

Seriál o koučinku

2. Kdo je to kouč?



Kouč je osoba, která se stará a má zájem o to, aby koučovaný dosáhl co nejefektivněji svého cíle a mohl ze svých výsledků těžit i v budoucí činnosti.

Jaké jsou vlastnosti, kterými by měl kouč disponovat?

Nejdůležitější vlastností, kterou by měl kouč mít a nedá se naučit, je schopnost empatie, tedy umět se vcítit do druhého, bez této vlastnosti není kouč koučem. Proto, aby dialog mezi koučem a koučovaným byl efektivní, je zapotřebí těchto vlastností kouče:

- Schopnost otevřít se - jedině takto bude mít koučovaná osoba důvěru se svému kouči svěřit.
- Aktivní naslouchání – kouč nesmí nikdy tzv. ztratit nit, aby se dozvěděl vše potřebné, co mu koučovaný sděluje. Je zapotřebí se stoprocentně soustředit na rozhovor, aby byl schopný vyvodit možná řešení situace.
- Zpětná vazba – koučovaný musí cítit, že ho kouč poslouchá a věnuje mu dostatečnou pozornost, proto by měl poskytovat zpětnou vazbu, tedy například podporovat koučovaného v řeči. Pro kouče je důležité umět zpětnou vazbu i přijímat.
- Získávání informací - je vůbec to nejdůležitější, co může kouč od koučovaného získat, s těmito informacemi dále pracuje a vyvozuje další možná řešení.
- Kladení otázek – souvisí se získáváním informací, kouč musí umět otázky cíleně položit, aby se dozvěděl co nejvíce důležitých informací, které pomohou rozhovor řídit správným směrem.
- Povzbuzení, pochopení a přesvědčení patří k dalším vlastnostem dobrého kouče pro zvládnutí své práce na výbornou.

Další schopnosti potřebné ke koučování:

- Citlivost, trpělivost, cílevědomost, důvěra ve vlastní schopnosti, ochota trávit [čas](#) s lidmi, výborné komunikační schopnosti, víra ve schopnosti koučovaného, smysl pro humor, upřímná náklonnost k druhým lidem.

[Kouč](#) má za cíl pomoci člověku zlepšit jeho výkonnost ve všech možných směrech ať už se jedná o práci, vztahy, zdraví či finance.

Pomáhá posílit sebevědomí lidí, podpořit je v jejich dovednostech a snaží se je nasměrovat správným směrem.

„Člověka nemůžete nic naučit, můžete mu pouze pomoci, aby na to přišel sám.“

Přečtěte si také:

[Seriál o koučinku – Co je to koučink?](#)

[Komunikace na pracovišti – I. díl](#)

[Staň se certifikovaným koučem](#)

Objednejte si:

[Nové DVD „I ty se můžeš cítit dobře“](#)

[CD „7 kroků k získání bohatství“](#)



© Napsala Nikola Šmorancová
Kouč v oblasti osobního rozvoje
(práce, peníze, vztahy, zdraví)

Email: smorancova@mujkouc.cz

www.mujvztah.cz www.mamdepku.cz www.mujkouc.cz www.mezdravi.cz

Tento článek můžete využít pro své potřeby, pokud uvedete informace o autorovi, jeho email a odkaz na www stránky.

Měsíčník osobního růstu zdarma: [objednejte si](#)