



**AKREDITOVANÝ
KURZ MŠMT**

KOUČ/KOUČKA

ROZVÍJEJTE SVŮJ POTENCIÁL!

Objevte, co skutečně znamená být koučem! Tento kurz vás provede krok za krokem celým koučovacím procesem, od základních principů a etiky až po efektivní stanovování cílů a znalosti pokročilých metod a nástrojů. Kurz je ideální pro každého, kdo se chce stát profesionálním koučem nebo rozšířit své stávající dovednosti a získat hlubší vhled do koučovacích principů. Získejte Osvědčení o rekvalifikaci v akreditovaném kurzu MŠMT.

OBSAH KURZU

1. den – Základy koučování

- co koučink je a není, přínosy koučování
- rozdíl mezi koučinkem, mentoringem a psychoterapií
- kde končí kompetence kouče a kdy je nutné dát klientovi doporučení pro jiný typ spolupráce
- etický kodex kouče
- typy akreditace a požadavky ICF

2. den – Koučovací proces

- mentální příprava kouče před schůzkou
- pozice kouče a proč je důležitá
- 4 základní koučovací otázky + koučovací šipka
- jak navázat vztah s klientem – co udělat, čemu se vyhnout
- jak poznáte, že jste s klientem dobře nastavili koučovací dohodu
- stanovení cílů; implementace – akční kroky; reflexe

3. den – Koučovací techniky a postupy

- 4 pilíře výsledkového koučování
- fungování mozku a neurologické úrovně
- rámec koučovacího rozhovoru
- systém GROW a SMART cíle

4. – 5. den – Koučovací metody a nástroje

- zrcadlení, parafrázování, kotvení, reflexe
- práce s metaforami a příběhy
- aktivní naslouchání
- pyramida neurologických úrovní – způsoby jejího využití
- metoda 3 židlí
- životní kolo a kolo hodnot, škálovací proces
- stavová linka, metoda STOP, mentorský stůl a práce s emocemi
- strom stability, Disneyho strategie, osobní štít, 3 otázky o míře kontroly
- demo ukázky a práce v triádách a zpětná vazba od lektora

6. den – Koučovací otázky

- rozdíly mezi otevřenými a uzavřenými otázkami a jak je použít
- plánovací otázky a tzv. tlačítkové a zázračné otázky
- jaký typ otázek může zpomalit nebo zastavit rozvoj klienta
- 3 úrovně naslouchání

7. den – Osobnost kouče a jeho role

- koučovací myšlenkové nastavení; filozofie koučinku
- jak důležitá je odbornost
- sebeuvědomění; emocionální inteligence; schopnost nadhledu; jak nebrat věci osobně; autenticita; trpělivost
- vzdělávání a další rozvoj
- různé role kouče a jak je přizpůsobit dané situaci

8. den – Kompetence kouče

- ICF základní kompetence profesionálního koučování
- vytvoření základu pro práci s klientem; etické chování a zodpovědnost
- vytvoření vztahu s klientem; vedení koučovacího procesu; efektivní komunikace
- podpora učení a dosažení výsledků

9. den – Složité situace v koučování

- strachy klientů a jak může být koučink užitečný
- sladěný a nesladěný jazyk
- dá se překonat klientův vzdor?
- jak překonat bariéry u klienta; techniky pro zvládnání námitek
- tzv. provokativní koučování – kdy ho použít
- etické dilema a nereálné cíle klienta

10. den – Podpora klienta při osobním a profesním rozvoji

- 4 úrovně učení a tvorba osobní vize
- sebeobraz založený na hodnotách
- vnější a vnitřní motivace klienta
- jak vytvořit závazek
- jak podpořit kreativitu klienta

11. den – Specifika různosti klientů

- typy klientů – jak je rozpoznat a jak k nim přistupovat
- překážky úspěšné spolupráce
- VAK – vizuální, akustické a kinestetické vnímání klientů – jak poznáme, který typ převažuje a jak s tím jako koučové můžeme pracovat
- určení klientových metaprogramů
- osobnostní a kulturní rozdíly
- zkušenosti s koučinkem
- týmové vs. individuální koučování

12. den – Vyhodnocení efektivity procesu koučování s klientem

- reflexe – sebehodnocení klienta
- škálování – porovnání výchozího a výsledného stavu
- měřitelné výsledky
- kvadranty úspěchu – cvičení
- zpětná vazba od kolegů
- metody vyhodnocení krátkodobého a dlouhodobého koučovacího kontraktu
- dlouhodobé sledování dopadů

AKREDITACE MŠMT: číslo jednací: MSMT-14678/2024-2. Rozsah výuky: 120 hodin.

LEKTOR

Alexandra Hubáčková, PCC, Ph.D.

Konzultantka, koučka a lektorka pro různorodé publikum s 27letou praxí. Studovala na Durham University ve Velké Británii. Titul PCC získala u Mezinárodní federace koučů – ICF. Přednášela studentům na univerzitách v ČR a USA. Posledních třináct let se věnuje práci ve firmách různých oborů a velikostí v českém i mezinárodním prostředí – workshopy, dlouhodobé programy, individuální nebo týmový koučink.



TERMÍNY 12DENNÍHO KURZU

10. 9., 11. 9., 15. 10., 16. 10., 5. 11., 6. 11., 12. 11., 13. 11., 26. 11., 27. 11., 3. 12., (8:00 – 16:00)
a 4. 12. 2025 (8:00 – 17:30)

MÍSTO

Technologické inovační centrum, Vavrečkova 5262, 760 01 Zlín

CENA

45 000 Kč

V ceně kurzu je již zahrnuta závěrečná zkouška (písemný test a praktická část v rozsahu 1, 5 hodiny). Podmínky ukončení: 80% účast na kurzu a 80% úspěšnost při závěrečné zkoušce.