

Koučovanie-hry

Firma	Meno	Funkcia
Hry		
Čo je koučovanie		
• Hodnotenie organizácie		
Osobná výkonnosť		
• Myslíte ako GR		
Kouč		
• Sebahodnotenie kouča		
• Hodnotenie kouča		
Kto koho koučuje		
• Koučovanie seba		
• Koučovanie šéfa		
• Koučovanie kolegu		
• Vzájomné vzťahy		
• Dôvera		
• Koučovanie tímu		
Metodiky koučovania		
• Koučovanie GROW		
Dôvody koučovania		
• Radosť z práce		
• Nová definícia práce		
• Prerámcovanie		
Princípy koučovania		
• Láska		
• Podporiť nápady		
Komunikácia		
• Pozitívne myslenie		
• Konštruktívne otázky		
Postup koučovania		
• Akčný plán		
• Študijný plán-QUEST		
• Minulosť, súčasnosť, budúcnosť		
• Hodnotenie-reflektovanie		

Firma	Meno	Funkcia
Hry		
• Kritika-budúci cieľ		
• Podme si kresliť		
• V skúsenostiach je bohatstvo firmy		
• Práca so znalosťami		

HODNOTENIE ORGANIZÁCIE

Hodnotia zamestnanci organizáciu	Hodnotenie od 1 do 10
Viem, čo je koučovanie?	
Viem, aké má koučovanie prínosy?	
Ľudia v mojom okolí vedia, čo je to koučovanie?	
Ľudia v mojom okolí vedia, aké má koučovanie prínosy?	
Vedúci tejto spoločnosti sú vyškolení kouči?	
Ostatní v tejto spoločnosti sú dobrí kouči?	
Viem, čo chcem dosiahnuť?	
Kouč mi pomáha dosiahnuť moje ciele?	
Naša spoločnosť je lepšia ako konkurencia?	
Koučovanie je jedna zo zásad našej spoločnosti?	

MYSLÍTE AKO GR

Myslíte ako generálny riaditeľ	<p>Na základe analógie medzi korporáciou a ľudským telom si predstavte, že ste generálny riaditeľ korporácie, ktorá disponuje mimoriadnymi vnútornými zdrojmi. Máte výlučnú právomoc prijímať rozhodnutia, ktoré sa týkajú poslania, výrobkov a služieb, politiky, hodnôt a priorít. Tabuľka obsahuje otázky, ktoré by ste mali zvážiť. Kedy ste naposledy venovali pozornosť faktorom, ktoré máte pod kontrolou? Kontrolujete všetky akcie korporácie? Ako by ste ich mohli získať naspäť? Aký je program ďalšieho zasadnutia správnej rady?</p>		
Aké je poslanie Vašej korporácie?			
Čo je Váš hlavný produkt			
Aké sú Vaše politiky a hodnoty?			
Aké máte priority?			
Uvedte vnútorné zdroje Vašej korporácie	Vlastníctvo akcií držaných inými ľuďmi v %		
	Za čo som ich predal?	Komu?	% držaných akcií
Dátum	Program ďalšieho zasadnutia správnej rady		

SEBAHODNOTENIE KOUČA

Hodnotí kouč seba	Hodnotenie od 1 do 10
I - nápady	
C - couthing	
E - enjoyment - radosť	

HODNOTENIE KOUČA

Hodnotia koučovaní kouča	Hodnotenie od 1 do 10
Je to dobrý kouč?	
Je dôveryhodný?	
Je spoľahlivý?	
Mám rád svojho kouča?	
Viete na čom s koučom ste?	
Cítim, že kouč je tým správnym koučom?	
Kouč mi pomôže dosiahnuť reálne ciele?	
Kouč mi pomôže, aby sa moje sny splnili?	

KOUČOVANIE SEBA

Koučovanie seba	Odpoveď
Napísať na papier oblasť v ktorej sa chcem koučovať.	
Napísať v čom som mala v minulom roku v tomto úspech.	
Napísať všetko, čo sa mi v danej oblasti nedarilo, čo som nespĺnila, ako som sama seba sklámala?	
Ako by to malo vyzeráť na budúci rok?	
Čo má byť iné?	
Čo by som nemala robiť?	
Čo by som mala robiť viac?	
Čo mám robiť nové?	
Aké mám ciele?	

