

SYSTEMICKÉ KOUČOVÁNÍ II.

Praktický výcvik pro absolventy Systemického koučování I., zaměřený na prohloubení dovedností v systemické práci s jednotlivcem a získání základních dovedností s prací s malou skupinou.

Výcvik se bude zaměřovat na následující tři oblasti (podrobný obsah dále)

1. Systemické směry

Jak se vyvíjí systemický přístup? Seznámíme se s Hamburskou školou jako jedním z prvních směrů v systemice. Poté navážeme dalšími dvěma směry – SFBT Steve de Shazera a přístup FACTs Johna Blakeyho. Lehce se dotkneme narativního přístupu, konkrétně použití externalizace.

Budeme se věnovat principům a myšlenkovému nastavení, ze kterých jednotlivé přístupy vycházejí a technikám, které jsou pro ně charakteristické.

Cílem je, abyste si každý začali vytvářet svůj vlastní styl koučování. Jak píše nestor koučování John Whitmore, každý jinak chodíme, protože naše těla jsou odlišná, každý jinak myslíme, jelikož naše mozky jsou odlišné. Stejně tak je to s koučováním.

2. Práce s malou skupinou – týmové koučování

Jak fungují týmy? Co je dobré vědět ke skupinové dynamice. Základy práce se skupinami využijete jak pro práci se skupinami či týmy, tak při individuálním koučování s vedoucími či manažery týmů a v zásadě i s řadovými členy týmů.

3. Supervize a praxe

Také se budeme věnovat Vaší praxi, budeme supervidovat nahrávky, povedeme živá koučování, zapojíme reflektující tým.



INNERGY, s.r.o.

Mgr. Pavla Pavlíková, PCC

GSM +420 606 527 688 e-mail: pavlapavlikova@innergy.cz www.innergy.cz

Koučovna: Pernerova 11/293, 186 00 Praha 8

Sídlo: Madridská 7/716, 101 00 Praha 10, IČ: 28475518, DIČ: CZ28475518

Zapsaná v obchodním rejstříku u Městského soudu v Praze, oddíl C, vložka 144336

Rámcový obsah jednotlivých setkání

1. modul – 2 dny

- Cíle na výcvik
- Rozlišení jednotlivých směrů
 - **Hamburská škola** – nalézání nových rozlišení, podněcování změn reflektováním dilematu, domlouvání zakázky, intervence - Kurt Ludewig
 - **SFBT (Solution Focused Brief Therapy) - Na řešení orientovaný přístup** – konstruování budoucnosti, v níž problém není přítomen, formulování představy cíle a postupných kroků - Steve de Shazer a Insoo Kim Berg.
 - **Narativní přístup** – spolupovrba příběhů, kouč je aktivní editor příběhů partnera; externalizace – oddělení problému od osoby
 - **Challenging coaching (FACTS)** – když chcete dosáhnout odvážných cílů a řešit obtížné situace, nestačí jen podporovat. Je potřeba vyzývat, provokovat, dávat zpětnou vazbu, nastavovat zrcadlo, propojovat na širší realitu. Přístup Johna Blackeyho a Lana Day je odpovědí na výzvy, kterým čelí firmy ve 21. století. Ve firemním (executive) koučování hledáme rovnováhu mezi podporou a direktivou (užitečný pohyb na hraně). Odklání se od tradičního koučování s „já, já, já“ přístupem k systémovému přístupu – zaměření nejen na potřeby jedince, ale i potřeby organizace a společnosti.
- Práce s ukázkami rozhovorů z jednotlivých škol
- Rizika tradičního koučování
- Matrix podpory a výzvy

2. modul – 2 dny

- **SFBT (Solution Focused Brief Therapy) - Na řešení orientovaný přístup**
- Principy a rámce (připojování k partnerovi, rozvíjení řešení, tanec okolo problému)
- Reflektování
 - Stav mysli kouče
 - Typy spolupráce – návštěva, stížnost, zakázka a co s nimi
 - Reflektující tým, co reflektovat
- Připojení k partnerovi
 - Small talk, postoj nevědění, klientův jazyk
 - Parafrázování, shrnování, opakování
 - Neverbální projevy
- Rozvíjení řešení
 - Cíl/sen, předzvěsti řešení, drobné známky zlepšení
 - Varianty otázky na zázrak
 - Oceňování
 - Naděje a důvěra ve změnu
 - Experimenty jako součást závěrečné intervence
- Tanec okolo problému
 - Výjimky, situace před problémem, mimo problém, zvládnání, udržování



INNERGY, s.r.o.

