

## KOUČOVANIE - D1

Čas	Téma
09:00 - 10:00	<b>Čo je koučovanie</b>
Teória	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Ciele koučovania</li><li>▪ Koučovanie</li><li>▪ Ciele - cesta</li><li>▪ Kontrola - pomoc</li><li>▪ Kontrola</li><li>▪ Typy podnetov</li><li>▪ Druhy pomoci</li><li>▪ Spôsoby pomáhania</li><li>▪ Druhy koučingu</li><li>▪ Výhody koučovania</li><li>▪ Výsledky koučovania</li><li>▪ Čo nie je koučovanie</li></ul>
	<b>Cvičenie</b>
Workshop	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Hodnotenie organizácie</li></ul>
<b>10:00 - 10:15</b>	<b>Prestávka</b>
10:15 - 11:00	<b>Osobná výkonnosť</b>
Teória	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Dobrý výkon</li><li>▪ Zmena osobnej výkonnosti</li><li>▪ Osobný rast</li><li>▪ Teória osobnosti</li><li>▪ Potenciál</li><li>▪ Mobilita</li><li>▪ Sústredenie</li><li>▪ Kritické premenné</li><li>▪ STOP</li></ul>
11:00 - 12:00	<b>Cvičenie</b>
Workshop	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Myslíte ako GR</li></ul>
<b>12:00 - 13:00</b>	<b>Prestávka - obed</b>
13:00 - 13:30	<b>Kouč</b>
Teória	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Kouč</li><li>▪ Úlohy kouča</li><li>▪ Vlastnosti kouča</li><li>▪ Roly kouča</li><li>▪ Wu wei</li></ul>

<b>Čas</b>	<b>Téma</b>
13:30 - 14:00	<b>Cvičenia</b>
Workshop	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Sebahodnotenie kouča</li> <li>▪ Hodnotenie kouča</li> </ul>
<b>14:00 - 14:15</b>	<b><i>Prestávka</i></b>
14:15 - 14:45	<b>Kto koho koučuje</b>
Teória	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Modely koučovania</li> <li>▪ Koučovanie seba</li> <li>▪ Životné vzory</li> <li>▪ Koučovanie šéfa</li> <li>▪ Koučovanie kolegu</li> <li>▪ Vzájomné vzťahy</li> <li>▪ Koučovanie tímu</li> </ul>
14:45 - 15:00	<b>Cvičenia</b>
Workshop	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Koučovanie seba</li> <li>▪ Koučovanie šéfa</li> <li>▪ Koučovanie kolegu</li> <li>▪ Vzájomné vzťahy</li> <li>▪ Dôvera</li> <li>▪ Koučovanie tímu</li> </ul>
15:00 - 16:00	<b>Metodiky koučovania</b>
Teória	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Metodiky koučovania</li> <li>▪ GROW</li> <li>▪ Inner Game</li> <li>▪ Tri dialógy</li> <li>▪ QUEST</li> <li>▪ ADAPT</li> </ul>
16:00 - 17:00	<b>Cvičenie</b>
Workshop	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ GROW</li> </ul>