Koučovanie seba	Odpoveď
Čo musím urobiť, aby sa moje ciele splnili?	
Urobiť etapy riešenia.	

KOUČOVANIE ŠÉFA

Koučovanie šéfa	Odpoveď
Napíšte si oblasti v ktorých chcete šéfa koučovať.	
V ktorej oblasti má výkonnostný deficit?	
Ako to ovplyvňuje Vás?	
Akým spôsobom mu predložíte svoj nápad?	
Predvídajte jeho reakciu a odhadnite problémy.	
Potom choďte za ním.	
Chce to aj on?	

KOUČOVANIE KOLEGU

Koučovanie kolegu	Odpoveď
Robíme to pre nich a nie pre náš prospech, ináč je to manipulácia.	
Overte si, či chápu pojem koučovanie.	
Vymenujte oblasti v ktorej by sa mali zlepšiť.	
Aký dopad to má na spoločnosť.	
Ako im to poviete?	
Akékoľvek dôvernosti musia ísť stranou - a za tým si tvrdo stojte.	
Aký to bude typ vzťahu?	
Ako bude koučovaný na mne závislý?	
Závislosť je výborná vec pre ego kouča, ale ničujúca pre vývoj koučovaného. Najlepšie je závislosti sa vyhnúť úplne.	

VZÁJOMNÉ VZŤAHY

Vzájomné vzťahy	Odpoveď
Koľko viete o koučovanej osobe?	
Praktický prístup - študijný prístup	
Vizuálny - verbálny typ	
Denný typ - večerný typ	
Má energiu a odhodlanie splniť cieľ?	
Čo viete o jej záľubách, nádejach, snoch túžbach a tiež o tom, čo nemajú radi?	
Čo viete o jej rodinách a súkromnom živote?	
Kde bývajú?	
Kedy majú narodeniny?	
Ocenili by, keby od Vás dostali blahoželanie?	
Stýkate sa spoločensky aj mimo pracoviska?	
Čo si o Vás myslia?	
Čo by si mohli v ideálnom prípade o Vás myslieť?	

DÔVERA

Hodnotenie dôvery - hodnotí kouč	Hodnotenie od 1 do 10
Veríte Vy v to, že koučovaný bude úspešný?	
Úroveň znalostí koučovaného	
Osobný prístup	
Oddanosť úspechu	
Čas, ktorý máte k dispozícii	
Viera koučovaného vo Vás ako kouča	

KOUČOVANIE TÍMU

Téma	Otázka
Tím	Prečo existujeme ako tím?
	Čo máme spolu dosiahnuť?
	Keď nebudeme pracovať ako tím, čo stratíme?
Pocity	Popísať pocity - filmy, fotky, niečo zo života aké pocity v nich vyvolávajú?
	Čo pre Vás film znamená?
	Čo cítite keď film sledujete?
	Keď koláž filmov, obrázkov z časopisov ukončíte, popíšte ich.
Ciele	Potom začnite s definovaním cieľov.
	Ak má tím jeden cieľ, je to jeho poslanie.
	Cieľ je vyvolať zaujatie pre vec.

KOUČOVANIE GROW

Téma	Otázka	Odpoveď
Cieľ (Goal Setting)	Čomu by ste sa chceli na dnešnom stretnutí venovať?	
	Aký problém by ste chceli riešiť?	
	Čo od dnešného stretnutia očakávate?	
	Ako ďaleko sa chcete dostať a ako detailne sa chcete problémom zaoberať?	
	Aký dlhodobý cieľ súvisí s problémom, ktorým sa zaoberáme?	
	Aký je časový rámec realizácie?	
	Aké kroky, ktoré vedú k realizácii môžete identifikovať?	
	Aký majú časový rámec?	
Realita (Reality)	Aký je v detailnom pohľade súčasný stav?	
	Ako veľmi sa Vás týka súčasná situácia?	
	Ako veľmi Vám na veci záleží?	
	Koho okrem Vás sa problém týka?	
	Kto vie o tom, že chcete problém riešiť?	
	Ako máte pod kontrolou výsledok?	
	Kto vie o tom, že chcete problém riešiť?	
	Kto ďalší čiastočne kontroluje výsledok a v akom rozsahu?	
	Aké konkrétne kroky ste doteraz urobili?	
	Čo Vám bránilo pokračovať?	

