

Obsah

Úvod _8

1. OTEVŘENÍ DVEŘÍ K PŘEVZETÍ INICIATIVY _10

- 1.1 Iniciativy mládeže a aktivní účast _12
- 1.2 Mladí lidé jako majitelé klíčů _17
- 1.3 Kdo potřebuje kouče _18

2. KOUČOVO ZRCADLO _19

- 2.1 Jak chápeme koučing _21
- 2.2 Kouč při práci s mládeží v evropském kontextu _21
- 2.3 Poznejte sama sebe jako kouče _23
 - 2.3.1 Ujasněte si svoji motivaci _23
 - 2.3.2 Uvažujte o svém postoji _24
 - 2.3.3 Ujasněte si svoji roli _25
 - 2.3.4 Poznejte své schopnosti a zkušenosti _26
 - 2.3.5 Buďte si vědomi svých mezí i možností _28
- 2.4 Mezi koučingem a autonomií _30

3. KOUČŮV BICYKL _33

- 3.1 Jízda napříč iniciativami mládeže _35
- 3.2 Konstrukce koučova bicyklu _37
- 3.3 Vzhůru do sedla _40
- 3.4 Jízda na bicyklu _41
 - 3.4.1 Motivování _41
 - 3.4.2 Vzájemné poznávání _44
 - 3.4.3 Budování vztahu _47
 - 3.4.4 Zjišťování potřeb a kompetencí _49
 - 3.4.5 Podporování _51
 - 3.4.6 Hodnocení _53
 - 3.4.7 Udržování kontaktu a zpětná vazba _58
- 3.5 Překážky na cestě _61

4. KOUČOVY NÁSTROJE _65

- 4.1 Sebereflexivní test stylů koučingu _67
- 4.2 Metody vizualizace _73
- 4.3 Analýza potřeb skupiny _75
- 4.4 Skupinové chování _78
- 4.5 Mé kompetence ke koučingu _79
- 4.6 SWOT analýza _80
- 4.7 Hodnocení kvalitativních kritérií _82
- 4.8 Dotazník pro hodnocení v průběhu projektu _84
- 4.9 Neúplné věty _86
- 4.10 Nejvíce se mi líbilo / nejméně se mi líbilo _87
- 4.11 Indikátory pro pozorování _89
- 4.12 Dotazník sebeúcty _90
- 4.13 Zaznamenávání osobních úspěchů _91

KOUČING Z JINÉHO POHLEDU _95

NÁZORY MLADÝCH LIDÍ: DOKONALÝ KOUČ JE... _98

ZÁVĚREČNÉ ZAMYŠLENÍ _99

KOUČŮV SLOVNÍČEK _100

DODAVATELÉ SOUČÁSTEK PRO BICYKL _103

VÝROBCI BICYKLU A NAVIGÁTOŘI NA CESTĚ _106

REDAKČNÍ INFORMACE _109