



Ako si vybrať koučovací výcvik, ktorý ti sadne?

Nájdí si koučovací výcvik, ktorý rezonuje s tvojimi hodnotami, štýlom učenia a s tvojím osobným, či profesionálnym koučovacím cieľom.

- 7 okruhov, ktoré je užitočné zvážiť pri výbere
- 33 otázok, na ktoré je dobré si odpovedať, aby si sa dostal efektívne k profesionálnemu či osobnému cieľu
- pracovný list: *Ako si nastaviť svoj cieľ v koučovaní*



*Nájdí si koučovací výcvik,
ktorý rezonuje s tvojimi
hodnotami, štýlom učenia a s tvojím osobným,
či profesionálnym koučovacím cieľom.*



Oblasti na premýšľanie a reflexiu pri výbere koučovacieho výcviku:

1. Hodnoty a kvalita výcviku
2. Akreditácia programu
3. Koučovací prístup
4. Forma a obsah tréningu
5. Spôsob výučby
6. Skúsenosti a certifikácia lektorov a mentorov
7. Podpora a komunita

Ako používať E-BOOK?



Začni nezvyčajne, od konca!

Pred tým, ako začneš s čítaním, vyplň poslednú stranu.

Pouvažuj a napíš si, aké sú tvoje osobné a profesionálne ciele, ktoré spájaš s koučovaním. Potom sa vráť na začiatok, čítaj a uvažuj ďalej.



Hodnoty, kvalita a vízia

Každý z nás má svoje hodnoty. Niekedy ich rozpoznávame výraznejšie, inokedy ich je možné pozorovať na tom, čo a ako robíme.

Dnes už je celkom bežné, že aj firmy, školy a organizácie majú jasne definované svoje hodnoty, ktoré je možné následne rozpoznať v ich produktoch, prístupe ku zákazníkovi či na ďalších veciach.

Je fajn, ak hodnoty a vízia školy rezonujú s tvojimi osobnými hodnotami.

Je to dôležité pre klímu a komunitu ľudí v ktorej sa budeš učiť a rozvíjať.

Tam kde to s nami rezonuje, idú veci predsa len akosi lepšie.

UŽITOČNÉ OTÁZKY NA PREMÝŠĽANIE A UJASNENIE:

Ako sú prezentované a žité hodnoty školy? Na čom ich rozpoznávaš?

.....
.....

Aká je komplexnejšia vízia školy?

.....
.....

Ako rezonujú hodnoty školy s tvojimi osobnými hodnotami a nastavením?

.....
.....



Akreditácia koučovacieho programu

Jednotlivé školy, s ktorými prídeš do kontaktu, nedisponujú akreditáciou ako školy. Akreditáciu majú ich jednotlivé programy.

Môže byť preto užitočné zaujímať sa o akreditáciu koučovacieho programu. Na Slovensku je to akreditácia programu napríklad organizáciou SAKO (Slovenskou asociáciou koučov), ICF (Medzinárodnou federáciou koučov) prípadne akreditácia Ministerstva školstva SR. V iných krajinách to môže byť rôzne, podľa pravidiel jednotlivých krajín.

Akreditácia programu môže súvisieť s tvou ďalšou koučovacou cestou a tvojimi osobnými či profesionálnymi cieľmi. Každá z akreditácií ti dáva iné možnosti vo svete profesionálneho koučovania.

Nie všetci kouči sa potrebujú pre svoje osobné či profesionálne ciele akreditovať v nejakej organizácii. Ak však zvažuješ profesionálne pôsobenie v oblasti rozvoja a profesionálneho koučovania, je certifikácia nezávislou organizáciou ako SAKO či ICF veľmi užitočná.

UŽITOČNÉ OTÁZKY NA PREMÝŠĽANIE A UJASNENIE:

Je daný program akreditovaný, alebo je v procese akreditácie?

.....
.....

Ako je nezávisle overená kvalita výcviku o ktorom uvažuješ? (ICF, SAKO, EMCC,...)

.....
.....

Aký stupeň akreditácie programu má daný program?

.....
.....



K akému stupňu profesionálnej certifikácie ťa výcvik rozsahom a obsahom vzdelávania privedie? (ACC, PCC, MCC)

.....
.....