Téma	Otázka	Odpoveď
	Aké prekážky bude treba prekonať?	
	Bránia Vám nejaké vnútorné bariéry alebo osobné problémy niečo podniknúť? Pokiaľ áno, ktoré to sú?	
	Aké zdroje máte k dispozícii? Schopnosti, čas, nadšenie pre vec, peniaze, podpora ...	
	Ktoré ďalšie zdroje budete potrebovať? Kde ich získate?	
	Čím sa zaoberáte? Podstatou problému, alebo jeho kľúčovým aspektom?	
Možnosti (Options)	Čo môžete urobiť?	
	Zostavte si zoznam všetkých možností, viac, alebo menej závažných, kompletných i čiastočných riešení	
	Čo ďalšie môžete robiť?	
	Čo by ste urobili, keby ste mali viac času, peňazí, alebo keby ste boli šéfom?	
	Čo by ste urobili, keby ste mali začať od začiatku s novým tímom?	
	Chceli by ste, aby som Vám povedal môj návrh?	
	Aké výhody a nevýhody majú jednotlivé možnosti?	
	Ktorá možnosť prinesie najlepšie výsledky?	
	Ktoré z týchto riešení sa Vám najviac pozdáva, alebo ktoré sa Vám najviac páči?	
	Ktoré riešenie Vás najviac uspokojuje?	
Voľba - čo, kedy, kto, s kým (Will)	Ktorú možnosť alebo možnosti si vyberiete?	
	Do akej miery je riešenie v súlade s Vašimi cieľmi?	
	Aké kritéria úspechu ste si stanovili?	
	Ako budete úspech merať?	
	Kedy konkrétne začnete a dokončíte jednotlivé dielčie kroky?	

Téma	Otázka	Odpoveď
	Čo by Vás mohlo zdržať, alebo Vám zabrániť v ich realizácii?	
	Čo by mohlo zdržať alebo zabrániť dosiahnutiu cieľa?	
	Čo Vám osobne bráni realizovať jednotlivé kroky?	
	Čo urobíte, aby ste eliminovali tieto vonkajšie a vnútorné faktory?	
	Kto potrebuje poznať Vaše plány?	
	Akú podporu potrebujete získať a od koho?	
	Čo urobíte, aby ste ju získal? Kedy to urobíte?	
	Čo pre Vás môžem urobiť?	
	Ako ste odhodlaný to, na čom sme sa dohodli, naozaj urobiť? Ohodnoťte svoje odhodlanie na desaťstupňovej stupnici.	
	Čo Vám bráni docieľiť hodnoty 10?	
	Čo by ste mohli urobiť, alebo zmeniť, aby sa Vaše odhodlanie priblížilo stupňu 10?	
	Čo by som mohol urobiť, alebo zmeniť, aby sa Vaše odhodlanie priblížilo stupňu 10?	
	Chcete hovoriť o niečom ďalšom, alebo je to pre dnešok všetko?	

RADOŠŤ Z PRÁCE

Úroveň stavu radosti pri práci	Aké percento Vášho pracovného času pripadá na danú úroveň stavu radosti pri práci
Radosť	8 - 10
Prechodné stavy	4 - 7
Strádanie	1 - 3

NOVÁ DEFINÍCIA PRÁCE

Spomienky týkajúce sa práce	Vplyv na definíciu práce	Súčasnú hodnotenie
Detstvo - 5 - 13 rokov		
Stredná škola		
Vysoká škola		
Zamestnanie od 25 - 30		
Zamestnanie od 30 - 35		
Zamestnanie od 35 - 40		
Zamestnanie od 40 - 45		
Zamestnanie od 45 - 50		

--	--	--

PRERÁMCOVANIE

Negatívna vlastnosť	Pozitívna vlastnosť
Nezáujem	Kľud
Drzosť	Priamosť
Ufňukanosť	Jemnosť
Tvrdohlavosť	Cieľavedomosť
Výbušnosť	Veľká bezprostrednosť
Panovačnosť	Schopnosť organizovať a viesť druhých
Egoista	Má nadhľad, rozmýšľa ináč ako ostatní, samostatný, má vlastný názor, nezávislý

