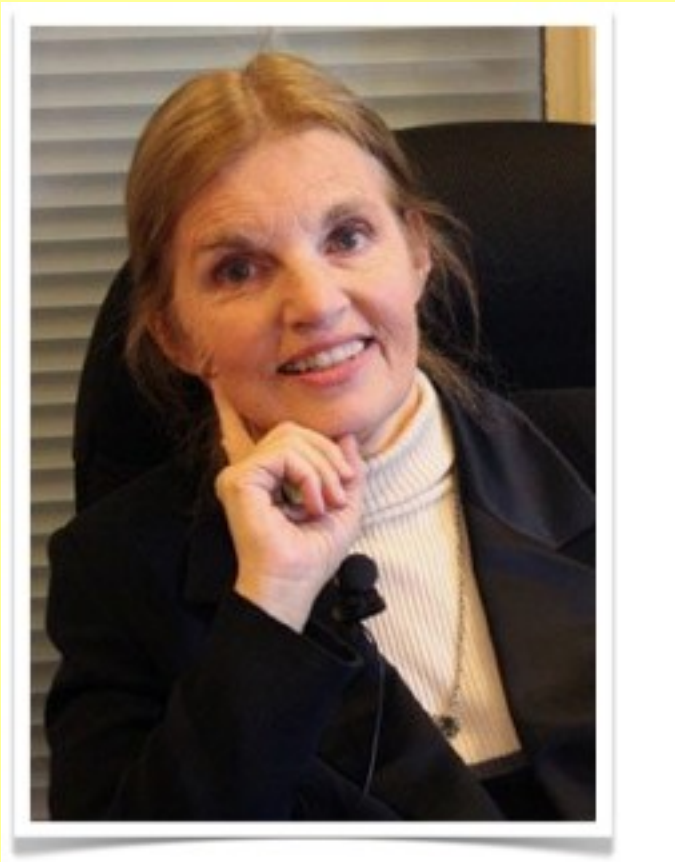
automobilový závodník



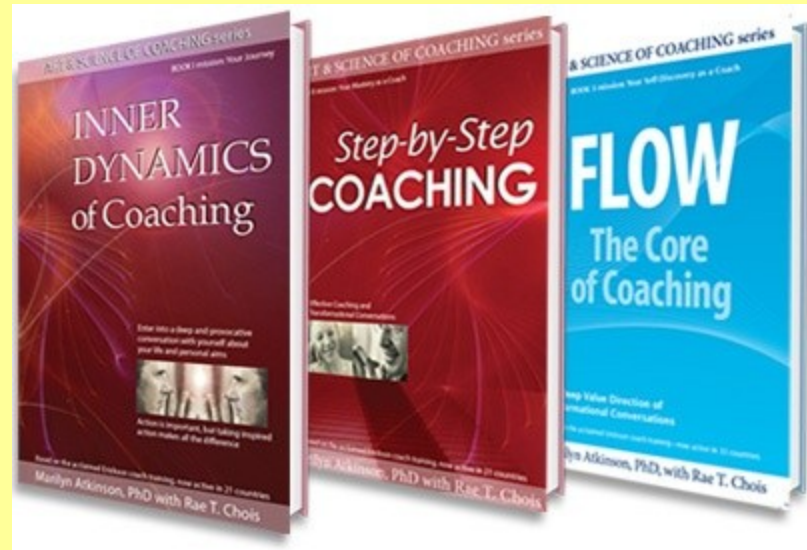
# GROW



# Marylin Atkinson



[www.erickson.edu](http://www.erickson.edu)



# Model GROW

---

☐ Timothy Galway



☐ Sir John Whitmore



☐ Marlyn Atkinson



# Systemický koučink

---



- ❑ Americká škola , Solution focused brief therapy  
(krátká terapie orientovaná na řešení)  
Steve de Shazer a Insoo Kim Berg



- ❑ Německá škola - hamburská – systemische Therapie,  
Kurt Ludewig



- ❑ Novozélandská škola – narrative therapy,  
M. White, D. Epton

# Základní principy koučovacího přístupu

---

**FUTURE**

orientované do budoucnosti

**SOLUTION**

orientované na výsledky

+

orientované na pozitiva



orientované na rozvoj a růst

# Hlavní témata

---

- ☐ koučování - cesta k osobnímu a firemnímu rozvoji
- ☐ teorie osobnosti
- ☐ základní koučovací přístupy
- ☐ proces koučování





# Koučování – hlavní zásady

---

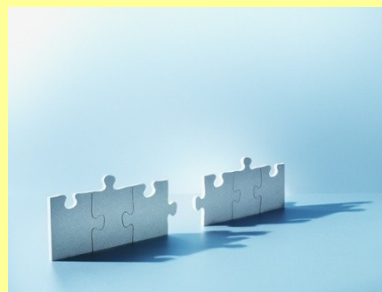
- ☐ zvýšení uvědomění
- ☐ podpora rozhodování
- ☐ podpora pozitivních změn v chování

