Recenzia anglického originálu knihy

Peter Szabo/Daniel Meier:

Coaching Plain & Simple – Solution Focused Brief Coaching Essentials

Koučovanie - krátko, jednoducho, účinne

Úvod do koučovania zameraného na riešenie

Nový osviežujúci prístup ku koučovaniu

Toto je druhá kniha Petra Szabó, ktorú som v posledných dvoch rokoch prečítala.

Prišla som k osobnému záveru, že efektívne koučovanie sa môže zavŕšiť naozaj aj v krátkom čase a výsledky sú úžasné. Niekedy stačí len jedno stretnutie na to, aby klient dosiahol výsledok, s ktorým vie už sám pokračovať ďalej.

Solution focused prístup je už dávno známy a viac koučovacích škôl sa riadi týmto prístupom.
Čo je ale na Krátkom koučovaní Petra Szabó iné je to, že tento prístup je taký efektívny a naozaj časovo úsporný aj bez používania zvláštnych a komplexných procesov a nástrojov. Až mi je skoro divné prečo ho každý nepoužíva. Lebo pre firmy by bolo určite prínosom, keby nepotrebovali platiť toľko hodín koučovania a efektívnosť by zostala takisto vysoká.

Ako je teda možné, že to každý nerobí týmto spôsobom?
Po preštudovaní knihy a Petrovom seminári minulý rok som si to naplno uvedomila. Nejde len o proces a nástroje, ale hlavne o vyspelosť a profesionalitu kouča. Absolútnym základom je koučovací prístup, ktorý sa nedá naučiť a ku ktorému kouč dospeje až po rokoch skúseností v koučovaní.
Aké sú základne predpoklady "Solution Focused" kouča?

- Klient má všetky zdroje, ktoré potrebuje k riešeniu
- Najlepším expertom na svoj život je klient
- Nevedomosť kouča je užitočná

Kouč ktorý je schopný toto úplne akceptovať a nepotrebuje sa spoliehať na rozličné naučené koučovacie zručnosti a nástroje, ktoré má „niekde v kufríku, alebo zasunuté v zadnom vrecku", pre prípad, že sa mu môžu hodiť, tak taký kouč pracuje už na celkom inej úrovni a približuje sa k majstrovstvu vo svojej profesii. Takým koučom je Peter Szabó.

<u>Nepretržité učenie sa kouča:</u>
Rôzni koučovia sú v rôznych štádiach rozvoja
- začiatočníci sa venujú procesom, technikám, procedúram
- skúsení kouči idú poza techniky k majstrovstvu

V knihe sa hovorí o troch umeniach kouča:

- byť prítomný
- spoluvytvárať

- a nechať ísť

Samozrejme, všetky kompetencie kouča sú v koučovaní dôležité a potrebné, ale kombinácia autentického prístupu kouča, umenia byť totálne prítomný a preukázať počas koučovania, že je v súlade s princípmi krátkeho koučovania (viď nižšie) dokáže spraviť koučovací rozhovor naozaj krátky a efektívny, pričom sa kouč približuje k majstrovstvu.

Preto Peter toto koučovanie nazýva Brief Coaching – Krátke koučovanie.

V knihe okrem iného nájdete:

- množstvo experimentov na vyskúšanie
- sadu nástrojov pre koučov pre všetky spomínané oblasti
- príklady skutočných koučovacích rozhovorov
- príklady rozdielov koučovacích prístupov

V stručnosti si dovolím krátko zhrnúť niektoré podstatné myšlienky.

Proces **Krátkeho koučovania** je zameraný predovšetkým na:

1. **definíciu cieľov**
2. hľadanie zdrojov

Základné predpoklady Krátkeho koučovania sú:

1. budovanie riešení je rýchla cesta k riešeniu problémov
2. klienti majú skúsenosti s riešeniami aj sami
3. keď si kouč nie ie istý, treba dôverovať klientovi
4. neznalosť kouča je užitočná

Posledné 4 body trochu rozvediem.

1. Budovanie riešení je rýchla cesta k riešeniu problémov

- Kouč by mal pracovať hlavne v oblasti vytvárania uvedomenia pre riešenia, prepínať z úrovne hľadania problému na úroveň hľadania riešení
- Kouč by mal dávať otázky zamerané na ciele, nové možnosti a výber pre klientov
- Kouč by mal využiť poznanie, že žiadne problémy neexistujú stále, ani v tej istej intenzite

2. Klienti majú skúsenosti s riešeniami aj sami

- Kouč verí, že klient má skúsenosti s kratšími alebo dlhšími fázami, kedy problém bol menší, alebo neexistoval
- Kouč zasvieti imaginárnou baterkou na tieto momenty, ukazujúce smer k riešeniu
    - Ako sa to klientovi vtedy podarilo
    - Ako k tomu klient vtedy prispel
    - Aké zdroje vtedy klientovi pomohli
- Kouč podporuje klienta v posune, pre klienta užitočným smerom
- Kouč predpokladá
    - ak sa spraví jeden krok, smeruje k ďalšiemu
    - klient má zdroje a je dosť kompetentný, aby našiel svoju vlastnú cestu

3. Keď si kouč nie je istý s riešením, treba veriť klientovi

- Naši klienti sú unikátni – hľadáme riešenia perfektne pasujúce pre klienta
- Klient je expertom vo svojom svete
- Veríme v zdroje a kompetencie našich klientov
- Kouč vytvorí rámec, v ktorom sa klient môže sústrediť na oblasť svojich skúseností

4. Neznalosť kouča je užitočná

- Dôverovať klientovi, usmerňovať len proces
- Pracovať s klientom bez predošlých predsudkov alebo hodnotení
- Mať slobodu dvorného gašpara – pýtať sa nekonvenčné/neočakávané otázky
- Kouč nepotrebuje vedieť a dokonca ani rozumieť obsahu
- Umenie neznalosti pomôže koučovi sústrediť sa na svoju prácu
    - Vytvorenie užitočného koučovacieho procesu
    - Pýtanie sa nápomocnými otázkami zameranými na ciele
    - Počúvanie s pozornosťou
    - Dávanie spätnej väzby zameranej na zdroje
    - Užívanie si klientových odpovedí
    - Premýšľa hlavne klient a sám si navrhuje vhodné riešenia

Sumarizácia

Pri Krátkom koučovaní:

- Stačí jeden, alebo dva koučovacie rozhovory
- Klienti vedia už sami ako pokračovať ďalej
- Klientove vlastné kompetencie mu zostávajú stále, aj keď je kouč už neprítomý

26.10.2010
Zlatica M. Stubbs, BA, ACC,
ZMS Consulting & Coaching s.r.o.
www.zms-consulting-coaching.com