Negatívna vlastnosť	Pozitívna vlastnosť

LÁSKA

Väčšina našich činností má korene buď v láske, alebo strachu. Láska je spojená s veľkým množstvom emocionálnej záťaže.		Hodnotenie od 1 do 10
Ako milujete samy seba ?		
Ako milujete svoje telo ?		
	Je to telo Vašich snov?	
	Funguje podľa Vašich predstáv?	
	Ako by ste ho chceli zmeniť, keby ste mohli?	
Ako milujete svoju mysel ?		
	Aké aspekty rozmyšľania by ste zmenili, keby ste mohli?	
	Pamäť, duchaplnosť, lepšie odpovede?	
	Ako Vás milujú ostatní?	
Ako milujete svoju prácu ?		
Ako milujete koučovaných ?		
	Čo by som zmenila na sebe, na tom, čo robím a na vzťahu k ľuďom, ktorých koučujem?	

PODPORIŤ NÁPADY

Podporiť nápady
Veźmite rolku toaletného papiera.
Napíšte fixkou na papier, to, čo by o Váš povedal najprísnejší kritik.
Keď si koučovaný myslí, že napísal všetko, snažte sa, aby sa prekúsol až na samé dno.
Ku každému zlému výroku napíše koučovaný, čo by na to povedali jeho najväčší fanúšikovia.
Dajte koučovanému tretiu fixku, nech napíše ku každej vlastnosti, čo by mohol urobiť, aby sa zlepšil.
Aké kurzy má absolvovať?
Na čo by sa mal zamerať?
Čo bude robiť, aby dosiahol lepšie výsledky?
Spolu to analyzujte a ak je niečo nemožné, rozbite to na menšie celky, ktoré sú realizovateľné.
Vyberte to, na čo sa pri koučovaní zameriate.
Na zozname môže byť niečo, čo vypustíte a nebudete zatiaľ robiť.

POZITÍVNE MYSLENIE

Vyskúšajte si, ako na tom ste. Malý testík. Výsledok osobne.

Vašou úlohou je za chvíľu (30 sekúnd), rýchlo a pozorne si prečítať štyri príklady. Keď ich všetky prečítate, uveďte si prvú myšlienku, ktorá vás po prečítaní napadla a napíšte ju dole.

$2 \times 6 = 12$ (Mária umývala obytný prives)
 $7 - 3 = 4$ (Deti boli zlé celý deň)
 $9 : 2 = 4$ (Pavel by ju vôbec nevydel)
 $5 + 3 = 8$ (Laura a Pavol si vôbec nesadli)

KONŠTRUKTÍVNE OTÁZKY

Otázky na žiadosť a formulovanie objednávky
Čo môžem dnes pre Vás urobiť?
Čo bude iné, až sa tento rozhovor skončí?
Keď si predstavíte, že už idete zo sedenia a ste s výsledkom spokojný, čo sa najmenšie tu stalo, aby to už k tomu pocitu stačilo?
Aký by bol pre Vás ten najmenší cieľ nášho rozhovoru, s ktorým budete spokojný?
Ako vyzerajú prvé drobné kroky, prvé výsledky, s ktorými budete spokojný ako so znamením, že veci začínajú ísť dobrou cestou?
Čo čakáte, že sa tu dnes bude diať, robiť, preberať?
Podľa čoho spoznáte, že je to vyriešené?
Pozitívne zisťovacie otázky
Ako rozumiete tomu, že ste chceli sem ísť? Čo od toho očakávate?
Čo by sme mohli robiť s Vami iné, než as doteraz pokúšali iní?
Čo je dnes iné, než keď to bolo najhoršie?
Už ste sa s niečim podobným stretol? Ako ste to vtedy vyriešili?
Z čoho vo Vašom živote máte radosť, keď sa tak ohľadnete?
Keď nie je jednoduché zvládnuť prácu tak, aby to vyhovovalo, ako ste to zvládali doteraz, že to nie je ešte horšie?
Čo je okolo Vás také, že Vám to dáva nádej na to, že bude lepšie? Kto Vás v tom podporuje? Čím to robí? Čím ešte?
Aká viera Vám dáva silu? V čo a koho veríte?
Odkiaľ beriete silu? Odkiaľ ešte?
Keby som bola malá muška na strope a pozerala sa na Vás, keď pracujete a darí sa, čo by som videla?
Otázky na dokončenie objednávky a na riešenie
Keď Vás stretnem o dva roky a budete žiarť spokojnosťou a spýtam sa Vás na vysvetlenie, čo poviete?
Na čom poznáte, že sa veci už zmenili?
Kto to ešte pozná a na čom? Čo sa ešte iné zmení, keď budú veci tam, kde majú byť?
Kedy budete mať ten problém vyriešený?
Koľko máme času na to, aby som Vám pomohla?
Do čoho všetkého by sme sa mali pustiť najskôr?
Je Vám milšie razantné riešenie, rýchle, alebo dôkladné, pomalé?

