

DOBRODRUŽSTVÍ BEZPEČNÉHO EXPERIMENTU

Motto: „Nejvíč času ztratil orel,
když se učil od vrány...“

J. Jarmusch



ÚVOD: JAK A PRO KOHO

Milé kolegyně, milí kolegové,

předkládáme vám intenzivní rozvojový program výcviku koučování, který otevírá společnost ČNP Consulting. Výcvik naplňuje následující kritéria:

- Program **přináší filosofii a praxi různých koučovacích škol** a promyšleně z nich vytváří synergii.
- V tomto programu se setkávají **pouze seniorní koučové**, aby nabídli své osobní styly a rukopis.
- **Výcviková skupina** je vybrána jako seniorní ve smyslu pracovních zkušeností.
- Výcvik je určen pro zájemce s určitou „životní senioritou“. Otevíráme jej pouze jedenkrát za rok.
- Ve výcviku se věnujeme i tématu on-line koučování.

Po skončení tohoto programu budete opravdu **UMĚT koučovat**.

Dobrodružství bezpečného experimentu není určeno pouze pro kouče. Pravidelně se jej účastní ti, kteří mají odvahu poctivě pracovat se sebou a svými vztahy.

Iva Pondělková

JEDNOTLIVÉ MODULY

1. Modul
Principy a struktury koučování. Cíle.
(31.10. - 1.11.2023)

2. Modul
Zdroje pro dosahování cílů. NVC. Potřeby a Emoce.
(5. - 6.12.2023)

3. Modul
Možnosti a imaginace. Posun.
(9. - 10.1.2024)

4. Modul
Kreativní spolupráce skupiny. Uzavírání a motivace.
(20. - 21.2.2024)

5. Modul
Firemní systém a kouč.
(26. - 27.3.2024)

6. Modul
Problematický klient. Kouč má problém.
Certifikační supervize.
(23. - 25.4.2024)

1. Modul – Principy a struktury koučování. Cíle.

Časová dotace: 2 dny

Cíle

- Vymezíme pojem koučování ve firemním, soukromém a pomáhajícím kontextu
- Seznámíme se s principiální strukturou koučovacího rozhovoru a vyzkoušíme kontraktování
- Zjistíme rozdíl v úrovni energie v rozhovoru při analýze problému a plánování žádaného stavu
- Pojmenujeme užitečné tipy pro koučování z oblasti zahájení rozhovoru a koučovací etiky

Obsahová náplň

Téma	Obsahová náplň
Úvod výcviku a teoretický základ	<ul style="list-style-type: none"> • Představení cílů a programu Výcviku koučů • „Co“ to je a „Proč“ koučování? • Vymezení koučování v rovině pomáhajících profesí • Vymezení koučování ve firemním a soukromém kontextu • Vymezení koučovacích možností v soukromých vztazích a při „výchově“ • Zdroje koučování – filosofe, které otevírají možnosti
Koučovací metodika a praxe I.	<ul style="list-style-type: none"> • Vnímání sebe a druhých z hlediska kompetentnosti • Intuitivní koučovací rozhovor a jeho reflexe • Základní principy koučování • Kompetence kouče • Jack Nicholson jako kouč ☺
Koučovací metodika a praxe II.	<ul style="list-style-type: none"> • Koučovací model GROW jako pozadí koučovacích škol • Struktura koučovacího rozhovoru • Zahájení rozhovoru s koučovaným • Etika koučování, ekologie vztahů • Etický kodex kouče
Sebepoznání a rozvoj	<ul style="list-style-type: none"> • Co vše o sobě prozradím v rozhovoru • Meditační cvičení
Koučovací metodika a praxe III.	<ul style="list-style-type: none"> • Stanovování efektivních cílů v koučování – kontrakt • Imaginace při stanovování cílů • Otázka na „zázrak“ při stanovení cílů • Využití škálování při stanovování cílů • Rozvojové cíle účastníků • Otázky v koučování - teorie otázek a reflexe jejich používání • Role pozorovatele – pozorování a jeho komunikace
Závěr 1. setkání	<ul style="list-style-type: none"> • Individuální plány rozvoje každého účastníka – zmapování posunu po 1. setkání • Zadání pozorovacích prací na mezidobí • Reflexe a zhodnocení setkání účastníky

