



Business Coaching College



Medzinárodne akreditovaný výcvik koučovania

Business coaching – meaning and mechanics of coaching in business

Biznis koučing – zmysel a techniky koučovania v biznise

Výcvik je určený pre ľudí z biznisu, pre riadiacich pracovníkov, pre budúcich koučov a pre každého kto pracuje s ľuďmi. Je vedený interaktívnym spôsobom a silne zameraný na prax.

Počas 5 modulov sa naučíte:

- Viest efektívny koučovací rozhovor na pracovné aj osobné témy
- Používať 5-krokovú pyramídovú štruktúru vedenia rozhovoru, ktorá je jednoduchá, logická a zrozumiteľná
- Pochopíte všetky kľúčové kompetencie kouča

Navyše získate:

- Diplom Business Coaching Trained Coach:  **BCTC**
- Vzdelanie požadované pre medzinárodnú certifikáciu (ACC certifikácia od ICF, portfólio path)
- Koučovacie zručnosti, ktoré môžete okamžite využiť v praxi

Získate tiež koučovacích kolegov, s ktorými budete môcť spolupracovať medzi modulmi aj po nich. Kurz prispeje aj k vášmu vlastnému sebarozvoju, pretože pri modelových situáciách budete pracovať na svojich vlastných témach, čo zabezpečí autentický zážitok koučovania a zažijete ako koučovanie funguje vo vašom vlastnom živote. Rezervujte si miesto čím skôr – kapacita kurzu je limitovaná.

Rozsah: 5×2 dni počas 5 mesiacov, cena 1960 Eur/osoba (10 tréningových dní).

1. Modul
Od problému k riešeniu
23.–24. január 2014

2. Modul
Od otázky k odpovedi
27.–28. február 2014

3. Modul:
Od obsahu k spôsobu
27.–28. marec 2014

4. Modul:
Od presvedčenia k hodnotám
24.–25. apríl 2014

5. Modul:
Od aktivity k zmyslu
29.–30. máj 2014

6. Modul:
Supervízia a mentoring
podľa dohody



1. modul

Od problému k riešeniu

Mám problém... A čo chcete namiesto neho?

Koučing sa stal veľmi populárnym, lebo ľuďom pomáhal. V tomto module sa dozviete čo odlišuje skutočný koučing od iných pomáhajúcich rozhovorov a čo ho urobilo takým populárnym.

Zoznámite sa s **5-krokovou pyramídovou štruktúrou vedenia koučovacieho rozhovoru**, ktorá vás svojou logikou a jasnosťou povedie vždy, keby ste zaváhali ako v rozhovore pokračovať.

Naučíte sa techniku, ktorá vám pomôže viesť každý rozhovor tak, aby do jeho záveru klient dosiahol, čo v tomto rozhovore chcel vyriešiť.

Aby mohol vzniknúť koučovací rozhovor, je nevyhnutná dôvera – v tomto module sa oboznámite s teoretickým pozadím a najmä s praktickými zručnosťami toho, ako dosiahnuť, aby klient vedel, že ho počúvate, a že sa staráte o jeho záujmy. Pozrieme sa aj na to, ako z reči tela a jemných náznakov odpozorovať klientove rozpoloženie a ako efektívne komunikovať so základnými typmi klientov, ktorých môžete pri koučovaní stretnúť.



2. modul

Od otázky k odpovedi

Väčšinou sa nás ľudia pýtajú na veci, na ktoré poznáme odpoveď. Kouči sa pýtajú inak – kouči sa nás pýtajú na veci, na ktoré sme nepoznali odpoveď, pokiaľ sme nedostali otázku.

Otázky sú základným nástrojom kouča a počas tohto modulu sa budeme učiť používať otázky vedome a cielene. Ako sa pýtať, aby nebolo možné z otázky utiecť? Ako sa nepýtať na informácie, ale byť zvedavý na významy? Ako pestovať svoju vlastnú autentickú zvedavosť? Aké otázky sa hodia do ktorej fázy rozhovoru? Kedy kľásť otázky, ktoré sú „silné“ a kedy otázky, ktoré sú „hlúpe“?