Predstavte si, že viete pozerať do budúcnosti - ako potom príde k riešeniu problému?

Otázky na priebeh koučovania

Je to, čo teraz robíme, to, čo potrebujete?

Čo iné by sme mali spolu robiť, než to, čo doteraz robíme?

Je to, čo hovorím, primerané?

Nezabudol som na niečo z toho, o čom sme hovorili?

Čo by som rozhodne nemal robiť, aby som Vám pomohol, aby to bolo užitočné?

Čo z toho, čo sme spolu urobili, bolo najužitočnejšie? Čo stojí za zapamätanie? Ako sa Vám to poslúchalo?

Nebolo by náhodou lepšie skončiť, alebo sa dohodnúť na niečom úplne inom?

Záchranné otázky, keď sa nič z predchádzajúceho nedarí ...

Kto chcel, aby ste tu bol - ako rozumiete tomu, prečo to chce?

Čím to tu (so mnou) môže byť iné, než všade tam(s inými), kde ste už bol?

Od koho vzišiel nápad, že tu máte byť práve Vy?

Kto Vám povedal, že tu máte byť? Kto to zariadil, že ste tu?

Čo ho podľa Vás priviedlo na myšlienku, že by ste tu mal byť?

Čo si myslí, že je príčinou toho, že ste tu?

Čo by sa musel stať, aby Vás už nenútili so mnou spolupracovať?

Čo by ich presvedčilo, že už sem chodiť nemusíte?

Keby som sa ich spýtal, čo musíte urobiť, aby ich to presvedčilo, čo by to podľa Vás povedali?

Kedy ste sa naposledy správal lepšie?

Čo bolo vtedy iné, ako dnes? Ako ste to robili?

Čo Vám najviac pomohlo začať to robiť?

Čo by povedali, že na Vás vtedy videli iné, keď ste to robil?

Aký prvý krok potrebujete urobiť, aby ste začal znova?

Ako veľmi dôverujete tomu, že dokážete opakovať, čo Vám vtedy pomohlo?

Čo bude vo Vašom živote, čo v ňom dnes nie je? Ako to zmení Váš život potom?

Ako poznáte, že už ste urobil dost?

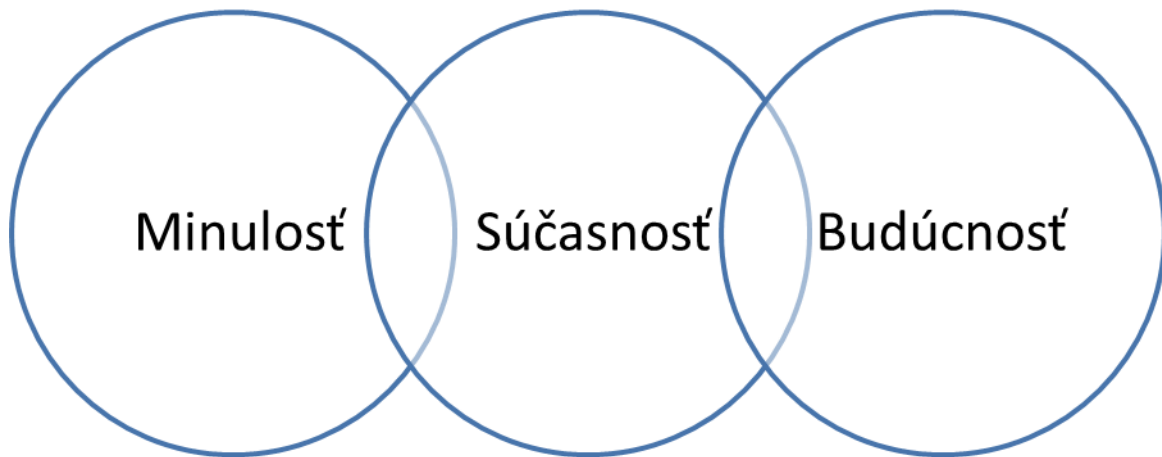
Kto si prvý všimne zmien, ktoré urobíte?