# Jaké existují modely koučování?

❑ individuální koučování



❑ skupinové koučování



❑ vedoucí koučuje své spolupracovníky



❑ člověk koučuje sám sebe



# Kdy nejčastěji lidé volí koučink?

---

- ❑ když uvažují o změně ve svém životě
- ❑ když chtějí aktivněji pracovat s lidmi
- ❑ nástup do práce, do nové pozice
- ❑ po pravidelném hodnocení
- ❑ akutní problémy týmu
- ❑ neúspěch u zákazníka



# Co se často zaměřuje?

---

- koučování
- mentoring
- poradenství
- terapie



# Teorie osobnosti

(modely ilustrující složitost lidského chování)

---

avokádo

znalosti



myšlení

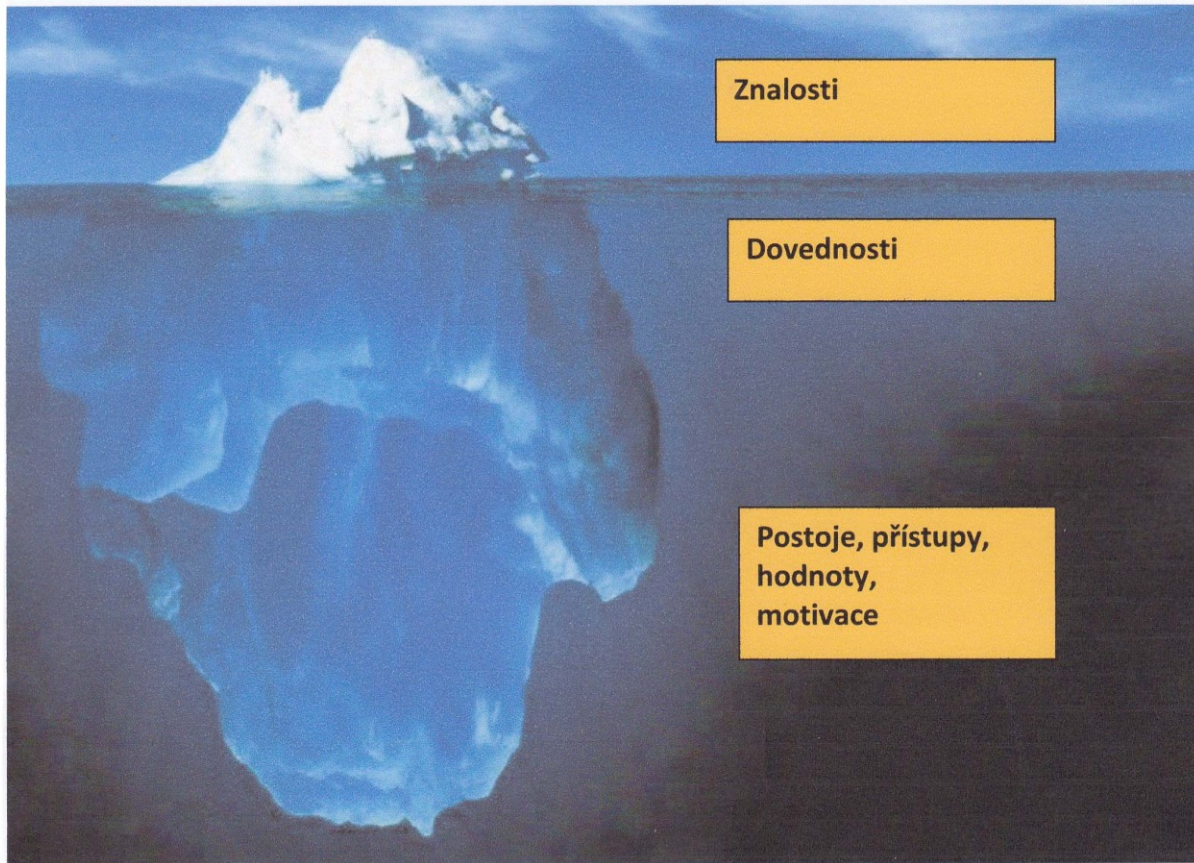
dovednosti

iceberg



# Iceberg

---



# Dva základní koučovací přístupy

---

- model GROW

J. Whitmore, T. W. Gallway, M. Atkinson

- systemický přístup – rozhovor s cirkulárními otázkami,  
S. de Shazer, I. K. Berg, K. Ludewig, P. Parma

# Základní koučovací nástroje

---

- ❑ GROW
- ❑ SMARTER
- ❑ škála
- ❑ pyramida logických úrovní





# Model GROW

---

- ❑ G - goals      cíle
- ❑ R - reality      skutečnost
- ❑ O - opportunity      příležitosti
- ❑ W - will      chtění



