
KOUČOVÁNÍ

Milada Blažková

26. 11. 2009



Hlavní témata

- ❑ koučování - cesta k osobnímu a firemnímu rozvoji
- ❑ z čeho čerpá koučování
- ❑ změna pohledu na živé systémy
- ❑ jedinec v sociálních vazbách
- ❑ základní koučovací přístupy
- ❑ systemické koučování
- ❑ proces systemického koučování

Jaké existují modely koučování?

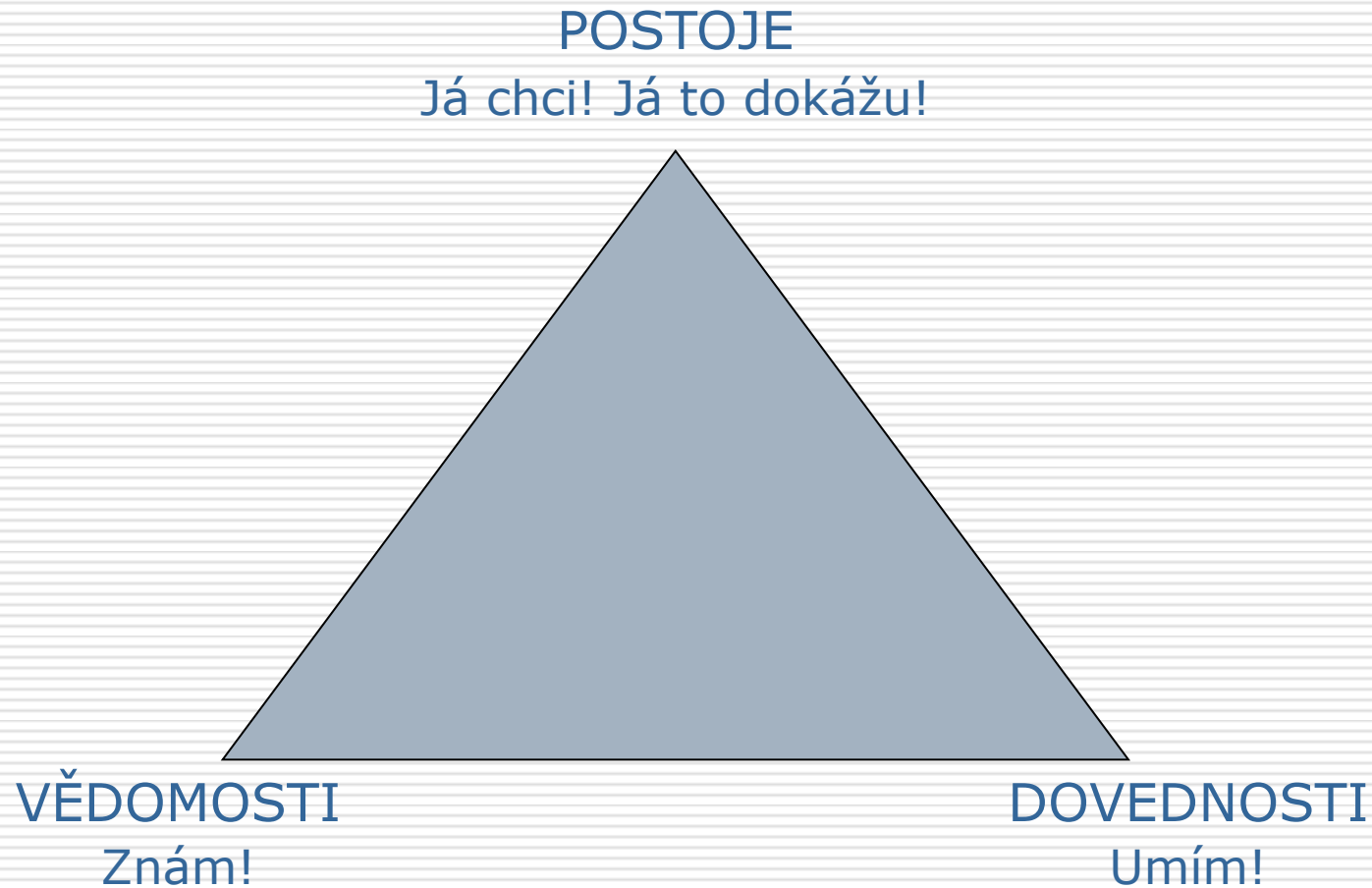
- ❑ individuální koučování
- ❑ skupinové koučování
- ❑ vedoucí koučuje své spolupracovníky
- ❑ člověk koučuje sám sebe

Dle Suchý, J., Náhlavský, P.

