

Výstupní zpráva z koučování

Název zprávy

Spěchat se nevyplácí

Krátký úvod

Paní Drahomíra učí na gymnáziu už více než deset let. Kromě vyučování svých předmětů je také koordinátorkou ŠVP. Do této role se dostala víceméně náhodně – její kolegyně, která dříve tuto roli ve škole zastávala, odešla do důchodu. Protože není členkou vedení školy, vnímá svou pozici velmi nejistě. Neví, co všechno může chtít od svých kolegů. Potřebuje také více vědět o rámcovém vzdělávacím programu nejen pro gymnázia, ale i pro základní školu. V současnosti navštěvuje 250 hodinový kurz studia koordinátora ŠVP. O koučování se dověděla z nabídky prostřednictvím e-mailu. Vycítila, že je to šance, kterou může využít k tomu, aby svou novou roli ve škole zvládla.

Její první představa byla, že dostane konkrétní odpovědi na své otázky. Nejdříve byla zaskočena tím, že kouč ji bude provázet na její cestě k cílům, že není poradce. Zvažovala, zda v koučování vůbec pokračovat, když její očekávání byla tak odlišná. Nakonec jsme se domluvili, že možnosti být koučovaná využije a nakonec zhodnotí, zda jí to alespoň v něčem pomohlo.

Cíle

Po prvních setkáních si paní Drahomíra pojmenovala, co by chtěla:

1. budovat dobrou komunikaci s kolegy,
2. vědět více o tvorbě školního vzdělávacího programu,
3. zvládat všechno v pohodě a bez stresu.

Už na prvních setkáních konstatovala, že vidí smysl koučování v tom, že si může v klidu a za pomoci kouče pojmenovat všechny své obavy a hledat cesty, jak je překonávat.

Dosahování cílů

Na začátku každého setkání si paní Drahomíra odkládala starosti a čistila svou mysl, aby se dokázala soustředit na sebe a využít daného času. Nebylo to pro ni jednoduché, protože jak sama říká, je tvor netrpělivý a chce rychle vidět nějaké výsledky. Během celého procesu koučování si však tuto část natolik oblíbila, že se stala nedílnou součástí jakékoliv činnosti, která vyžadovala soustředění a plnou pozornost. V běžném životě často odbíhá od rozdělané práce a pak je ve stresu, protože má spoustu záležitostí rozdělaných, ale žádnou dokončenou.

Cestou ke svým cílům si plánovala různé akce a postupné kroky. Výsledkem byla pracovní schůzka s předsedy předmětových komisí, kterou paní Drahomíra vedla s cílem vyhodnotit dosavadní práci se školním vzdělávacím programem. Na tuto schůzku se připravila krok za krokem. První, co si určila, byl výsledek schůzky (na čem se pozná, že jsem schůzku vedla dobře a kolegové mi rozuměli). Tato zkušenost jí přinesla uklidnění a větší jistotu při plánování dalších setkání.

Ze schůzky si odnášela spoustu dotazů, na které musí zjistit odpovědi, a to už souviselo s druhým cílem. Kromě toho, že pracovala s různými zdroji, internetovými vzdělávacími portály, nebála se zeptat i v rámci svého studia – a zjištěné odpovědi svým kolegům pak

Tento projekt je spolufinancován Evropským sociálním fondem a státním rozpočtem České republiky.



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

přednesla. Postupně paní Drahomíra začala mít pocit, že první dva cíle jsou splnitelné, ale na úkor jejího času, a že vůbec není v pohodě a je pod časovým tlakem. Bylo potřeba se znovu vrátit ke třetímu cíli a ujasnit si, co od jeho splnění očekává. Říkala: „Chci mít čas na rodinu a své koníčky. Už měsíc jsem nebyla cvičit a doma jsem málo, a když, tak pořád něco studuji nebo doháním svou práci do školy.“

První krok bylo rozhodnutí, že o víkendu se bude věnovat sobě a své rodině. Během týdne si vytvoří plán, co je potřeba dokončit, zpracovat. Každý týden si svůj plán vyhodnotí. Po dalších třech týdnech se dostavila první pozitiva. Ne že by plánování každého dne bylo to, co původně chtěla, ale do začátku jí to hodně pomohlo. Dokončila většinu rozdělaných úkolů a dokonce začala pracovat na novém projektu, který už měsíce nosila v hlavě.

Co jste se díky koučování naučila?

„Naučila jsem se nespěchat, přemýšlet o tom, co vůbec je v mých silách, co a jak mohu ovlivnit. Bylo pro mne osvobozující naučit se říkat nevím, ale zjistím to. Jestli nakonec obstojím ve své roli koordinátora, ukáže až čas. Vím, že je to o vysvětlování, porozumění a taky o získávání potřebných informací.“

Komu bych koučování doporučila?

Klientka konstatuje: „Doporučila bych koučování těm, kteří si nevědí rady, ocitli se na rozcestí nebo jen chtějí vyzkoušet něco nového. Kouč je podporou a svým přístupem a trpělivostí pomáhá svému klientovi dosahovat jeho cílů.“

Jana Kazíková, prosinec 2011

Tento projekt je spolufinancován Evropským sociálním fondem a státním rozpočtem České republiky.



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