Tento modul vás **uvedie do majstrovstva kladenia otázok**, naučíte sa meniť koncepčné rámce a zvyšovať uvedomenie klienta – o jeho situácii, postojoch a predpokladoch. Naučíte sa využívať magickú moc voľných asociácií, hľadať cesty ako objavovať netušené riešenia.



3. modul

Od obsahu k spôsobu

V bežnom živote nás zaujíma predovšetkým obsah toho, čo nám hovoria. Ako kouči máme inú úlohu: nemôžeme sa nechať zhypnotizovať obsahom, musíme počúvať viac ako obsah. Ale čo môže byť dôležitejšie ako obsah?

V tomto module sa zoznámite s majstrovstvom počúvania **štruktúr, v ktorých klient organizuje svoj svet a svoje myšlienky**. Naučíte sa počúvať klienta na troch úrovniach, trénovať využívanie sily ticha a zachytávať neverbálne signály klienta. Dôverne sa zoznámite s reprezentačnými systémami a spoznáte prácu s nimi.

Dôsledne budete trénovať ako zaznamenať a ovplyvňovať programy a podprogramy, ktoré bežia klientovi v mysli. Prostredníctvom autentických modelových situácií sa naučíte identifikovať jemné nuansy vlastného prežívania, zintenzívniť svoju schopnosť sebauvedňovania a sebariadenia. Tento modul vám poskytne takú **slobodu nad vlastným myslením** a rozhodovaním, ako ste pravdepodobne ani nečakali.

Naučíte sa tiež pohybovať po imaginárnych časových líniách a ujasníte si váš vzťah k času. A samozrejme zistíte, ako to všetko urobiť pre svojho klienta.

4. modul

Od presvedčení k hodnotám

Na živote je toho viac ako plniť úlohy a dosahovať ciele. Čo však má pre klienta skutočnú hodnotu? Kvôli čomu bude chcieť zmenu? A v čom je zásadný rozdiel medzi presvedčeniami a hodnotami, keď občas vyzerajú ako jedno a to isté. Čo sa mení a čo je to, čo mení?

Tento modul vás prevedie 6 úrovňami ľudskej skúsenosti a pochopíte rozdiel medzi technickým a transformačným koučingom.

Špeciálne sa zameriame na **koučovanie v „zaseknutých“ situáciách** a transformačné techniky. Naučíte sa, ako previesť klienta zo závozu k možnostiam a od možností k činom, pomocou 5-krokového procesu.

Budeme sa venovať rôznym technikám ako meniť referenčný rámec, ako chápať emócie a reakcie klienta ako indikátory, ktoré ukazujú perspektívu, z ktorej situáciu vníma a tiež budeme vnímať polaritu, v ktorých sa pohybuje.



5. modul

Od aktivity k zmyslu

Koučovacie zručnosti rovnako ako aj iné zručnosti, sú len technické nástroje, ktoré môžu byť dobre remeselne zvládnuté a napriek tomu zostať prázdne a bezduché. To, čo ich robí živým umením je vnútorný zámer s ktorým ich používame a zmysel, ktorý im udeľujeme.

V tomto module nazriete do svojho vnútra, a nájdete si **vlastnú cestu používania koučovacích zručností**, ktorá rešpektuje vaše vlastné osobnostné danosti a hodnoty a získate potrebný nadhľad a pochopenie celého procesu sprevádzania klienta. Tým pochopíte celý zmysel koučovania, ktorý ostáva pri krátkodobých dvojročných kurzoch neodkrytý.

Získate praktické skúsenosti zo sprevádzania klienta jeho vlastnými hodnotami a objavovania nepoznaného u klienta. Tu začína **vznikať váš osobitý a jedinečný štýl**.

Ak splníte všetky podmienky, čaká vás diplom:



6. modul

Mentoring a supervízia

Tí, ktorí by sa chceli koučingu venovať hlbšie a pokračovať až k medzinárodnej certifikácii, môžu využiť individuálne alebo skupinové mentorské a supervízne stretnutia. Tento modul nie je zahrnutý v základnej cene výcviku a jeho podoba sa dohaduje individuálne.

Mentoring — 10 hodín práce s kvalifikovaným mentorom je požadovaných pri skúškach na získanie ACC certifikácie od ICF (International Coaching Federation), portfolio path. Mentor sa venuje hodnoteniu koučovacích kompetencií svojho klienta a pomáha mu rozvíjať kľúčové koučovacie kompetencie, ktoré budú na skúške hodnotené.