Aká akreditácia by najlepšie vyhovovala tvojmu osobnému či profesionálnemu cieľu v oblasti koučovania?

.....
.....



Koučovací prístup

Každá škola je niečím jedinečná, má svoje charakteristické východiská, metódy a prístupy.

Výrazne pomáha, ak je koučovací prístup školy jasnejšie definovaný, nakoľko hovorí o tom, ako sa pracuje s klientom, z akého pohľadu nazerá na klienta, na témy ktoré klient prináša a na to, kým je v kontexte spolupráce. Teraz sa to môže zdať veľmi nejasné, avšak postupom času spoznáš dôležitosť pevných a rozpoznateľných základov koučovacieho prístupu.

Sú koučovacie školy, ktoré ťa vybaví rôznorodými metódami a koučovacimi technikami, ktoré sú užitočné pre isté oblasti pôsobenia. Na iné oblasti ti však metódy a techniky stačiť nebudú a budeš potrebovať hlbší vhľad do poznatkov psychológie či filozofie, aby si vedel klientov účinne sprevádzať ich osobnými či profesionálnymi výzvami.

Je dobré premýšľať o tom, čo je tvoj osobný či profesionálny cieľ v oblasti koučovania a podľa toho si vybrať i v tejto oblasti.

UŽITOČNÉ OTÁZKY NA PREMÝŠĽANIE A UJASNENIE:

Aký koučovací prístup má škola?

.....
.....

Aké má psychologické, filozofické či iné východiská?

.....
.....

K čomu osobne či profesionálne inklinuješ v zmysle filozofie či prístupu?

.....
.....



Rozsah a obsah tréningu

Všetko potrebuje svoj čas. Inak to nie je ani s osvojovaním si koučovacích zručností, koučovacieho myslenia či koučovacích techník a metód.

Na trhu nájdeš výcviky v rôznom časovom rozsahu od dvojdňoviek, ktoré môžu slúžiť ako informačný vstup do koučovacieho sveta, až po rozsiahle výcviky v stovkách hodín.

Tu ti tiež poslúži zvážiť osobný či profesionálny cieľ v oblasti koučovania. Ak chceš nazrieť do oblasti koučovania, prípadne si osvojiť základné koučovacie zručnosti postačia ti výcviky s menšou hodinovou dotáciou a „jednoduchším“ obsahom.

Ak sa plánuješ v budúcnosti koučovaniu venovať profesionálnejšie alebo hlbšie porozumieť súvislostiam a procesom v koučovaní, je dobré zvážiť rozsiahlejšie koučovacie výcviky s dostatočným časom prípravy a rozsiahlejším obsahom tréningu zameraným na osvojenie si kľúčových koučovacích kompetencií.

Jednoducho povedané, ak to chceš brať vážne, tak treba poriadnu prípravu.

UŽITOČNÉ OTÁZKY NA PREMÝŠĽANIE A UJASNENIE:

Ako dlho trvá profesionálna príprava - výcvik?

.....
.....

Koľko hodín vzdelávania má daný výcvik?

.....
.....

Aký je pomer ceny a rozsahu vzdelávania? (Koľko hodín/dní výcviku za akú cenu?)

.....
.....



Čo všetko je a čo nie je zahrnuté v cene tréningu? (výučba, mentoring, materiály, ďalšia podpora po skončení výcviku...)

.....

.....

Aké sú možnosti financovania výcviku?

.....

.....

Čo lepšie korešponduje s tvojimi možnosťami, cieľmi a plánmi v koučovaní?

.....

.....



Spôsob a koncept výučby

Každý má svoju preferenciu ako sa učí lepšie či efektívnejšie. Niektorí potrebujú viac štruktúrovanejší obsah, iní to majú zasa nastavené inak a vyhovuje im skôr voľnejšia štruktúra. Každý tréning je nejakým spôsobom koncipovaný a kopíruje nejaký zámer.

