

Irma Bohoňková

# Manažer koučem

*Koučovací přístup při vedení lidí*



978-80-262-1873-9, brož., 232 s., asi 349 Kč

## **UČEBNICE ZÁKLADŮ KOUČOVÁNÍ PRO MANAŽERY A VEDOUČÍ PRACOVNÍKY**

- tedy pro ty, kdo netouží koučovat na profesionální úrovni, ale chtějí se naučit používat koučovací techniky, nástroje a dovednosti, jež by jim pomohly při každodenním vedení lidí.

V knize se dozvíte, proč je pro manažery užitečné umět koučovat, a také si ověříte, jestli máte pro koučování předpoklady. Dozvíte se, jak vést koučovací rozhovor, jak klást koučovací otázky, jak aktivně naslouchat. Naučíte se, jak za pomoci koučování nastavovat cíle, vytvářet akční plány, poskytovat zpětnou vazbu, vést hodnotící a motivační rozhovory, řešit problémy či vést týmová setkání. Text je doplněný mnoha ukázkami z koučovacích rozhovorů a praktickými tipy pro využití daných technik.

Autorka vychází ze své více než patnáctileté praxe profesionálního kouče, z vedení stovek kurzů a výcviků koučovacích dovedností, ze svých zkušeností při koučování mnoha vedoucích pracovníků v řadě různých firem a organizací i ze svého vlastního působení na manažerských pozicích. Je autorkou knihy *Sám sobě koučem* (2010).



**Mgr. Ing. Irma Bohoňková, PCC,**  
je profesionální certifikovaný kouč  
a lektor manažerských a koučovacích  
dovedností.

## Irma Bohoňková: Manažer koučem



Kouč učí koučovaného myslet a jednat ve výsledkovém rámci (na rozdíl od často používaného problémového rámce). Co to znamená?

Svět kolem nás není sám o sobě takový, nebo makový, černý, nebo bílý. Je takový, jak ho my sami vnímáme a jak si ho pro sebe interpretujeme. Naše vnímání světa je vždy subjektivní.

Každý z nás se dívá na svět přes různé filtry vnímání, přes jakési naše „osobní brýle“. Obraz, který vidíme, zasazujeme do pomyslného rámu a tento rám pak zpětně ovlivňuje, jak obraz vnímáme. Protože nejsme schopni zpracovávat všechny ty miliony vjemů, které na nás z vnějšího prostředí neustále dopadají, zvykli jsme si provádět určitý výběr. Vnímáme selektivně, něco do své hlavy vpustíme, něčeho si velmi intenzivně všímáme, něco naopak ignorujeme nebo vytěšňujeme. Ve skutečnosti se vždy děje mnoho věcí, které vůbec nevnímáme.

To, co přes naše filtry projde, pak náš mozek nějak hodnotí a interpretuje. Ze svých vjemů si odvodíme nějaký význam. Ten je ale ve

skutečnosti jen jedním z mnoha možných významů. To je důvod, proč různí lidé hodnotí stejnou situaci úplně jinak, proč dospívají k odlišným závěrům. Používáme tedy určité filtry myšlení, které si vytváříme za pomoci našich osobních zkušeností.

Filtry, které používáme, jsou na jednu stranu užitečné, ochraňují nás před záplavou podnětů a přetížením našeho mozku. Zároveň je ale důležité si uvědomit, že filtr připouští pouze náš osobní pohled na věc a může nás omezovat, pokud chceme vidět širší obraz, porozumět ostatním lidem nebo vidět více možností volby. Filtr nám uzavírá pohled na jiné možnosti.

Příkladem takového filtrování je, zda se díváme na svět spíše prizmatem problémového rámce, nebo naopak výsledkového rámce.

Jedním ze základních principů koučování je důsledné používání výsledkového rámce. Kouč svými otázkami a komentáři neustále mění problémový rámec na výsledkový rámec. Používá techniku přerámování.

