

Coaching World

Mozek funguje jako počítač, můžeme ho tedy naprogramovat

Zvýšení motivace, zlepšení komunikace i klima ve firmě a tím dosažení lepších pracovních výsledků – o to vše se snaží každý zodpovědný manažer. Ne všichni ale uspějí.

Jak na to? Jednou z cest, jak dosáhnout nejlepších výsledků je koučink. Je to v našich podmínkách poměrně nový druh zlepšování osobních i firemních výsledků. Časopis Parlament, Vláda, Samospráva se proto zeptal Terezy Marie Dočkalové, ředitelky společnosti CoachingWorld...

Jaký je vlastně princip koučinku?

Slovo koučink zná každý asi nejspíše ze sportovního prostředí. Efektivní kouč, zaměřený na řešení, dělá vlastně přesně to, co dělá dobrý sportovní kouč. Dokáže zvýšit motivaci jednotlivce i skupiny tým, že vede klienta k objevení vlastních zdrojů v sobě.

Jaké metody se k tomu využívají?

Těch metod je celá řada. Já jsem přesvědčena o nejvyšší účinnosti a efektivitě metod, zaměřených na řešení Whiteboard Thinking, NLP a metodologii čtyř kvadrantů. Jsou to metody, které k nám přišly ze Spojených států amerických. Tyto metody představují v koučinku světovou špičku. Osobnosti, jako jsou Marilyn Atkinson, prezidentka Ericsson College, či Robert Dilts z NLP Univerzity Santa Cruis z Kalifornie, jsou průkopníky těchto nových řešení. Velmi si považuji, že patřím k jejich žákyním...

Díky těmto metodám si každý může rychle osvojit obrovské schopnosti. A to bez ohledu na to, kde v životě právě je. Vždy existuje touha po flexibilitě, kreativitě, po hlubším



vztahu, hlubším a bohatším pocitu nebo smyslu života, atd. Koučink, zaměřený na řešení, posouvá lidi směrem k jasnější představě vlastní cesty. Využívá přitom přesvědčení, že mozek funguje vlastně jako počítač a tudíž je naprogramovatelný. Jen musíte vědět jak. Právě kouč vás vybědne a nechá vás najít, co

pro vás v životě znamená vyhrát. Kouč je partnerem na cestě životem, který můžete uskutecnit osobně či profesně. Kouč je někdo, kdo vás přiměje stát se odpovědným za váš vlastní život, kdo zajistí, že využijete veškerý váš potenciál. Kouč vám pomůže udělat klíčový výběr ve vaší kariéře či v osobním životě.

Pro koho je koučink určen?

Profesionální koučink je určen doslova pro všechny. Top-manažeři si chtějí rozšířit svoje schopnosti, vizionářství, rozhodnost, prohlubovat nadhled, majitel firmy pak svoje schopnosti lépe nabízet služby či prodávat výrobky a třeba šéf kanceláře si chce zlepšit komunikaci s podřízenými. Ale své schopnosti si chce zlepšit i třeba žena v domácnosti, která chce lépe vypadat, cítit se lépe a třeba si zlepšit i svoje sebevědomí, komunikaci s partnerem či dětmi. Poměrně často chtějí klienti pracovat na svém zdraví, smysluplnosti toho, co dělají. Letos jsem začala dělat i s dětmi, je to zajímavé, jaké mají cíle.

Pro ilustraci uvedu třeba workshop, který připravujeme na podzim letošního roku. Týká se koučinku v managementu a řízení firem. Je to certifikovaný program v rozsahu 72 hodin. Je rozdělen do šesti bloků po dvou dnech a je koncipován tak, aby vyhovoval současným požadavkům manažerského vzdělání. Účastníci programu získají hodnoty, které mohou využívat ve svém profesním, ale i soukromém životě. Jde mj. o efektivní komunikaci užitečnou pro obě strany a schopnost vést rozhovory s partnery ve smyslu win-win, o znalost jazykových stylů a způsobů komunikace toho druhého, schopnost motivovat sebe i kolektiv, posílení vizionářských schopností i prohloubení schopností implementace projektů v čase.

Anebo jinou akci, nazvanou Člověk a čas. Tento dvoudenní program je určen všem, kdo chtějí umět efektivně využívat čas v souladu s pracovními i osobními prioritami. Na konec léta připravujeme i kurz „Inspirace, láska, tvořivost“, který je určen pro ženy. Ty se zde za pár dnů naučí rozvíjet a pracovat s ženskou energií a kultivovat ji. Seminář je určen všem ženám, které chtějí prohloubit svou ženskou smysluplnost a chtějí ji umět tvořivě používat. Dále všem, které chtějí měnit svá omezující přesvědčení na přesvědčení, která podporují růst a úspěch. Jak vidíte, škála koučinku je opravdu široká.

Jak časově náročné jsou vámi používané metody koučinku?

Jak jsem již uvedla, některé workshopy jsou třeba jen jednodenní, další semináře či kurzy jsou delší – tříměsíční, anebo i šestiměsíční. Mám ale i klienty, s kterými pracujeme od počátku, tedy více než tři roky! Jsou to lidé, kteří pochopili smysl koučinku a jeho pomocí si neustále zlepšují své schopnosti. V praxi to vypadá tak, že zájemce se u nás přihlásí a při individuálním pohovoru s ním probereme, jaké jsou jeho cíle, časové i jiné možnosti, co od nás očekává. Můžeme ho tak zařadit třeba do skupinového koučinku, anebo mu nabídnout individuální přístup. Důležité při tom je, že mimopražským klientům nabízíme i možnost našich návštěv u něj. Klient tedy nemusí za námi, ale my vyjedeme za ním. Další možností je koučink

po telefonu, anebo přes skype. Jak vidíte, jsme schopni se přizpůsobit se i nejnovějším trendům.