Je dobré vedieť, aký je celkový koncept výučby v danom výcviku a aké spôsoby výučby lektori a mentori využívajú. **K výberu ti môžu pomôcť aj informácie, koľko je vo výcvikovej skupine účastníkov, kto a ako bude sledovať tvoj progres, alebo čo sa bude diať medzi vzdelávacími modulmi.**

UŽITOČNÉ OTÁZKY NA PREMÝŠĽANIE A UJASNENIE:

Ako sa vyučuje (prezenčne, dištančne, online...)?

.....
.....

Koľko účastníkov je vo výcviku – v skupine (nie je príliš veľká – malá)?

.....
.....

Aké sú učebné materiály?

.....
.....

Viac teórie, či skôr zameranie na prax, alebo vyváženosť?

.....
.....



Ako je to s nahrádzaním si výcvikových hodín?

.....
.....

Ako sa bude merať a sledovať tvoj progres v rámci výcviku?

.....
.....

Ako prebieha ukončenie kurzu?

.....
.....

Od koho a akým spôsobom dostaneš spätnú väzbu na svoje koučovanie?

.....
.....



Skúsenosti a certifikácia lektorov a mentorov

Hovorí sa, že všetko je o ľuďoch.

K výberu výcviku ti môžu pomôcť aj informácie, kto daný výcvik vedie a aká je napríklad jeho certifikácia (ACC – Associate Certified Coach, PCC – Professional Certified Coach, MCC – Master Certified Coach) v organizáciách ako ICF alebo SAKO či EMCC. Hovorí to o tom, akú dlhú cestu vo svojej profesii prešiel.

V niektorých výcvikoch stretneš jedného lektora, iné sú otvorené hosťom či iným lektorom, mentorom. Zváž a vyber si, aký koncept vzdelávania vyhovuje viac твоjim potrebám a profesionálnym zámerom.

UŽITOČNÉ OTÁZKY NA PREMÝŠĽANIE A UJASNENIE:

Kto vedie výcvik?

.....
.....

Kto ďalší sa podieľa na vzdelávaní vo výcviku?

.....
.....

Je na výcviku nezávislý posudzovateľ kvality твоjich schopností a zručností?

.....
.....

Kto sú prípadní iní hostia na výcviku + kto mentoruje frekventantov?

.....
.....



Ďalšia podpora a komunita

Výcvik je zvyčajne začiatok cesty a po jeho ukončení môžeš mať potrebu hľadať komunitu kolegov na prepájanie, spoluprácu či zdieľanie skúseností z praxe. **Je celkom užitočné vedieť, aké máš možnosti sa po skončení výcviku ďalej rozvíjať či zostať v kontakte s komunitou kolegov, prípadne akú ďalšiu podporu môžem mať.**

UŽITOČNÉ OTÁZKY NA PREMÝŠĽANIE A UJASNENIE:

Ako škola podporuje budovanie širšej profesionálnej komunity?

.....
.....

Ako škola ďalej podporuje svojich frekventantov?

.....
.....

Aký ďalší rozvoj škola ponúka? Je platený či bezplatný?

.....
.....

Kam sa môžeš obrátiť, ak potrebuješ profesionálnu pomoc a podporu?

.....
.....

Moje osobné a profesionálne ciele súvisiace s koučovacím výcvikom



Ak chceme niekam ísť, je **dobré vedieť kam smerujeme**, aby sme si mohli dobre vybrať prostriedky a nástroje, ako sa tam bezpečne, jednoducho a primerane rýchlo dostať.

Naučiť sa koučovacím zručnostiam, koučovaciemu mysleniu a osvojiť si koučovacie kompetencie sa dá v rôznom rozsahu, kvalite a rýchlosti.

Pred výberom školy či konkrétneho programu môže byť užitočné popremýšľať o osobných či profesionálnych cieľoch, ktoré chceš aj cez koučovanie dosiahnuť. Skúsenosť hovorí, že ti to pomôže zacieliť a ľahšie dosiahnuť želaný cieľ.

AKÉ SÚ TVOJE OSOBNÉ CIELE SPOJENÉ S KOUČOVANÍM A VÝCVIKOM?

- 1.....
.....
- 2.....
.....
- 3.....
.....

AKÉ SÚ TVOJE PROFESIONÁLNE CIELE SPOJENÉ S KOUČOVANÍM A VÝCVIKOM?

- 1.....
.....
- 2.....
.....
- 3.....
.....