

V dnešnej dobe sa už menej často stane, že máme možnosť byť pri vzniku a rozvoji nového povolania. Jedným z najmladších povolání je aj profesia - kouč. Jej začiatky spadajú do osemdesiatych rokov minulého storočia, odkedy sa postupne zviditeľnila a dopyt po nej prudko stúpala. V priebehu polovice deväťdesiatych rokov sa dopyt strojnásobil a dnes koučovanie takmer v každej časti sveta, podľa prieskumov, patrí k najprogresívnejším priemyslom. Okolo roku 2000 sa objavujú na Slovensku prví koučovia a pojem koučovanie sa aj u nás presúva od športu aj do manažmentu a rozvoja ľudských zdrojov. Kouč je nová progresívne sa rozvíjajúca profesia.

Kto je kouč a čo robí?

Kouč je spolupracujúca osoba, ktorá profesionálnym vybavením a prostriedkami napomáha osobe alebo tímu dosiahnuť lepšie výsledky vo zvolenej oblasti. Koučovia spolupracujú s majiteľmi a manažérmi firiem, s tímlídmami a ich kolektívami. V určitom časovom úseku sprevádzajú ľudí, ktorí chcú zlepšiť svoje vzťahy, rozhodujú sa o novej kariére alebo si chcú život usporiadať tak, aby bol príjemnejší, radostnejší a vyváženejší.

Najčastejšie sa koučovanie využíva pri vzdelávaní a rozvoji potenciálu pracovníkov všetkých úrovní. V podnikovej praxi sa prvky koučovania využívajú pri vedení ľudí. Koučovací štýl sa stáva nosným spôsobom premýšľania, komunikácie a konania v mnohých firmách, organizáciách a vzdelávacích inštitúciách.

Koučovaniu sa venujú koučovia profesionáli, koučovanie a koučovací štýl využívajú aj majitelia firiem, manažéri a lídri, personalisti, vzdelávači, vedúci tímov a každý, kto potrebuje definovať vlastné alebo spoločné ciele so svojim okolím, nachádzať kreatívne riešenia a formulovať akčné kroky k realizácii očakávaných zmien.

Koučovanie pomáha ľuďom dosahovať mimoriadne výsledky v ich osobnom alebo pracovnom živote, v ich firme alebo organizácii.

Počas procesu koučovania sa:

- prehľbuje schopnosť učiť sa (z vlastných skúseností),
- zvyšuje efektívnosť a výkonnosť,
- zlepšuje kvalita života.

Aké podmienky mala spĺňať osoba, ktorá chce v tomto povolaní pôsobiť?

Profesia koučov je na Slovensku odborne zastrešená zahraničnými profesijnými združeniami (napr. ICF, PCO) a Slovenskou asociáciou koučov (SAKO). Najdôležitejšími predpokladmi výkonu profesie, ktoré sú presne definované štandardmi ICF, je dodržiavanie etického kódexu, nadobudnutie koučovacích kompetencií a praktický výkon koučovacej praxe. Zvyčajne prvým krokom je absolvovanie kurzu, kde sa dajú nadobudnúť vedomosti, zručnosti, nové praktické skúsenosti a získať nástroje potrebné ku koučovaniu.

Jedným z ucelených programov, ktorý poskytuje možnosť získať uvedené predpoklady ku koučovaniu je Ministerstvom školstva akreditovaná **Akadémia koučovania**. Zriaďovateľom a realizátorom je spoločnosť HQ Team, s.r.o. Celý vzdelávací odborný koučovací program pozostáva z dvoch základných kurzov a troch nadstavbových. Jednotlivé kurzy sú zostavené ako samostatné moduly. V prípade záujmu môže absolvent získať, po splnení predpísaných požiadaviek, certifikát o vzdelaní v koučovaní nezávisle za každý ukončený modul. Podmienkou pre získanie celkového diplomu Akadémie koučovania je ukončenie všetkých piatich modulov s certifikáciou.

Po ukončení celého programu získa jeho absolvent komplexný pohľad na proces koučovania a nadobudne potrebné koučovacie kompetencie, ktoré mu umožnia používať koučovanie v praxi kouča alebo manažéra.

CIELE PROGRAMU

Akadémia koučovania poskytuje odborné vzdelanie v oblasti koučovania. Je to komplexný vzdelávací a rozvojový program v koučovaní akreditovaný MŠ SR. Celý program pozostáva z dvoch základných a troch rozvojových častí. Akadémia koučovania má modulové usporiadanie, pričom každý modul je koncipovaný ako samostatná vzdelávacia aktivita. Absolventi získajú „Osvedčenie o získanom vzdelaní s celoštátnou platnosťou“ z každej časti, ktorú úspešne absolvujú. Pre získanie celkového certifikátu Akadémie koučovania sú podmienkou certifikáty zo všetkých jej častí.