Proč by se možný zájemce měl zajímat o koučink právě ve vaší společnosti?

Společnost CoachingWorld nakupuje know-how v oblasti koučinku, vzdělávání a vedení tréninků od předních světových odborníků. O některých jsem se již zmínila – jde především o Ericsson College či NLP University Santa Cruis, absolutní špičky ve svém oboru. Toto know-how zajišťuje nejvyšší kvalitu a jasnou strukturu předávaných vědomostí. Všechny postupy jsou prověřené funkční strategie, které naši klienti okamžitě umějí používat v praxi. Všichni naši koučové jsou absolventi mezinárodně akreditovaného vzdělávacího programu pro kouče The Art and Science of Coaching a neustále se ve svém oboru vzdělávají v různých specializovaných programech. Součástí vzdělávání odborníků CoachingWorldu jsou pravidelné tréninky, kde koučové a lektori prokazují své způsobilosti pro práci s lidmi a vedením tréninků. V neposlední řadě bych doporučila naši společnost i proto, že nabízíme jednu z nejširších nabídek koučinku na trhu, od zmíněných osobních témat a firemní koučink přes koučink rodinný, včetně oblastí intimity, až po sportovní koučink, včetně třeba výuky golfu.

V které další oblasti by se vaše firma mohla ještě prosadit?

Když se tak zamýšlím nad děním kolem nás, vidím, že v České republice chybí tzv. sociální vzdělávání, schopnost vyznat se v sobě. Ve sdělovacích prostředcích, hlavně pak v televizi, můžeme číst či vidět příběhy plné neštěstí a bulváru, ale jen málokdy se mů-

žeme seznámit s příběhem úspěšného člověka. Čím to je? Snad tím, že se v minulém režimu lidé báli tzv. vybočovat z řady, ostýchali se dávat svůj úspěch najevo.

Když sleduji třeba v televizi v USA interview s úspěšným byznysmenem, který říká, jak tvrdě musel pracovat, než se dostal k úspěchu, tak mě hodně mrzí, že to u nás není. Že se nenajde člověk, který by se chtěl v tom správném slova smyslu pochlubit a dokázat, že díky víře ve své schopnosti a hodnoty spojené se systematickým vyvíjením aktivit lze dosáhnout úspěchu. To je mj. oblast, kde bychom se mohli v blízké budoucnosti prosadit. I když teď, když o tom přemýšlím, mi jedno jméno napadá: Jaromír Jágr. Tento fenomenální hokejista na nedávném mistrovství světa dokázal, jak má pracovat a také hovořit opravdový profesionál. Jeho proslov, ve kterém apeloval na nezáměr některých mladších hráčů reprezentovat ČR, byl zářným příkladem pozitivní motivace. Šlo vlastně o excelentní příklad profesionálního koučinku v praxi, který – jak všichni víme – přinesl ten nejlepší výsledek.

Jaká je vaše vize do budoucnosti?

Chceme inspirovat a podporovat rozvíjení takových vlastností, jako je tvořivost, talent, efektivita a vytvářet prostředí po vzdělávání jednotlivců i skupin.

Přáním kolektivu CoachingWorldu je přiblížit koučink široké veřejnosti tak, aby se stal součástí vzdělávání a životního stylu. Aby obohacoval a usnadňoval práci manažerům a majitelům firem a stal se silným nástrojem k vytváření harmonických vztahů v rodinách i firmách, anebo ve sportu.

Děkuji za rozhovor
Michal Korol

Kdo je Tereza Marie Dočkalová

Trenérka, lektorka a profesionální koučka. Již tři roky úspěšně pomáhá jednotlivcům i firmám maximalizovat produktivitu práce. Vede semináře a programy, zaměřené na budování týmu, stanovování cílů, efektivitu pracovního výkonu a řízení změn.

T. M. Dočkalová je již tři roky osobní poradkyní v klíčových manažerských pozicích a pomáhá prohlubovat u jednotlivých manažerů a majitelů firem schopnosti vést, zvyšovat výkonnost a adaptabilitu na měnící se podmínky a v neposlední řadě prohlubovat komunikační schopnosti. Mezi její klienty patří mj. Eurovia c.z., Lo-pan s.r.o., Stapleton-Springer, Tchibo a řada dalších.

Vzdělání v koučinku:

- 2010 Training for trainers – certifikovaný osmidenní trénink trenérů/Ericsson Colege – vedený M. Atkinson, Ph.D., Psych.
- 2010 Týmový koučink – dvoudenní intenzivní vzdělávací program zaměřený na práci s týmem, vedený Halkou Baláčkovou – trenérkou Ericsson Colege
- 2010 The Art and Science of Coaching + příprava na EPCC certifikaci – mezinárodně akreditovaný trénink – Ericsson Colege
- 2009 Strategie géníů, coaching v době krize + NLP programování (Robert Dilts), NLP practitioner-certifikované výcviky – ICF
- 2008 Základy systematických konstelací (Jan Bílý)
- 2006–7 NLP programování
- 2000–1 grafologie/akreditovaný výcvik – Česká grafologická komora
- 1999–2000 Kineziologie (one brain)

Vzdělání: vyšší odborné – zdravotnické