2. Modul – Zdroje pro dosahování cílů. Nvc. Potřeby a Emoce.

Časová dotace: 2 dny

Cíle

- Použijeme empatii k přiblížení se ke koučovanému a k „pravému“ tématu
- Vyzkoušíme si možnosti imaginace v různých fázích procesu koučování
- Popíšeme si využití filosofie NVC v koučování, tj. využití identifikace niterné potřeby koučovaného
- Posuneme se dále ve struktuře koučovacího modelu k fázi „Reality“

Obsahová náplň

Téma	Obsahová náplň
Úvod 2. setkání	<ul style="list-style-type: none"> • Představení cílů a programu setkání • Návrat k „výzkumným“ pozorováním
Koučovací metodika a praxe IV.	<ul style="list-style-type: none"> • Principy Non-violent Communication (M. Rosenberg) • Co to je nenásilný jazyk komunikace, složky rozhovoru • Observation (Pozorování a popis vs. interpretace) • Emotions (Vyjádření pocitů) • Needs (Pojmenování a nalezení základních potřeb) • Request (Formulace a vyjádření žádosti) • Potřeby a hodnoty • Request vs. Demand • Empatie a její likvidátory – mýty o empatických reakcích, kterým věříme
Koučovací metodika a praxe V.	<ul style="list-style-type: none"> • Struktura koučovacího rozhovoru – fáze „Reality“ (zdroje a výjimky) • Skálování v koučovacím rozhovoru (využití při stanovení cílů, při hledání zdrojů, při měření posunu)
Sebepoznání a rozvoj	<ul style="list-style-type: none"> • Empathy group a hledání potřeb za emocemi • Práce s energií • Psychohygiena a rozvoj kouče s využitím NVC principů • „Self empathy“ • Zážiteková práce – Emoce, Zrcadlo
Koučovací metodika a praxe VI.	<ul style="list-style-type: none"> • Neverbální komunikace a práce s energií při koučování • Podpora a výzva v koučování
Závěr 2. setkání	<ul style="list-style-type: none"> • Zmapování vlastního rozvoje v oblasti koučování na základě kompetencí koučů • Zadání samostatné práce – zaměření na praxi • Reflexe a zhodnocení semináře účastníky

3. Modul – Možnosti a imaginace. Posun.

Časová dotace: 2 dny

Cíle

- Zaměříme se na kvalitu vztahu kouče a koučovaného, na kontakt, jasnost a lidské pochopení v komunikaci
- Protože už umíme vést téměř celý koučovací rozhovor, vyzkoušíme si některé z koučovacích podpůrných „technologií“
- Budeme využívat imaginaci pro hledání nových možností v oblasti řešení

Obsahová náplň

Téma	Obsahová náplň
Úvod 3. setkání	<ul style="list-style-type: none"> • Představení cílů a programu setkání • Výsledky práce v mezidobí – reflexe samostatných prací s využitím škálování
Koučovací metodika a praxe VII.	<ul style="list-style-type: none"> • Struktura koučovacího rozhovoru – fáze „Options“ • Síla imaginace. Přerámování. • State Line • Karteziánské otázky
Koučovací metodika a praxe VIII.	<ul style="list-style-type: none"> • Škálování v koučovacím rozhovoru (využití při stanovení cílů, při hledání zdrojů, při měření posunu)
Koučovací metodika a praxe IX.	<ul style="list-style-type: none"> • Filosofie NLP • Využití NLP jako užitečné struktury pro koučování • Otázky, které si obvykle neklademe
Sebepoznání a rozvoj	<ul style="list-style-type: none"> • Imaginace (Zdroj psychologie C. Jung – teorie a interpretace symbolů)
Koučovací metodika a praxe X.	<ul style="list-style-type: none"> • Rady v koučování - užitečné podpůrné „technologie“ (Master table, Karteziánské otázky) • Kdy opravdu nabídnout radu – nabízející mentor
Závěr 3. setkání	<ul style="list-style-type: none"> • Uzavírání 3. dílu vlastního rozvoje • Zadání úkolů pro certifikaci a pro intervizní setkání