Dva základné moduly (40 hod + 32 hod) poskytujú odborné poznatky o koučovaní a role kouča. Vytvárajú priestor na získavanie praktických skúseností a podporu rozvoja kľúčových kompetencií pre koučovanie a používanie koučovacieho štýlu v bežnej praxi pri vedení ľudí a projektov. Počas absolvovania základných modulov majú účastníci priestor na vlastný sebarozvoj, vytýčenie osobných alebo profesionálnych cieľov a konkrétnych akčných krokov k ich naplneniu. Podmienky na certifikáciu: min. účasť na 80% modulu, spracovanie esejí podľa odporúčenej odbornej literatúry, koučovacie stretnutia, individuálny mentorovaný koučing.

Tri rozvojové moduly (16 + 24 + 24 hod) posilňujú a rozvíjajú odborné poznatky o koučovaní a role kouča. Počas absolvovania rozvojových modulov si účastníci zvyšujú úroveň koučovacích zručností a kľúčových kompetencií potrebných pre koučovanie alebo používanie koučovacieho štýlu pri vedení ľudí a projektov. Súčasne poskytujú možnosť doplniť si špeciálnu odbornosť podľa záujmu účastníka a oblasti, v ktorej pôsobí.

Podmienky na certifikáciu: min. účasť na 80% modulu, koučovacie stretnutia, individuálny mentorovaný koučing.

Program je určený pre:

- absolventov stredných a vysokých škôl
- začínajúcich koučov a koučov profesionálov
- manažérov, vedúcich projektov, konzultantov, poradcov a personalistov
- lektorov, pedagógov a pomáhajúce profesie v sociálnej oblasti
- zamestnancov štátnych organizácií
- zamestnancov a volených predstaviteľov územnej samosprávy

Individuálny výber počtu a skladby modulov kurzu umožní záujemcom o koučovanie výber podľa svojho záujmu, možnosti využívania, stupňa odbornosti, nadobudnutých vedomostí a praktických skúseností v oblasti koučovania.

Akadémia koučovania poskytne komplexné vzdelanie a nové praktické skúsenosti v koučovaní. Kto má záujem byť profesionálnym koučom, po ukončení všetkých modulov, bude pripravený na získavanie ďalších praktických skúseností pre výkon pozície externého alebo interného kouča v súlade s medzinárodne platnými štandardmi ICF (Medzinárodná federácia koučov).

Pre ľudí z podnikovej praxe poskytuje možnosť rozvoja manažérskych kompetencií vyžadovaných meniacimi sa podmienkami. Ide hlavne o posilnenie zručností a schopností ako sú: obchodný duch, podnikateľské myslenie, strategické myslenie, schopnosť komunikácie, reprezentácie a kooperácie, schopnosť riešiť problémy a nové situácie, manažment zmeny a najmä posun v smere k líderstvu.

PODROBNE O PROGRAME

Tréningový program je vedený a využíva učenie sa koučovacím štýlom.

V kombinácii s teoretickými informáciami a praktickými ukázkami majú účastníci príležitosť interaktívnu zážitkovou formou nadobudnúť zručnosti a skúsenosti s individuálnym a tímovým koučovaním. Silným učiacim sa stimulom je metodológia reflektívneho učenia sa - t.z. aktívne precvičovanie získavaných poznatkov, okamžitá spätná väzba a priebežné vyhodnocovanie. Veľmi efektívne je napríklad používané precvičovanie používania koučovacích nástrojov v trojiciach. Traja účastníci striedavo v role: kouč, koučovaný a pozorovateľ – vytvára možnosť ihneď vyskúšať postupy a nástroje, získať priame skúsenosti s koučovaním, rozvíjať svoje koučovacie kompetencie a zároveň pozorovať a učiť sa z práce svojich kolegov. Súčasne v role koučovaného majú priestor pracovať na svojich konkrétnych cieľoch alebo rozvíjať očakávané zámery vo zvolenej oblasti.

Získanie certifikátu je podmienené: aktívnou 85% účasťou na vzdelávaní, spracovaním esejí z odporúčených odborných textov, vypracovaním akčného plánu rozvoja koučovacích kompetencií, absolvovaním dohodnutého počtu vzájomných cvičných koučovacích rozhovorov a mentorovaných koučovacích stretnutí s lektorom.

Základné moduly:

1. Modul – **Cesty ku koučovaniu** – 40 hod / 5 dní
2. Modul – **Koučovací rozhovor** – 32 hod / 4 dni

Rozvojové moduly:

3. Modul – **Transformačné koučovanie** – 16 hod / 2 dni
4. Modul – **Kouč profesionál** – 24 hod / 3 dni
5. Modul – **Cesta k líderstvu** – 24 hod / 3 dni

1. Modul – Cesty ku koučovaniu

Rozsah modulu: spolu 40 hodín (t.j. 5 dní po 8 hod),
z toho teória 16 hod, prax 24 hod

Po ukončení modulu budete:

