

Výstupní zpráva z koučování

Krátký úvod

Pan Karel učil dříve v jazykové škole, pracoval i v komerční sféře. Od srpna 2009 pracuje na gymnáziu a SOŠ v krajském městě a zastává funkci zástupce ředitele a koordinátora ŠVP. Právě v této době se na škole kompletoval gymnaziální ŠVP a na koordinátorovi bylo propojit jeho jednotlivé části a další části sám dopsat.

Ve školním roce 2009/10 má pan Karel koordinovat práci na dalších dvou ŠVP pro další obory SOŠ.

Cíle

Jedním z jeho cílů na počátku koučování bylo: **rozvrhnout a třídit si práci tak, abych ji stíhal a aby to pro druhé nebylo pozdě.**

Na začátku koučovací práce nad tímto cílem jsme potřebovali zjistit, do jaké míry Karel tyto činnosti zvládá a kam by se chtěl posunout. K tomu jsme použili techniku škálování. (Jako 0 jsme si definovali stav, kdy tyto činnosti Karel nedělá, a tudíž ani nezvládá. Jako 10 jsme považovali stav, kdy Karel všechny tyto činnosti ovládá a zvládá je i termínově. Úkolem Karla bylo popsát, kde na této stupnici právě teď je a kam by se chtěl během naší práce posunout.)

Podle svého úsudku byl Karel na této desetistupňové škále na **stupni 6**, chtěl se posunout na **stupeň 9**. Vycházel z toho, že:

- pod stresem pracuje dobře, nezapomíná,
- na některé úkoly si vzpomene třeba až na poslední chvíli – stres,
- v plánování mu pomáhá elektronický diář, v poslední době Outlook (pomáhá mu třídit myšlenky),
- nejtěžší je zadat si do diáře či Outlooku dobrý čas a datum (aby to nebylo příliš brzké datum – to pak mívá tendenci posouvat dál, popř. aby to už nebylo na poslední chvíli),
- v rámci týdne potřebuje získat čas na administrativní práci pro školu + na své přípravy do hodin.

Průběžně dostal pan Karel (popř. sám zformuloval) tyto úkoly:

- přemýšlet nahlas, třídit si myšlenky a úkoly (zamknout se v kanceláři),
- zaznamenat si to, co ho právě napadlo, jako zprávu do hlasové schránky (fixace důležitých nápadů, podnětů, úkolů).

Jelikož míval Karel v minulém zaměstnání jeden den vyčleněný jako home office a měl s tím dobrou zkušenost, dal si za úkol vytvořit z pátků (kdy neučí) svůj čas „hájený“ právě pro tyto činnosti.

Co můžu udělat, abych mohl svou vizi volných pátků naplňovat?

Mít vůli; zavřít se/zamknout a neotvírat těm, kdo něco potřebují.

Co můžu udělat pro toto „zavření se“?

- říct to řediteli, domluvit se s ním,
- učitelům to říct na poradě, externistům poslat informaci e-mailem,
- vyvěsit informaci na své dveře,
- zamknout,
- motivovat se, mít vůli,
- realizovat to, využít čas.

Po cca 1 měsíci pan Karel shrnul: vedu si seznam úkolů; každý pátek se snažím poslat e-mail s informací, co nás čeká příští týden, nejen kolegům, ale připomínám aktuální úkoly i sám sobě; stal se z toho páteční rituál. „Ale jsem rád, že pátky takto fungují. Člověk si pro sebe musí ten den udělat.“

Pozitiva Karlovy práce

- průběžně si během našich slyšení psal kroky, o nichž jsme mluvili – bude je provádět,
- přemýšlel i o těžkých otázkách, vkládal do rozhovorů spoustu energie; nicméně občas bylo pro něj těžké vzpomenout si na situaci z minulosti, kdy se mu něco konkrétního podařilo,
- přemýšlel strukturovaně a byl schopen soustředit se čistě na své téma, neodbíhat.

Co jsem se o sobě během koučování naučil?

Naučil jsem se, že když vytrvám a budu si stát za svým, dokážu ostatní přesvědčit, aby věci udělali tak, jak chci já. Naučil jsem se být na sebe tvrdý a donutit se i k činnostem, které se mi dříve nedařilo dotáhnout – například zamknout se v kanceláři a věnovat se „svým“ věcem, aniž bych byl neustále vyrušován kolegy.

Za co se chci ocenit, pochválit?

Právě za výše zmíněné. Dnes už mi nedělá problém odmítnout (i třeba mnohem staršího) kolegu či kolegyni, kteří přijdou s nějakým „závažným“ problémem, který musí vyřešit teď a hned, pokud mám něco rozdělaného a potřebuji práci dotáhnout do konce. Jednám slušně, ale důrazně.

V čem byla pro mne spolupráce s koučem přínosem?

Kouč byl pro mě mým „druhým já“, hlasem zvenčí, našeptávačem, který mě přiváděl na cesty, po kterých bych se sám o své vlastní vůli nevydal. Přivedl mě na myšlenky, které jsem byl schopen dále rozvíjet a použít je v praxi. Některé z jeho postupů nyní používám i já jak při výuce, tak při jednání s kolegy (zadávání úkolů).

Březen 2010

Zpracoval: Mgr. Libor Kyncl