# Model GROW

---

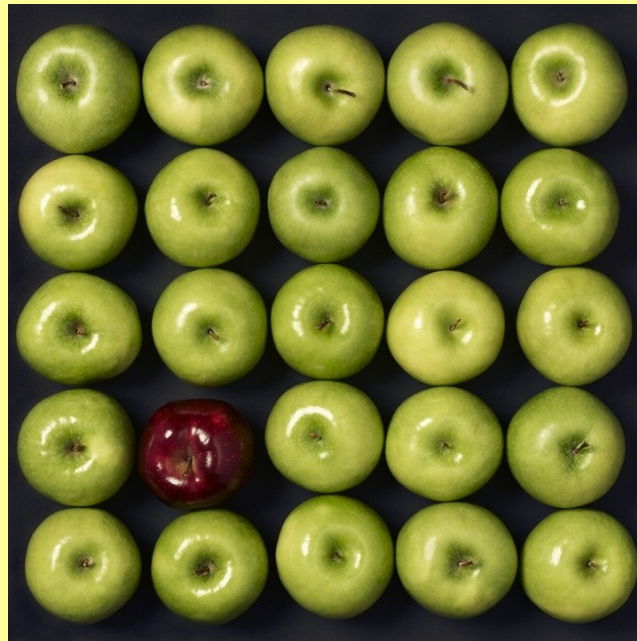
- ❑ G - goals Co chceš?
- ❑ R - reality Jak to vypadá teď?
- ❑ O - opportunity Jaké máš možnosti?
- ❑ W - will Co uděláš a kdy?



# Koučování - základní přístupy k jedinci

---

- ☐ každý člověk je jedinečnou individualitou



# Koučování - základní přístupy k jedinci

---

- ❑ lidé se mohou změnit pouze sami



*„Koně můžete přivést k vodě, ale napít se musí sám“*

# Koučování - základní přístupy k jedinci

---

- ☐ každý člověk vnímá svět jinak



# Koučování - základní přístupy k jedinci

---

- ❑ lidé jsou z principu „dokonalí“, ne „neschopní“ - každý je v pořádku tak, jak je



# Koučování - základní přístupy k jedinci

---

- ☐ malé změny mohou mít velký dopad



# Koučování - základní přístupy k jedinci

---

- ❑ prověřovat je dobré, důvěřovat je lepší





# Koučování - základní přístupy k jedinci

---

- ☐ každý člověk má vždy prostor k jednání



# Koučování - základní přístupy k jedinci

---

- ☐ za vším stojí dobré úmysly a konkrétní užitek



# Koučování - základní přístupy k jedinci

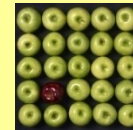
---

- ❑ změna je možná kdykoli



# Shrnutí koučování

- ❑ každý člověk je jedinečnou individualitou
- ❑ lidé se mohou změnit pouze sami
- ❑ každý člověk vnímá svět jinak
- ❑ lidé jsou z principu „dokonalí“, ne „neschopní“
- ❑ malé změny mohou mít velký dopad
- ❑ prověřovat je dobré, důvěřovat je lepší
- ❑ každý člověk má vždy prostor k jednání
- ❑ za vším stojí dobré úmysly a konkrétní užitek
- ❑ změna je možná kdykoli



# Nástroje koučování

## □ vytváření vztahu- raport



# Nástroje koučování

---

☐ otázky



# Nástroje koučování

---

- ☐ aktivní naslouchání



# Nástroje koučování

---

- poskytování a přijímání zpětné vazby





# Nástroje koučování

---

## ☐ přerámování



# Nástroje koučování

---

- ☐ zacházení s chybami



***„Chcete uspět? Zdvojnásobte počet svých neúspěchů!“***

*Thomas Watson – zakladatel IBM*

# Nástroje koučování

---

☐ návrhy řešení



# Nástroje koučování

---

## ☐ mentální techniky



Vizualizace

Mentální techniky např. Anthony Robinse

# Techniky dotazování

---

- ❑ technika zázračné změny
- ❑ cirkulární dotazování
- ❑ zhodnocení pozitiv



***„Logika tě dostane z bodu A do bodu B.  
Představivost tě dostane všude.“***

Albert Einstein

# Základy koučování – nástroje

## Shrnutí

- ❑ vytváření vztahu
- ❑ otázky
- ❑ aktivní naslouchání
- ❑ poskytování a přijímání zpětné vazby
- ❑ přerámování
- ❑ zacházení s chybami
- ❑ návrhy řešení
- ❑ mentální techniky



# Koučovací rozhovor

---

Má pevná pravidla:

- ❑ na začátku je pracovní stanovení „zakázky“
  - co přesně chce koučovaný řešit
  - „10“
  - měřitelné popsání výsledku
  
- ❑ na konci - první krok řešení



## Cvičení:

---

Vytvořte k následujícím tvrzením otázky, abyste o těchto výrocích získali co nejvíce informací.

*Všichni vědí, že dělám, co mohu.*

*Nutí mě, abych byl nekompromisní.*