4. Modul – Kreativní spolupráce skupiny. Uzavírání a motivace.

Časová dotace: 2 dny

Cíle

- Předáme si poznatky z přečtené literatury a prakticky je použijeme
- Zreflektujeme sebe ve skupině bez vedení (tentokrát skupina je záměrně jen místy vedená koučem)
- Vyzkoušíme si strukturovanou práci pomáhající skupiny
- Ukončíme detailní exkurzi cyklem GROW
- Stanovíme si konkrétní zakázku sebe jako kouče na druhou část výcviku

Obsahová náplň

Téma	Obsahová náplň
Úvod 4. setkání	<ul style="list-style-type: none"> • Představení cílů a programu setkání • Stanovení pravidel pro setkání po dobu „experimentu bezvládní“
Koučovací metodika a praxe XI.	<ul style="list-style-type: none"> • Práce s literaturou (sdílení, praktické využití, inspirace do rozhovorů) • Dialog skupiny
Sebepoznání a rozvoj	<ul style="list-style-type: none"> • Moje emoce a potřeby v nekontrolním kontextu • Svoboda – anarchie, Kontrola - bezpečí • Podpora, výzva a inspirace z týmu (Bálintovská skupina) • Meditační cvičení
Koučovací metodika a praxe XII.	<ul style="list-style-type: none"> • Struktura koučovacího rozhovoru – fáze Will – co když koučovaný nechce, nebo se bojí • Struktura koučovacího rozhovoru – fáze Wrap up - plán nebo nechat bez plánu • Uzavírání tvarů, odkládání
Koučovací metodika a praxe XIII.	<ul style="list-style-type: none"> • Souhrnné využití měření posunu, uzavírání, měření motivace a dohod o přenesení koučování do reálné praxe • Praktické uzavírání první části výcviku se „svým“ koučem • Reflexe užitečnosti koučovacích setkání
Závěr 4. setkání	<ul style="list-style-type: none"> • Zmapování vlastního rozvoje v oblasti koučování na základě kompetencí koučů a stanovení dalších cílů • Zadání samostatné práce – zaměření na praxi • Reflexe a zhodnocení setkání účastníky

5. Modul – Firemní systém a kouč.

Časová dotace: 2 dny

Cíle

- Pojmenujeme zásady pro užitečnost koučování ve firemním systému
- Vyzkoušíme si kontraktovací rozhovor kouč – zadavatel - koučovaný
- Vymezíme hranice etiky koučování dle konkrétního firemního systému
- Zmapujeme možnosti využití maximálního efektu v koučování ve firmě
- Ukážeme si, jak udělat užitečné on-line koučování.

Obsahová náplň

Téma	Obsahová náplň
Úvod 5. setkání	<ul style="list-style-type: none"> • Představení cílů a programu 5. setkání • Mezidobí – vítězství, úskalí a posuny praxe v koučování • Návrat k samostatným pracím – konkrétní otázky
Koučovací metodika a praxe XIV.	<ul style="list-style-type: none"> • Kontraktovací rozhovory: Kouč – koučovaný – zadavatel • Typologie koučovaných (Návštěvník, Stěžovatel, Klient) • Rozhovor v trojúhelníku • Izolované kontraktování • Měření posunu, důkazy pro zadavatele • Důvody pro ukončení kontraktu ve firemním systému
Sebepoznání a rozvoj	<ul style="list-style-type: none"> • Šílenost nebo bezbřehá inspirace – podnět pro Robina Williamse • Symboly, kresba a spiritualita – aspekty, které bereme v potaz při koučování • Meditační cvičení
Koučovací metodika a praxe XV.	<ul style="list-style-type: none"> • Typické (opakované, složité) náměty pro koučování ve firemní praxi • Práce s rezistencí koučovaného • Koučování ve firmě v kontextu ekonomické krize • Koučování ve firmě v kontextu karanténních omezení • Systém koučování ve firmě, kultura koučování
Koučovací metodika a praxe XVI.	<ul style="list-style-type: none"> • On-line koučování • On-line vztah, udržení zájmu • Užitečné triky a co nedělat
Závěr 5. setkání	<ul style="list-style-type: none"> • Shrnutí probíraných témat • Připomenutí podmínek získání certifikátu – pomoc, podpora • Reflexe a zhodnocení setkání

