



**PRAKTICKÝ
KURZ**



SEBEKOUČOVÁNÍ

SÁM SOBĚ KOUČEM

Tento kurz je vhodný pro všechny, kterým je blízký koučovací přístup a myšlení. Máte jedinečnou příležitost seznámit se s koučovacím přístupem a dozvědět se, jak ho můžete aplikovat v každodenním životě. Je určen pro ty z Vás, kteří se chcete rozvíjet, posouvat a objevovat sami sebe. Je vedený interaktivní formou, aby si každý účastník vyzkoušel nástroje a techniky, které mu pomohou ve vlastním seberozvoji.

CÍLE KURZU

- dozvíte se, co koučink znamená
- vyzkoušíte si poznatky aplikovat sami na sobě
- zjistíte, jaké jsou ty pravé otázky, které Vám pomohou dozvědět se o sobě nové a zajímavé věci
- dozvíte se, jak Vám může koučink pomoci v konkrétních situacích ať už v osobním nebo profesním životě

OBSAH KURZU

1 den

- principy koučování – struktura rozhovoru, práce s otázkami
- jak vnímám sám sebe, okolí kolem mě a jak mě to ovlivňuje dále
- jak pracovat s vlastní motivací – odhalení vlastních „motivátorů“
- pojmenování vnitřních zdrojů – co mi v životě funguje, co je třeba změnit, jaké jsou mé klíčové milníky a co plánuji dál
- koučink jako součást mého života – trénink konkrétních nástrojů a technik

LEKTOR

Darina Filip, MBA

Koučka, mentorka a lektorka v oblasti rozvoje manažerských a obchodních dovedností, lektorka soft skills školení. Absolventka výcviku Integrativních koučů, zaměřuje se na individuální, skupinové i týmové koučování. Od roku 2016 se věnuje především vzdělávání manažerů a obchodníků. Velkou část kariéry působila na pozici interního lektora v korporátní společnosti. Získala vzdělání v oboru management obchodu a služeb, a také v oboru andragogika a management vzdělávání. Ve svých školeních dává důraz na prožitkovou formu.



TERMÍN KURZU

26. 11. 2024 (8:00 – 15:30)

MÍSTO

Technologické inovační centrum, Vavrečkova 5262, 760 01 Zlín

CENA

3 500 Kč bez DPH