

praktická
psychologie

GROW

0 - Možnosti

Praktická psychologie s.r.o.



Model - GROW

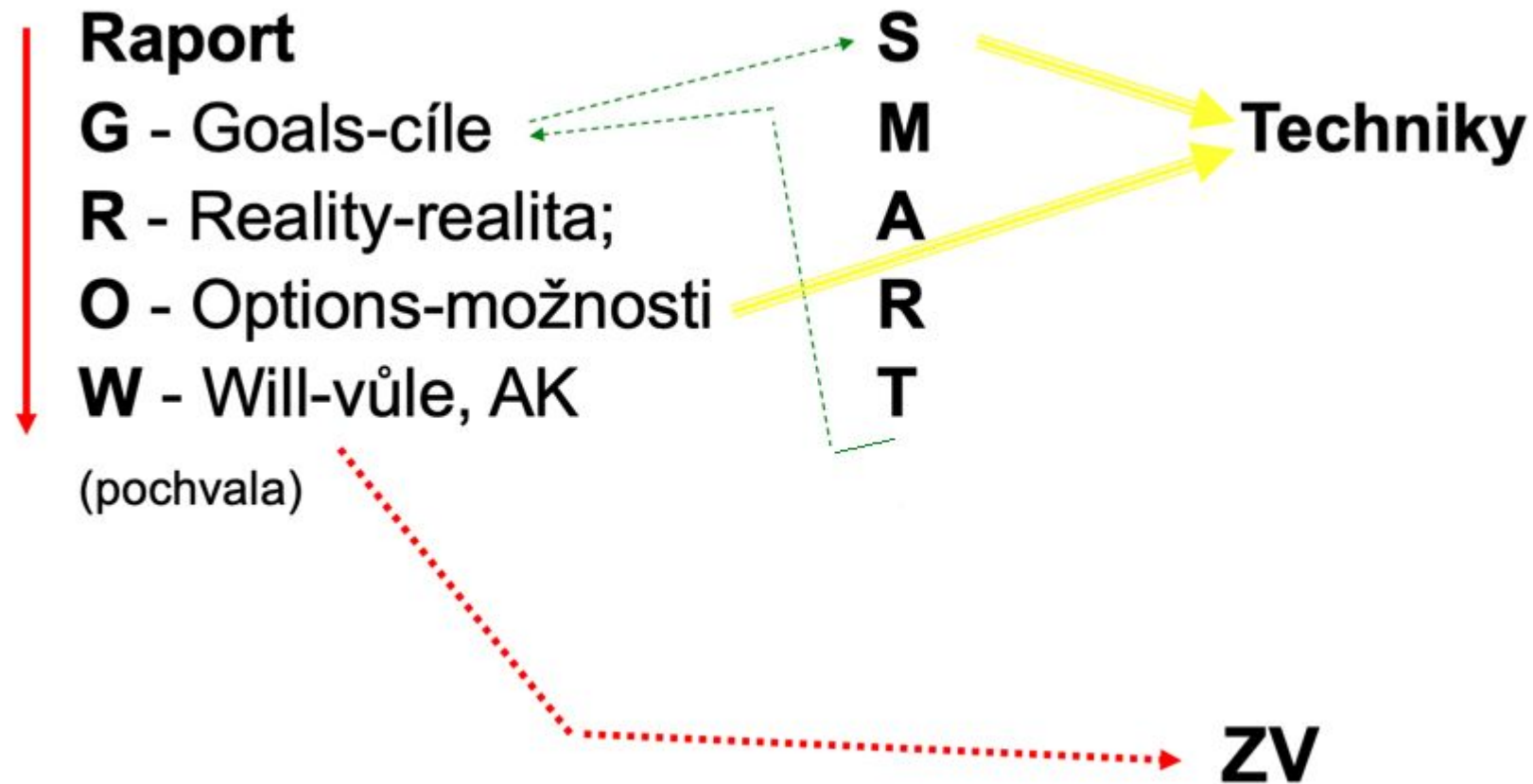
Opportunities – možnosti, způsoby

- Brainstorming
- Kreativita
- Zdroje z minulosti
- Náhled (otázky na radu jiným)

Co hlídat

- Bezhraničnost
 - Jediný blbý nápad je ten, co nepadne

Koučovací proces - postup



Koučovací otázky na možnosti

- Jaké možnosti máš?
- Co ještě bys mohl udělat?
- Co bys změnil, pokud bys začínal od začátku?
- Co bys udělal kdyby bylo více času, peněz, lidí ...?
- Co bys udělal (udělal jinak), kdyby nebyla žádná omezení?
- Čeho ještě bys chtěl dosáhnout?
- Co by udělal na tvém místě konkurent?
- Co by udělal na tvém místě ten, koho obdivuješ?
- Už jsi někdy něco podobného řešil? Šlo by to použít?
- Co bys poradil kamarádovi, který s tím chce začít?

Čínské menu

- Jediný okamžik, kdy si může dovolit kouč radit
- Vychází ze zkušenosti své či jiných klientů
- Doplnění možností o několik dalších
- NEBEZPEČÍ
 - Klient to vezme jako expertní řešení

Malý nácvik

Vaším úkolem je vzájemně si procvičit pouze otázky týkající se možností (0).

Můžete využít materiály s otázkami.

- Probíhá ve trojicích
- Celkový čas na nácvik – 30 min
- Výměna rolí po 10 minutách
 - 7 min čisté práce
 - 3 min zpětná vazba ve trojici
- Společná reflexe ve velké skupině neprobíhá
- Hlídejte si čas!