

Przewodnik po skarbcu coachingowej wiedzy

Najprostsze, a zarazem **najbardziej trafne polskie tłumaczenie anglojęzycznego coachingu to trening rozwoju osobistego**, a w przypadku pracy z grupą - **trening rozwoju zespołowego**. W ostatnich latach coaching stał się niezwykle popularny, jak grzyby po deszczu wyrastają kolejne szkoły specjalizujące się w nauczaniu coachingu, za co drugim rogiem ulicy czai się coach... Czy jednak każde miejsce nauki zawodu i każdy trener rozwoju jest kompetentny w tej dziedzinie? Klient - czy to przyszły coach, czy też osoba chcąca z coachingu skorzystać - inwestuje swoje pieniądze, czas, dobre chęci. Jak może zweryfikować, czy to, co mu się oferuje, mieści się w najlepszych praktykach sztuki coachingu?

Nie daj się zwieść. **W branży "rozwojowej"**, podobnie jak w każdej innej, można się natknąć i na tombak, i na pozłotkę. Jak je odróżnić od prawdziwych skarbów? Do tego potrzeba wiedzy. Nim skorzysta się z usług coacha albo wybierze się miejsce, gdzie będzie się szkolić, dobrze jest uświadomić sobie, że **prawdziwy, rzetelny, skuteczny trening rozwoju prowadzony jest według ściśle określonych reguł**. To właśnie znajomość złotych zasad coachingu oraz umiejętność stosowania najlepszych modeli opracowanych dla tej dziedziny świadczą o wysokiej jakości usług, które może Ci zaproponować coach czy też szkoła przygotowująca do pracy w zawodzie.

Chcesz zajrzeć do skarbcza coachingowej wiedzy? Zatem otwórz książkę i czytaj!

Maciej Bennewicz - menedżer, mentor, coach, socjolog po Uniwersytecie Warszawskim ze specjalizacją z psychologii. Dyrektor programowy Instytutu Kognitywistyki kształcącego zawodowych coachów i mentorów. Autor licznych artykułów oraz uznawanych za kanoniczne poradników na temat coachingu, m.in. Coaching, czyli restauracja osobowości, Coaching, czyli przebudzacz neuronów, Coaching na Wyspach Szczęśliwych, COACHING, KREATYWNOŚĆ, ZABAWA. Narzędzia rozwoju dla pasjonatów i profesjonalistów.

Spis treści

Czym jest coaching? (8)

- Pierwszy krok w coachingu (9)
- Nazwa "coaching" (10)
- Coaching, czyli zmiana (11)

Inne formy wspierające rozwój (16)

- Matryca oddziaływań edukacyjnych (18)
- Swoboda oddziaływań (19)
- Dyrektywność (20)
- Gotowe rozwiązania (21)

- Rozwiązania kreatywne (22)
- Osie matrycy (23)

Coaching, czyli trening (30)

- Coaching a terapia (32)
- Coaching jako proces (38)
- Relacja coachingowa (39)
- Przekonania (40)

Rodzaje coachingu (46)

- Coaching biznesowy (Business coaching) (48)
- Coaching dla głównych menedżerów (Executive coaching) (49)
- Coaching menedżerski (Management coaching) (50)
- Coaching kariery (Career coaching) (51)
- Coachingi branżowe (52)
- Coaching sportowy (Sports coaching) (53)
- Coaching grupowy (Team coaching) (54)
- Rodzaje coachingu zmian życiowych (Life coaching) (62)
- Inne rodzaje coachingu (66)

Coach w procesie coachingu (70)

- Zasoby (71)
- Masz wszystkie zasoby - użyj ich (73)
- Realia (74)
- Skuteczność (75)
- Złam klasyczne zasady (76)
- Tysiąc pytań (77)
- Wpływ (78)
- Odpowiedzialność (79)
- Rozwiązanie istnieje (80)
- Zadbaj o innych (81)
- Działaj teraz (82)

Kiedy korzystać z coachingu? (84)

- Skuteczny trening (85)
- Algorytmy sukcesu lub porażki (87)

Jak wybrać coacha, aby coaching był skuteczny? (92)

- Jak wybrać coacha? (94)
- Superwizja (102)
- Jak zostać coachem? (104)

Coaching - model pracy (110)

- Sesje (111)

- Zadania domowe (116)
- Cele i efekty (118)
- Udziałowcy (121)

Coaching zaczął się od pytań (126)

- Rodzaje pytań (127)
- Pytania whitmore'owskie (132)
- Feedback (137)

Kreatywność (146)

- Inżynier (148)
- Twórca (149)
- Najpierw twórca (150)
- Readaptacja - innowacja (152)
- Zmodyfikowana lista pytań Osborne'a (153)
- Skojarzenia (155)
- Ćwiczenia i techniki (157)
- Planowanie (159)
- Miary - SMART (160)
- Inne miary (163)

Czym coaching nie jest (166)

- Mania efektywności (168)
- Korporacyjne zranienia (169)
- Cud w trzy dni (170)
- Obietnice bez pokrycia (treningu) (171)
- Przekraczanie granic (172)
- Szczęście od zaraz (174)
- Piramida (175)
- Manipulacja (176)

Schemat coachingu (180)

- Cel (182)
- Efekty (183)
- Miary (184)
- Pytania whitmore'owskie (185)
- Plany (186)
- Ćwiczenia (187)
- Zadania domowe (188)
- Feedback (190)
- Ocena rezultatów (192)

Podsumowanie (193)