Kdy nejčastěji lidé volí koučink?

- nástup do nové pozice
- akutní problémy týmu
- neúspěch u zákazníka
- po pravidelném hodnocení
- aktivnější práce s lidmi
- uvažuje o změně ve svém životě

Trojúhelník osobního růstu



Z čeho čerpá koučování?

- ❑ klasická systémová teorie
- ❑ kybernetika I. a II. řádu
- ❑ neurobiologie
- ❑ Luhmanova teorie sociálních systémů
- ❑ poststrukturalistická teorie komunikace

Změna pohledu na živé systémy

- ❑ živé systémy a jejich vlastnosti
- ❑ teorie autopoiezy
- ❑ operacionální uzavřenost
- ❑ poznatky z neurobiologie
- ❑ konstruktivistické chápání

Živý systém dle Maturany

- ❑ je „operačně uzavřený“ čili oddělený od svého okolí
- ❑ má schopnost samoorganizace, dokud nezahyne
- ❑ neustále vyměňuje látky se svým okolím
- ❑ tomu, co se děje v okolí, přizpůsobuje své chování

Systemický koncept

- ❑ koncept pozorovatele - reflexe
- ❑ struktura versus užitek chování
- ❑ samoorganizace a operacionální uzavřenost jedince
- ❑ základní princip zacházení s jedincem

Luhmanova teorie sociálních systémů

- ❑ koncept členství
- ❑ struktura versus společné téma sociálních systémů
- ❑ autopoieza a operacionální uzavřenost sociálního systému
- ❑ základní princip zacházení se sociálním systémem

Manažerské aplikace – dosahování cílů, zvyšování výkonu

- ❑ jedinec jako samoorganizující jednotka
- ❑ malá skupina jako samoorganizující jednotka
- ❑ firma jako sociální organismus

Jedinec a jeho výkonnost a spokojenost

- ❑ Jedinec a jeho práce na sobě – cesty k vlastnímu rozvoji

- ❑ Jedinec v sociálních vazbách

Teorie osobnosti

(modely ilustrující, čemu se systemické koučování věnuje)

avokádo



iceberg



Koučovací přístupy

- model GROW
J. Whitmor, T.W. Gallway, M. Atkinson

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

Model GROW

- | | | |
|-----|---------------|--------------|
| □ G | - goal | cíl |
| □ R | - reality | skutečnost |
| □ O | - opportunity | příležitosti |
| □ W | - will | chtění |

Model GROW

- G - goal
- R - reality
- O - opportunity
- W - will

Co chceš?

Jak to vypadá teď?

Jaké máš možnosti?

Co uděláš a kdy?

Systemický koučink - zdroje

- ❑ Americká škola , Solution focused brief therapy (krátká terapie orientovaná na řešení)
Steve de Shazer a Insoo Kim Berg
- ❑ Německá škola - hamburská – systemische therapy, Kurt Ludewig
- ❑ Novozélandská škola –narrative therapy, M. White, D. Epsom

Základem systemického přístupu je

Radikální konstruktivismus

Základní systemické přístupy k jedinci

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

Dle E. Haberleitner

Systemický koučovací proces

Systemický koučovací rozhovor má pevná pravidla:

- ❑ na začátku je pracovní stanovení „zakázky“- co přesně chce koučovaný řešit
- ❑ na konci formulace je výstupu - jaký bude první krok řešení
- ❑ jaký mám z rozhovoru užitek

Nástroje systemického koučování

- vytváření vztahu
- otázky
- aktivní naslouchání
- metamodel jazyka
- sdělení vzájemných očekávání
- poskytování a přijímání zpětné vazby
- přerámování
- jak zacházet s chybami a návrhy řešení
- mentální techniky

Systemické techniky dotazování

- ❑ cirkulární dotazování
- ❑ otázka po zázraku
- ❑ technika zázračné změny
- ❑ zhodnocení pozitiv
- ❑ reflektující tým
- ❑ externalizace problému

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.

Děkuji za pozornost !

Kontaktní údaje:
PhDr. Milada Blažková
Mobil: 732 453 117
blazkovamilada@seznam.cz