

praktická
psychologie

Koučovací proces dle GROW

Praktická psychologie s.r.o.



Koučovací proces – schůzka

Vybudování vztahu – raport s klientem

- DUO

GROW

- Určení cíle – na čem se bude pracovat
- Časování a konkretizace cíle
- Popis reality
- Nacházení možností
- Rozhodnutí a výběr možnosti, směru, cesty;
 - Akční kroky

Závěr, vyhodnocení, ocenění

! POZOR !

orientovat se kde se nacházíme v hovoru



Koučovací proces - raport



Jak začít?

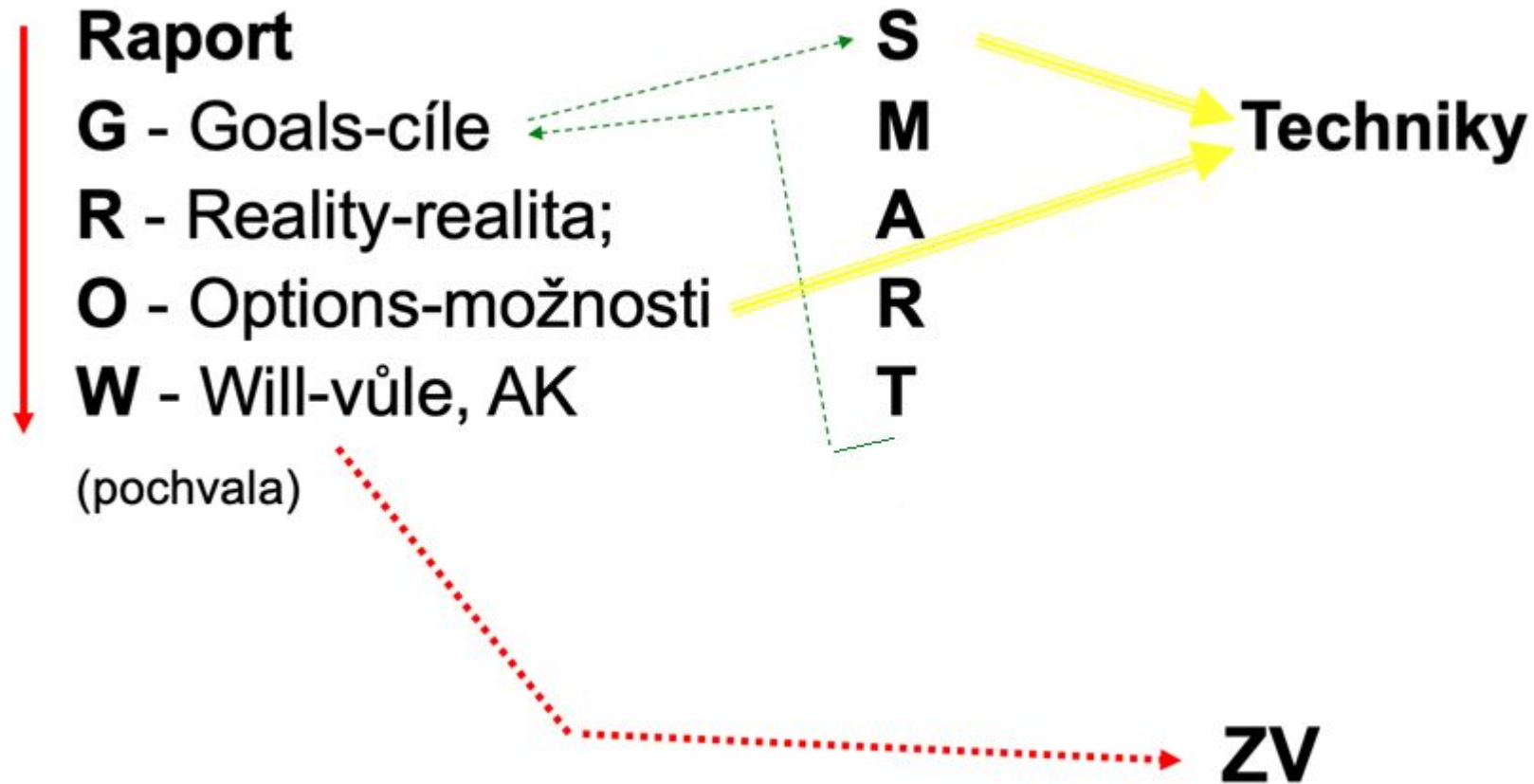
- Něco společného – něco o sobě
- Neverbální komunikace – oční kontakt, úsměv, otevřená gesta, zrcadlení
- Slovník

Co je koučink, jak bude probíhat.

Zjistit co klient chce – očekávání

Detekce cíle

Koučovací proces - postup



Koučovací proces - otázky

Otevřené

Pozitivní

Stručné,
jasné,
krátké

Nácvik GROW

Použijte GROW
Nezapomeňte na doplňkové
otázky

- *Co dalšího?*
- *Co ještě?*
- *Co to znamená?*
- *Co si pod tím představíš?*

- Probíhá ve dvojicích
- Celkový čas na nácvik – 60 min
- Výměna rolí po 30 minutách