6. Modul – Problematický klient. Kouč má problém. Certifikační supervize.

Časová dotace: 3 dny

Cíle

- Naučíme se, co dělat, když se potkáme s klienty, se kterými si nebudeme vědět rady
- Upozorníme na klientovy projevy, které signalizují potřebu jiné než koučovací pomoci
- Podíváme se, jak nám koučování jde, a naplánujeme další rozvojové kroky

Obsahová náplň

Téma	Obsahová náplň
Úvod 6. setkání	<ul style="list-style-type: none"> • Představení cílů a programu 6. setkání • Reflexe mezidobí – míra připravenosti výcvik ukončit
Koučovací metodika a praxe XVII.	<ul style="list-style-type: none"> • „Problematictí“ klienti a složité kontexty • Kdo je pro mě problematický klient – proč tato nálepka • Hraniční situace v koučování • Meryl Streepová má „problém“
Sebepoznání a rozvoj	<ul style="list-style-type: none"> • Příprava kouče na „těžké“ koučování • Ukončení koučování z důvodů na straně kouče • Průběžný rozvoj kouče jako nezbytnost pomáhající profese • Meditační cvičení
Koučovací metodika a praxe XVIII.	<ul style="list-style-type: none"> • Supervize a její pravidla • Reflektující tým – předávání a přijímání podnětů • Supervize nahrávky – reálné koučování s klientem
Závěr 6. setkání	<ul style="list-style-type: none"> • Co dělat, když přemýšlím o akreditaci • Rozvojový plán kouče – nastavení procesu po výcviku – supervize plánu • Reflexe a zhodnocení celého výcviku • Extra tečka a dvojtečka za výcvikem

GARANT VÝCVIKU - ING. IVA PONDĚLÍKOVÁ

| Motto: „Nejlepší školy jsou hodně drahé. Zvláště pak škola života...“|

Mám ráda změny a mám ráda věci pod kontrolou. Protiklad? Nikoliv. Soulad přeměn a kontroly, to je pro mě change management, který je mým chlebem a koníčkem zároveň.

Kam jsem chodila do školy?

NVC International Community – development and supervision	2016-2021
EURO LIVE Program – NVC koncept	2010-2016
Intensive Retreat – Eckhart Tolle	2013
Intensive group nad individual Zen retreat – Genpo Roshi	2013
Biosynthesis training	2009-2011
Nonviolent Communication Internationale Intesive Training/Robert Gonzales	2008
Nonviolent Communication Internationale Intesive Training/Marshall B. Rosenberg	2007
Supervize v koučování/Pilar Godino, Intuicion	2007
Akreditovaný kouč supervizor – 3. stupeň akreditace, Česka asociace koučů	2006
Facilitation skills and workshop design/Techniques for Change	2005
Managing Change/Techniques for Change	2005
Intenzivní program výcviku poradenství v Change Managementu/ČNP	2001-2004
Manipulace v komunikaci/SPMKV	2001
Videotrénink interakcí/SPIN, třísemestrální výcvik	2001-2002
Management Consultancy Development Programme – program PHARE	2000
Management Coaching – systemický kouč 2. stupeň/ISK	1999
Manipulace a asertivita/IPPP	1999
Management Coaching – systemický kouč 3. stupeň/ISK	1998
Enterpreurial Management in a Free Market Economy/ITC Belgium	1995-1996
Příprava manažerů pro tržní ekonomiku/Transfer Switzerland	1994
Project Design Course – Logical Framework Metodology/Team Technologies	1992
ČZÚ Praha, obor fyrotechnický a genetika rostlin	

Kde jsem získala praxi?

Senior partner společnosti ČNP Consulting	od r. 2005
Ředitel společnosti ČNP Consulting	1994-2005
HR ředitel společnosti Manufaktura	1992-1994
Obchodní ředitel společnosti Manufaktura	1991-1992

Jak si nyní zvyšují kvalifikaci?

Absolvuji nyní nadstavbu mezinárodního výcviku EURO LIVE Program (NVC koncept). Věnuji se teoriím vývoje lidských potřeb.

