

praktická  
psychologie

# Bezpečí v koučování Kontrakt

Praktická psychologie s.r.o.



# Vytváření pocitu bezpečí

---

## Fyzické bezpečí – práce s prostorem

- Umístění koučovacího prostoru v místnosti
  - Lidi nejsou rádi zády ke dveřím,
  - Okno může brát zbytečně pozornost,
  - Pohodlná křesla uspávají apod.
- Koučovací posed – vedle sebe nebo přes roh
  - Dovoluje to oběma vidět do zápisu
  - Oba mají možnost uhnout pohledem a zamýšlet se s pohledem do nikam
  - Vyhýbáme se přímé konfrontaci očního kontaktu
- Občerstvení
  - Voda/káva/čaj
- Nabídka papírů a psacích potřeb pro vlastní užití klienta

# Vytváření pocitu bezpečí

---

## Psychologické bezpečí

- Profesionální představení kouče
- Představení koučování a nastavení zodpovědností
- Přizpůsobení jazyku a tempu klienta
- Podmínky výstupů ze setkání (kdo dělá zápis, co se s ním bude dít)
- Časové ohraničení
- Finanční podmínky
- Další podmínky (pravidelnost setkávání, omluvy absence apod.)

# Kontrakt

---

Vzhledem k bezpečí klienta i kouče – co je třeba, aby zaznělo na začátku spolupráce, na prvním sezení?

# Kontrakt - individuální příprava

---

ÚKOL:

Každý za sebe si připravte úvodní fráze pro první setkání tak, abyste se postarali o bezpečí klienta i své.

# VN: První schůzka s klientem

**Provedte v rámci nácviku svého klienta první schůzkou.**

**Zaměřte se zejména na kontraktování, nastavení očekávání a vyjasnění své pozice.**

- **Probíhá ve dvojicích**
- **Čas na nácvik:**
  - **10 min - nácvik**
  - **5 min - zpětná vazba pozorovatele**
  - **Poté se vyměňte**
- **Hlídejte si čas**