Mgr. Pavla Pavlíková, PCC

GSM +420 606 527 688 e-mail: pavlapavlikova@innergy.cz www.innergy.cz

Koučovna: Pernerova 11/293, 186 00 Praha 8

Sídlo: Madridská 7/716, 101 00 Praha 10, IČ: 28475518, DIČ: CZ28475518

Zapsaná v obchodním rejstříku u Městského soudu v Praze, oddíl C, vložka 144336

3. modul – 2 dny

- Challenging coaching - **FACTS model**:
 - **Feedback** – dokáže kouč poskytnout odvážnou zpětnou vazbu, která informuje a inspiruje? Dokáže vyvážit ocenění, pochvalu a uznání za posuny upřímnou zpětnou vazbou ohledně nezdarů a chyb?
 - **Accountability** – dokáže kouč vést koučované k odpovědnosti za jejich závazky bez obviňování nebo studu? Propojuje osobní závazky s hodnotami, strategií organizace, společnosti?
- Zasazení obou pilířů do matrix podpory a výzvy
- Použití v rozhovorech

4. modul – 2 dny

- Challenging coaching - **FACTS model pokračování**:
 - **Courageous goals** – dokáže kouč využívat kromě racionálních modelů pro stanovování cílů (např. SMART) i modely, které více zapojují pravou hemisféru a přinášejí odvahu, nadšení, inspiraci a transformaci?
 - **Tension** – jak nakládat s napětím? Kdy je konstruktivní? Jak kalibrovat a dynamicky přizpůsobovat napětí v konverzaci, abychom dosáhli špičkového výsledku a neriskovali vyhoření nebo poškození vztahu?
 - **System thinking** – dokáže kouč vnímat širší obraz (etika, diverzita, prostředí) a zároveň směřovat k výsledku? Jak systemické myšlení pomáhá kouči být agentem pozitivní změny v organizaci, společnosti? Jaká je role intuice, když kouč intervnuje, aby dosáhl změny v širším kontextu?
- Zasazení zbývajících tří pilířů do matrix podpory a výzvy
- Použití v rozhovorech

5. modul – 2 dny

- **Týmové koučování** – kdy ano, kdy ne, principy, formy
- Pravidla pro práci se skupinou
- Kontraktování (objednávky zadavatele) v práci se skupinou
- Proces týmového koučování
- Skupinová dynamika

6. modul – 2 dny

- **Týmové koučování dokončení** – techniky pro práci se skupinami a týmy
- Obtížní členové v týmu
- Supervize a zkouška, silné stránky každého kouče, doporučení pro další práci



INNERGY, s.r.o.

Mgr. Pavla Pavlíková, PCC

GSM +420 606 527 688 e-mail: pavlapavlikova@innergy.cz www.innergy.cz

Koučovna: Pernerova 11/293, 186 00 Praha 8

Sídlo: Madridská 7/716, 101 00 Praha 10, IČ: 28475518, DIČ: CZ28475518

Zapsaná v obchodním rejstříku u Městského soudu v Praze, oddíl C, vložka 144336

Forma:

- 6x 2 dny

Místo:

- Koučovna Innergy, Perneroва 11/293, Praha 8

Těším se na inspirativní a rozvíjející setkávání během druhého ročníku výcviku Pavla



INNERGY, s.r.o.

Mgr. Pavla Pavlíková, PCC

GSM +420 606 527 688 e-mail: pavlapavlikova@innergy.cz www.innergy.cz

Koučovna: Perneroва 11/293, 186 00 Praha 8

Sídlo: Madridská 7/716, 101 00 Praha 10, IČ: 28475518, DIČ: CZ28475518

Zapsaná v obchodním rejstříku u Městského soudu v Praze, oddíl C, vložka 144336