

Obsah

<i>Předmluva</i> (David Clutterbuck)	13
<i>Předmluva k 2. aktualizovanému vydání</i>	15
Úvodem	17
1. Základ pro práci kouče: Sebepoznání a sebeporozumění	21
Principy koučování: Co je a co není koučování?	21
Příběh kouče Petra začíná	31
Přehled koučovacích kompetencí	35
1. kompetence kouče podle EMCC: Sebepoznání a sebeporozumění	36
Úvod do jungovské osobnostní typologie	38
Jaký je kouč Petr z pohledu osobnostní typologie	49
2. Osobní rozvoj kouče: Zásada profesionality	51
2. kompetence kouče podle EMCC: Závazek k osobnímu rozvoji	51
Příprava kouče Petra na koučování s klientem Tomášem	52
Nulté koučovací sezení s Tomášem	54
Koncept „PODPORA – VÝZVA“	56
Využití osobnostní typologie pro seberozvoj kouče	58
Plán rozvoje kouče	65
3. Práce s kontraktem: Stanovení a dodržování dohod	67
3. kompetence kouče podle EMCC: Kontraktování	67
Vzor kontraktu s koučovaným	69
První koučovací rozhovor s klientkou Radkou	70
Model GROW	74
Hranice kouče	76
Supervize kouče Petra	80
Kompetence podle ICF	85
Vliv osobnostní typologie na kontraktování	86
4. Koučovací vztah: Jak ho vytvářet a rozvíjet	89
4. kompetence kouče podle EMCC: Vytváření vztahu	89
Vytvoření raportu	90
Aktivní naslouchání jako klíčová koučovací dovednost	92

Hranice koučování a mentoringu: Od efektivního manažera k inspirujícímu lídrovi (příběh Tomáše pokračuje)	94
Koučovací rozhovor s Radkou	100
Metoda VAKOG a kotvení	102
Využívání osobnostní typologie pro navazování raportu	105
Kompetence podle ICF	110
5. Zvyšování uvědomění: Rozvíjení nových úhlů pohledu	113
5. kompetence kouče podle EMCC: Podpora vhledu a učení se	113
Kladení otázek	114
Pokračování koučování Radky	115
Kolo života	115
Příběh tanečníka Jiřího	119
Koučování Tomáše „Pod hladinou“	122
Škálování a práce s metaforou: Koučování projektového manažera Mira	125
Využití osobnostní typologie: Vyvažování preferencí	129
Kompetence podle ICF	131
6. Přenášení odpovědnosti: Jak klienta orientovat na výsledek a akci	133
6. kompetence kouče podle EMCC: Zaměření na výsledek a akci	133
Příběh tanečníka Jiřího: Jak dovést svou vizi k realizaci?	137
Koučování Radky: Cesta k sobě pokračuje	140
Gestalt experiment: Další koučování sezení s Tomášem	145
Koučování naživo: Pokračování příběhu projektového manažera Mira	149
Dynamika osobnostního typu	153
Kompetence podle ICF	154
7. Vytváření koučovacího stylu: Modely a techniky koučování	156
7. kompetence kouče podle EMCC: Využívání modelů a technik	156
Překonávání pochybností koučovaného Tomáše: Sebelimitující přesvědčení	157
Koučovací sezení s Radkou	159
Přehled koučovacích technik a modelů	163
Koučovací přístupy	168
Fenomenologický přístup	168
Gestalt koučování	169
Inspirace z neurolingvistického programování (NLP)	175
Transformační koučování	180
Existenciální koučování	182

8. Vyhodnocování koučování: Zpětná vazba a následný rozvoj	188
8. kompetence kouče podle EMCC: Vyhodnocování	188
Sebereflexe kompetencí kouče	190
Závěrečné setkání s Radkou: Ukončení koučování	191
Vyhodnocení koučovacího procesu s Tomášem	193
Vrcholy a údolí na cestě světem koučování	197
Petr opět na supervizním sezení s Marií	203
O supervizi: Proč a jak?	208
Reflektující otázky k této knize	213
9. Trendy v koučování a tipy autorů na závěr	215
Úrovně (stupně) koučování	216
Trendy ve světě koučování	218
Etika v koučování	220
Rozdíly mezi koučováním a terapií	221
Doporučení co dál: Jakými cestami se rozvíjet?	224
9. kompetence autorů	225
Jak jsme psali tuto knihu	227
<i>Závěrem...</i>	229
Koučování v kostce	229
Přílohy	231
1. Kompetenční rámec EMCC	233
2. Kompetenční rámec ICF	234
3. Globální etický kodex	235
4. Etický kodex ICF	242
5. Model GROW	247
6. Osobnostní typologie podle MBTI®	249
6.1 Přehled 4 dimenzí osobnostní typologie	249
6.2 Etické principy pro používání osobnostní typologie podle MBTI®	250
6.3 Sebeodhad osobnostního typu	251
6.4 Tabulka 16 osobnostních typů	271
6.5 Projevy preferencí v komunikaci	272
6.6 Doporučení pro rozvoj	273
6.7 Popisy 16 osobnostních typů	274
6.8 Doporučení pro kouče, jak přistupovat k jednotlivým osobnostním typům	306
<i>Použitá a doporučená literatura</i>	314
<i>Rejstřík</i>	319
<i>O autorech</i>	323