Pravidelné vzdělávání, výcviky a konzultace v rámci ČNP (zaměřené především na rozvoj managementu, firemní poradenství, týmovou spolupráci a obchod) a dále oblast výchovy vlastního potomka v hlavní fázi puberty.



Moje nejvýznamnější projekty?

Pepsi Americas – Změnový projekt, návrh projektu a realizace, konzultant

ČSOB – TOP Leadership Academy, transformační projekt, návrh projektu, konzultant, kouč České aerolinie – ČSA Leadership Academy, návrh projektu, konzultant

ING Group – Development program for managers and directors and program od Leadership Expedition

ČSOB SK – konzultant a kouč Country týmu, konzultant projektu Expedition Heart a projektu Performance management support pro pobočkovou síť

TEVA Pharmaceuticals – projekt rozvoje leadershipu pro střední a východní Evropu, konzultant kouč

ČSOB – rozvojový projekt pro detail Modrý lev, konzultant, kouč

Dobrodružství bezpečného experimentu – certifikovaný rozvojový program pro seniorní management s koučovací zaměřením

Dobrodružství bezpečného experimentu II – nadstavbový výcvik pro seniorní kouče a manažery

Psychotéky – neziskový rozvojový projekt

Můj Leadership – otevřená leadership akademie – rozvojový program pro manažery

Na co se specializují?

Nyní se zaměřuji poradensky na celou oblast Change Managementu, definování vizí a klíčových aktivit v rámci nastaveného směřování a řízení výkonu, dále na koučování (nejvyšší stupeň akreditace ČAKO: Akreditovaný profesionální seniorní kouč), Evropská akreditace EMCC – Senior Practitioner, výcviky koučů, strategické koučování a hlavně na rozvojové programy pro manažery.

ORGANIZAČNÍ INFORMACE

Termín konání:	Modul 1: 31.10. - 1.11.2023 (2 dny) Modul 2: 5. - 6.12.2023 (2 dny) Modul 3: 9. - 10.1.2024 (2 dny) Modul 4: 20. - 21.2.2024 (2 dny) Modul 5: 26. - 27.3.2024 (2 dny) Modul 6: 23. - 25.4.2024 (3 dny)
Časový harmonogram:	oba dva dny shodně od 9:00 do 17:00 hodin
Místo konání:	v prostorách ČNP Consulting, Na Bělidle 4, Praha 5, 5. patro
Lektor:	Iva Pondělková , akreditovaný kouč - supervizor a lektor s dvacetiletou zkušeností s podporou firemních transformací i transformací jednotlivců; autorka knih EGOotroctví a vztatové NEchutnosti

CENOVÁ KALKULACE

Cena semináře **zahrnuje**:

- přípravu programu
- organizační zajištění výcviku v uvedeném rozsahu
- zajištění a vhodný výběr koučů
- přípravu koučů
- odborný výběr probíraných témat
- možnost odborných konzultací účastníků s koučem během vzdělávacího programu
- školicí prostory a technické vybavení
- dopolední a odpolední coffee break
- pomůcky pro výuku (papíry, tužky, kamera, materiál a vybavení odpovídající zaměření a metodám rozvoje)
- speciální skriptka pro účastníky
- hodnocení přínosů rozvojového programu s účastníky (rozhovory, dotazníky)
- akreditaci programu dle mezinárodních standardů EMCC
- certifikát o absolvování výcviku

Cena **nezahrnuje** ostatní stravování a ubytování účastníků.

Celková cena výcviku činí **89.000 Kč + DPH**. V případě uhrazení plné ceny v jedné splátce do 30. září 2023 je cena za výcvik 84.000 Kč + DPH.

Částku je možno zaplatit ve dvou splátkách. První splátka činí **45.000 Kč** a je třeba ji uhradit nejpozději 4 týdny před zahájením výcviku, druhá činí **44.000 Kč** a termín její splatnosti je před 4. modulem.

Děkujeme Vám za čas a pozornost věnovanou tomuto návrhu a těšíme se na Vás.

Iva Pondělková
iva.pondelikova@cnp-consulting.cz
GSM: +420 603 516 065

ČNP Consulting, 4.7.2023