Čo šéf povie, že je s Vami iné?

Ako sa zmenia vzťahy vo Vašom zamestnaní

Čo budete robiť iné, ako robíte dnes?

MINULOSTĚ, SÚČASNOSTĚ, BUDÚCNOŠŤ



HODNOTENIE - REFLEKTOVANIE

Hodnotenie	Reflektovanie
To si zvládol výborne!	Sedí mi, ako si to zvládol ...
Tak je to správne!	Toto riešenie sa mi páči ...
Toto bude bezpečne fungovať!	Tak, ako na to ideš, na mňa pôsobí priaznivo
Tvoje riešenie je dobré!	Páči sa mi Tvoje riešenie ...

Hodnotenie	Reflektovanie

KRITIKA - BUDÚCI CIEĽ

Kritika	Zadanie budúceho cieľa
Si neprofesionálny - zase si prišiel neskoro.	Je pre mňa dôležité, aby si na budúce prišiel určite včas. Čo preto musíš urobiť sám a ako Ti môžem v tom pomôcť.
Urobila si tam 17 chýb, takto to nejde.	Nabudúce sa zameráme na zníženie počtu chýb tak, aby si do mesiaca znížil počet chýb v norme. O koľko si určite schopná znížiť chyby na budúci týždeň ? Ako ?
Zase si nesplnil termín. Za to by si mal letieť.	Je pred nami dôležitá úloha - splniť nabudúce termín. Urobím všetko preto, aby som Ti pomohla ho splniť. Ináč sa mi nepodarí udržať Ťa v tejto pozícii a to by nebolo dobré.

Kritika	Budúci cieľ

AKČNÝ PLÁN

Môj akčný plán z koučovania dňa										
Meno koučovaného								Inšpirácia Myšlienkový podnet k pozitívnej zmene		
A. Akú inšpiráciu (znanosť, skúsenosť, ponaučenie) som získal?										
Od kouča										
Z učebných podkladov, z príručky										
Od kolegov										
Čo ma pri koučovaní napadlo?										
B. Ako túto inšpiráciu zúžitkujem?										
Čo konkrétne urobím - dokedy?										
Čo konkrétne začnem pravidelne robiť?										
Čo konkrétne prestanem robiť?										
Čo nové si osvojím, zavediem do praxe a svojho správania?										
Čo zmením na svojom správaní a na svojich postojoch sám k sebe , k podriadeným, ku kolegom, k nadriadenému?										
Na aké prekážky pritom môžem naraziť a ako ich prekonám?										
C1. Aká silná je moja motivácia k realizácii zmeny? Aká je istota, že zmením a uskutočním to, čo som uviedol v časti B?										
0%	10%	20%	30%	40%	50%	60%	70%	80%	90%	100%
C2. Čo mi bráni dosť sa na hodnotu 100%?										
D. Akú pomoc, podporu, radu či informáciu potrebujem od kouča?										

