



# JE PRO VÁS KOUČINK IDEÁLNÍ METODOU OSOBNÍHO ROZVOJE?

V jednoduchém kvízu si můžete ověřit, zda je koučink pro vás v současné době ideální metodou osobního rozvoje. Na následující otázky odpovídejte ANO / NE a odpovědi si zapisujte.

**VYHODNOCENÍ: ZA KAŽDOU ODPOVĚĚ ANO SI POČÍTEJTE 1 BOD (ANO = 1 BOD)**

1. Víím, co znamená koučink, chtěl/a bych spolupracovat s koučem a mám představu, jaké přínosy pro mě může koučink v mém životě znamenat?

ANO NE

 

2. JSEM PŘIPRAVEN/A SI STANOVIT SVÉ OSOBNÍ NEBO PRACOVNÍ CÍLE A TVRDĚ PRACOVAT NA JEJICH SPLNĚNÍ ZA PODPORY A VEDENÍ ZKUŠENÉHO KOUČE?

ANO NE

 

3. Jsem ochoten/a přesně dodržovat rozpis stanovených schůzek a postupovat podle plánu, který spolu se svým koučem připravíme?

ANO NE

 

4. JSEM OCHOTEN/A PRACOVAT NA SVÉM ROZVOJI A VIDÍM KOLEM SEBE MNOHO PŘÍLEŽITOSTÍ A MOŽNOSTÍ, JAK POSTUPOVAT?

ANO NE

 

5. Se svým koučem si chci vybudovat vztah založený na vzájemném respektu a důvěře, jsem schopen/a otevřenosti a upřímnosti i v nelehkých situacích?

ANO NE

 

6. JSEM FLEXIBILNÍ, OTEVŘENÝ/Á ZMĚNÁM A NEBOJÍM SE ZKOUŠET V ŽIVOTĚ NOVÉ VĚCI?

ANO NE

 

7. Jsem schopen/a se vzdát svých současných postupů a myšlenek, které nefungují nebo mi dokonce škodí a nahradit je novými?

ANO NE

 

8. VÁŽÍM SI SÁM/A SEBE A CHÁPU, ŽE KOUČINK JE INVESTICE DO MÉHO POTENCIÁLU, KTERÁ MI MŮŽE POMOCI V PRÁCI I OSOBNÍM ŽIVOTĚ K VĚTŠÍ SPOKOJENOSTI?

ANO NE

 

9. Jsem připraven/a na koučink i po finanční stránce, tj. mám zdroje, ze kterých mohu platit potřebný počet sezení?

ANO NE

 

10. ZNÁM A VÍM CO JE MENTORING?

ANO NE

 

11. V minulosti jsem již prošel jsem individuální nebo skupinové vzdělávání (školení/kurz) nějaké formy osobního rozvoje?

ANO NE

 

12. V SOUČASNOSTI JSEM ÚČASTNÍKEM NĚJAKÉHO ROZVOJOVÉHO PROGRAMU NEBO JINAK PRACUJI NA SVÉM OSOBNÍM ROZVOJI?

ANO NE

 

13. Jsem ochoten/a se o své zkušenosti (úspěchy i prohry) podělit s koučem?

ANO NE

 

## 6 A MÉNĚ BODŮ

*Pro koučink v tuto chvíli bohužel nejste ještě úplně zralí. Zkuste zatím jiné formy rozvoje, které vás lépe navedou (např. klasické vzdělávání nebo mentoring), případně se zamyslete, co opravdu od koučinku očekáváte? Zda také jste ochotni investovat svůj čas, energii a peníze do svého osobního rozvoje. Koučink vyžaduje totiž vaši proaktivitu a je vhodný pouze pro lidi, kteří jsou aktivní, samostatní a dokáží se rozhodovat.*

## 7 A VÍCE BODŮ

*JSTE PŘIPRAVENI, TAK NA CO ČEKÁTE? 😊😊*

## 10 A VÍCE BODŮ

*Koučink je v tuto chvíli asi nejlepší formou vašeho dalšího rozvoje! Díky němu můžete při svém osobním rozvoji postupovat skutečně velmi rychle a efektivně.*