Supervízia — je odlišná v tom, že sa nezaobrá len koučovacími kompetenciami, ale aj inými otázkami s ktorými kouč vo svojej praxi zápasí, hlavne čo sa týka jeho vlastných reakcií na potreby klientov — napríklad ako sa vyrovnáť s hnevom klienta alebo s tlakom medzi požiadavkami svojho koučovaného a jeho nadriadeného, ktorý koučing objednal a inými situáciami, ktoré kouč musí riešiť, aj keď sa netýkajú priamo jeho koučovacích schopností.





Business Coaching College

Výcvik vedú dve skúsené medzinárodne certifikované koučky

Zuzana Karpinská, PhD., PCC

Medzinárodne certifikovaná koučka (Profesional Certified Coach —



PCC od ICF). Prezidentka ICF (International Coach Federation) na Slovensku, trénerka a lektorka. Doktorát z oblasti štruktúr myslenia získala na Univerzite Komenského. Absolvovala stáže na Ťmea University vo Švédsku, Lomonosovej Univerzite v Moskve, Masarykovej Univerzite v Brne. Absolvovala certifikovaný výcvik koučingu na kanadskej Erickson College, vyštudovala tiež ontologický koučing, short solution focus coaching, team coaching with solution circle, výcvik vo Focusingu vo Focusing Institute, New York pod záštitou prof. Eugene Gendlina z Chicago University, USA. Je certifikovaný NLP Practitioner, používateľ psychodiagnostiky Hogan. Interne aj externe pôsobila na Filozofickom Ústave Slovenskej akadémie vied. 14 rokov pôsobila ako riaditeľka Slovenskej akademickej a personálnej agentúry. Na Univerzite Komenského vyučovala Solution focus coaching a Manažment životnej zmeny.

+421 905 65 91 88

karpinska@executivecoaching.sk

PhDr. Denisa Kmecová, PCC

Medzinárodne certifikovaná koučka (Profesional Certified Coach od



ICF — International Coach Federation) a trénerka. Osobnostnému rozvoju sa venuje 15 rokov, má tiež skúsenosti z oblasti manažmentu a ľudských zdrojov. Vyštudovala odbory pedagogika, psychológia, andragogika, personálny manažment, má doktorát z filozofie a navštevovala dlhodobý psychoterapeutický výcvik Humanistickej psychológie. Absolvovala medzinárodne certifikovaný výcvikový program Erickson College, Vancouver, Canada, The Art and Science of Coaching (Erickson Certified Professional Coach) a Brief coaching — solution focused. Je certifikovaný NLP Practitioner. Absolvovala kurz Release technique — technika uvoľnenia negatívnych emócií, EFT — Emotional Freedom technique a Focusing. Má certifikát na Psychodiagnostiku Hogan a osobnostnú diagnostiku cez Farby života. V minulosti prezidentka a členka predsedníctva Slovenskej asociácie koučov a členka predsedníctva medzinárodnej federácie koučov — ICF Slovak Chapter.

+421 911 75 58 87

kmecova@icf.sk



Workshop Leadership, organizovaný časopisom PROFIT.



Konferencia Happy Company 2012, prednáška: Odložte cukor aj bič — čo je skutočným zdrojom motivácie.



HR dni — konferencia organizovaná portálom PROFESIA pre HR manažérov. Seminár: Rola koučovania v organizáciách, 2013



Koučovací seminár: Žena musí všetko. Ako zistím, čo naozaj chcem, organizovaná časopisom PROFIT a TREND representatives, 2013



AmCham — konferencia o sociálnej zodpovednosti organizácií. Prednáška: Sila vôle je vyčerpateľný zdroj — ako motivovať efektívnejšie.



Festival Ochutnávka šťastia — prednáška: Tajomstvo koučingu — cesta ku šťastiu a celistvosti.



Konferencia o vzdelávaní v školstve — organizátor Trend.



Prednáška o koučingu — organizátor Kultúrne centrum Žiar nad Hronom.



Workshop Strategické plánovanie.



Dni zdravia — prednáška: Koučing.



Medzinárodná konferencia koučov — prednáška: Certifikačný systém koučov.

www.koucovaskola.sk