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

QUEST

Študijný plán	QUEST	Prínos - čo nám študijný cieľ prinesie
Časový údaj	Skúsenosti	
	Otázka - čo Vás zaujíma a na čo sa sústredíme	
Prostriedky, ktoré použijeme	Kritické premenné	
	Cieľ	
	Akcia - poznámky - zoznam toho, čo budem robiť	
<p>Vlastnosti - Qualities - vytrvalosť, precíznosť, schopnosť jasne sa vyjadrovať ...</p> <p>Pochopenie - Understanding - mať informácie a rozumieť niečomu, nie je to isté</p> <p>Odborné znalosti - Expertise - práca s počítačom, umenie vyjednávať, komunikačné schopnosti, technické schopnosti ...</p> <p>Strategické uvažovanie - Strategic Thinking - je schopnosť pozrieť sa na veci z nadhľadu, prestať vnímať jednotlivé stromy a vidieť celý les. Je to schopnosť uvažovať v dlhodobej perspektíve - dlhodobé ciele. Musia byť jasné priority. Je môj pracovný život vyvážený a a v súlade s ostatnými stránkami môjho života ?</p>		

POĎME SI KRESLIŤ

Kreslenie je pri skupinovom koučovaní forma sebaspoznávania a poznania druhých, je to nástroj komunikácie a vzájomného porozumenia.

Všetko, čo robí tím spoločne a s úsmevom, ho stmeluje a zlepšuje naladenie. Kreslenie môžete zaradiť na začiatok stretnutia a tým :

- Získať z kreslenia užitočný výstup
- Naladiť účastníkov na udržať priaznivé naladenie počas celého priebehu stretnutia

Postoj účastníkov ku kresleniu je do istej miery výrazom jeho postoja ku koučovaniu, k práci a k firme.

Kreslenie posilňuje zhodu v zásadných veciach a vyladovanie individuálnych predstáv.

Podporuje rôznosť, individualitu a vzájomné porozumenie.

SKÚSENOSTI

Postup :

- Každý zo skupiny vyjadří k téme, napr. komunikácia na pracovisku svoju skúsenosť
 - Potom sa o tom diskutuje, ostatní pridávajú svoje postrehy
 - Kouč pridá k prezentovanej skúsenosti komentár
- Až potom kouč prezentuje určité znalosti z odbornej literatúry - formou znalostnej stránky
 - Potom sa diskutuje o tom, ako túto znalosť prakticky využiť
- Na začiatku stretnutia dostane každý účastník slovo a má možnosť hovoriť o nejakej novej skúsenosti, ktorú získal

Cieľ tejto práce je dvojaký :

- Aby si ľudia lepšie uvedomili a docenili svoje vlastné dobré skúsenosti a dokázali ich využívať
 - Aby sa dobré skúsenosti v skupine volne zdieľali

Skupinovým koučovaním sa riešia tri problémy :

- Ľudia si neuvedomujú svoje vlastné skúsenosti, zabúdajú na ne a nevezmú si ponaučenie pre prax
 - Len málokto vie prijímať cudziu skúsenosť
- Keď si ľudia uvedomujú svoje skúsenosti a cenia si ich, neuznávajú nič iné a podceňujú skúsenosti iných

Tým, že koučovanie vytvára atmosféru úprimnosti, otvorenosti a vzájomnej spolupráce, búra bariéry, ktoré bránia ľuďom volne zdieľať skúsenosti.

Zásada : Skúsenosti majú predchádzať odborným znalostiam. Skúsenosti sú životné, učebnicové znalosti sú neživotné.

Ak sa majú stať učebnicové znalosti živými musia sa :

- Napojiť na doterajšie skúsenosti
- Overiť znalosti v praxi a tým získať nové skúsenosti, nové zážitky

Poznatky odvodené od vlastného zážitku si dlho pamätáme a ľahko si ich vybavíme. Pri zdieľaní skúseností máme tiež zážitky.

Koučovanie sa tak stáva zážitkovým učením.

PRÁCA SO ZNALOSŤAMI

Minútová učebná stránka

- Dá sa prečítať za minútu.
- Obsahuje jednu ucelenú a ukončenú dielčiu tému.
- Diskutovať o nej sa dá 10 alebo 100 minút.
- Formát A4, A5, MS Word, Power Point, písmo 14.
- Zo stránok môže vniknúť osobná príručka.
- Jednoduchá grafika, musí vyniknúť myšlienka.
- Stránka môže obsahovať: definíciu pojmov, krátky vysvetľujúci text, príklad zo života, pár hlavných zásad a tipov pre praktické využitie.