- poznať a uvedomovať si etiku a profesionálne štandardy podľa ICF
- poznať a používať teoretické východiská koučovania
- mať prehľad a praktické skúsenosti s rôznymi metódami a smermi v koučovaní
- vedieť komunikovať v rozhovore z pozície kouča
- vnímať vedenie postupu rozvoja a zodpovednosti
- uvedomelo a vnímavejšie aktívne načúvať
- poznať a vedieť klásť silné koučovacie otázky
- poznať a uvedomovať si seba a svoju pozíciu na ceste ku koučovaniu
- mať merateľne posilnené kľúčové kompetencie kouča (11 kompetencií podľa ICF)

Učebný plán modulu:

Čo je a čo nie je koučovanie, Ciele koučovania, Etický kódex, princípy koučovania podľa ICF, Teoretické východiská koučovania, Klient a koučova pozícia, Metódy koučovania, Aktívne načúvanie, Otázky – základ koučovania, Ciele klienta a proces koučovania, Koučovanie a manažérsky koučovací štýl, Selfmanažment a sebareflexia – rozvoj kompetencií.

2. základný modul – „KOUČOVACÍ ROZHOVOR“

Rozsah modulu: spolu 32 hodín (t.j. 4 dní po 8 hod),
z toho teória 7 hod, prax 25 hod

Po ukončení modulu budete:

- vedieť nadviazať a viesť koučovací rozhovor
- vytvárať prostredie dôvery, uvedomenia a zodpovednosti
- vedieť skúmať a stanoviť kontrakt a cieľ koučovacieho stretnutia
- poznať a používať rôzne koučovacie nástroje a techniky
- ľahšie klásť efektívne otázky, priamo a jednoduchšie komunikovať
- napomáhať klientovi pri stanovení si aktivít a vnímať ich vplyv na dlhodobé ciele
- efektívne poskytovať spätnú väzbu a merať výsledky koučovania
- mať merateľne posilnené kľúčové kompetencie kouča (11 kompetencií podľa ICF)

Učebný plán modulu:

Základná štruktúra koučovacieho rozhovoru, Nadviazanie vzťahu a dôvery, Parametre cieľa a nastavenie kontraktu, Vytváranie uvedomenia a zážitku, Koučovacie techniky a nástroje, Navrhovanie možností, aktivít, Záver rozhovoru, Selfmanažment a sebareflexia kouča – rozvoj kompetencií.

3. Modul – Transformačné koučovanie

Rozsah modulu: spolu 16 hodín (t.j. 2 dni po 8 hod),
z toho teória 3 hod, prax 13 hod

Po ukončení modulu budete:

- vedieť viesť transformačnú konverzáciu v koučovacom rozhovore
- pomôcť klientovi nájsť význam a hodnoty v jeho cieľoch
- odhaliť zdroje a napomôcť odstrániť vnútorné prekážky
- vedieť napomôcť klientovi stanoviť si priority a rozhodnúť sa
- spoznávať spôsoby a návyky myslenia klientov
- rozlišovať hlbší význam a ciele v koučovaní
- mať skúsenosti s ďalšími nástrojmi v koučovaní
- viac poznať seba a svoje ciele
- mať merateľne rozvinutejšie koučovacie kompetencie (11 kompetencií podľa ICF)

Učebný plán modulu:

Transformačná konverzácia, Vnútorní nepriatelia, Hodnoty a koučovanie, Selfmanažment a sebareflexia kouča – rozvoj kompetencií.

4. Modul – Kouč profesionál

Rozsah modulu: spolu 24 hodín (t.j. 3 dni po 8 hod),
z toho teória 7 hod, prax 17 hod

Po ukončení modulu budete:

- mať víziu a plán
- poznať certifikačný proces
- mať skúsenosti s ďalšími nástrojmi v koučovaní
- poznať a uvedomovať si seba a svoju pozíciu na ceste koučovania
- mať merateľne posilnené kľúčové kompetencie kouča (11 kompetencií podľa ICF)

Učebný plán modulu:

Budujem si pozíciu kouča, Kompetencie kouča (ICF), Posilňovanie schopností a zručností, Selfmanažment a sebareflexia – rozvoj kompetencií.

5. Modul – Cesta k líderstvu

Rozsah modulu: spolu 24 hodín (t.j. 3 dni po 8 hod),
z toho teória 4 hod, prax 20 hod

Po ukončení modulu budete:

- vedieť podporiť spoluprácu a posilniť potenciál a výkon zainteresovaných
- vedieť naviazať a viesť rozhovor koučovacím prístupom
- uvedomelo a vnímavejšie formulovať ciele, ovplyvňovať zaangažovanosť na ich plnení
- poznať nové prístupy a spôsoby spolupráce vo vedení ľudí
- mať nové zručnosti vo vedení ľudí
- poznať a uvedomovať si seba a svoju pozíciu na ceste vedenia ľudí
- mať merateľne posilnené kľúčové kompetencie kouča a lídra

Učebný plán modulu:

Líderstvo – nástroj spolupráce, Koučovanie tímov, Transformačné líderstvo, Selfmanažment a sebareflexia – rozvoj kompetencií.

Zostavila a vedie:



Ing. Eva Timková

*ICF Associate Certified Coach
Erickson Certified Professional Coach*