

Výstupní zpráva z koučování

Název zprávy

Naprosto nepříjemnou situaci umím obrátit v příjemnou

Krátký úvod

Klientka pracuje na gymnáziu v severních Čechách jako zástupkyně ředitele ve vedení školy. Po přečtení některých případových studií na portálu www.rvp.cz si uvědomila, že by chtěla koučování vyzkoušet. Byla zvědavá a samotné koučování vnímala jako výzvu: opravdu to tak funguje?

Cíle

Své cíle ze sebe klientka vychrlila hned při úvodním setkání. Zdálo se, že má úplně jasno, co chce změnit. Jakmile si ale uvědomila, že při postupování naplňování svých cílů bude sice spolupracovat s koučem, ale nebude měnit jiné lidi, nýbrž sebe, zatajil se jí dech. Svou výzvu být klientkou koučování rozšířila ještě o další rozměr: byla zvědavá, jestli se jí podaří cílů dosáhnout a kolik pro to sama bude muset udělat. A také: nakolik to změní její práci. Cíle, které si pojmenovala:

- **Zbavím se nepříjemného pocitu z hospitací.**
- **Dokážu si lépe naplánovat čas v práci, abych se mohla odpoledne věnovat více dětem.**

Dosahování cílů

Na počátku setkávání s koučem se klientka potýkala se strachem z pohospitačního rozhovoru. Nebyla si jistá v komunikaci se služebně staršími kolegy, nedokázala vyslovit v rozhovoru nepříjemné záležitosti, nevěděla si rady s celým procesem hodnocení práce kolegů ve sboru. Celá situace byla pro ni velmi nepříjemná, uvědomovala si, že si takové rezervy v práci nemůže dovolit.

Prvopočátečním zlomovým okamžikem a prvním krokem pro ni byla skutečnost, že vyslovila nahlas všechny své obavy a dokázala popravdě popsat stav věcí a pocity, které zažívá. To, že může stav změnit k lepšímu, pro ni bylo velmi silnou motivací a šancí. V dalších setkáních zjišťovala, kolik informací vlastně potřebuje získat, a začala objevovat nástroje, které by mohla používat v samotném rozhovoru. Přečetla si odbornou literaturu. Pojmenovávala si v rozhovorech s koučem, čeho se potřebuje zbavit, které její pocity a strachy ji blokují. Ve své práci postupně zkoušela ty nejjednodušší postupy, ověřovala si, že jsou pro ni samotnou vyhovující a bezpečné a zároveň zjistila, že fungují. Začala prožívat své malé radosti, které si uvědomovala po každém jednotlivém úspěchu v práci s kolegy. Až cca v polovině celého procesu dokázala rozšířit své nové, pomalu se rozvíjející postupy i v práci se služebně staršími kolegy, ke kterým cítila velkou úctu, která jí na druhou stranu bránila vést efektivně právě ony pohospitační rozhovory. Začala si uvědomovat, kolik strachů a emocí předtím ještě předtím, než k samotnému rozhovoru dojde. Na druhou stranu už také věděla, že umí víc, než před několika měsíci. Došla k poznání, že pokud to nedokáže právě u této části sboru, bude sama ze sebe zklamaná a nedojde ve výsledku tam, kde chtěla na konci procesu být. S podporou kouče se na jeden takový rozhovor velmi podrobně a pečlivě připravila a vyzkoušela jej pak přímo v práci ve škole. K vlastnímu překvapení zjistila, že to nebylo tak složité, jak se obávala. Svou práci na dosažení cíle zakončila po několika rozhovorech, které sama vnímala jako velmi příjemné a rozvíjející pro obě strany.

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



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Sama k tomu říká: „Nebojím se hospitací, plánuji si je, umím si naplánovat pohovor, odděluji důležité od nepodstatného. Zbavila jsem se strachu z hospitace, získala jsem sebevědomí v komunikaci se staršími kolegy, nemám problém bavit se s nimi o záležitostech ve vzdělávání. Je to pro mě příjemné, už necítím nejistotu. Neodkládám věci, protože jsou mi nepříjemné. Dokázala jsem si najít reálný cíl, uvědomila jsem si, co je a není možné. Mám jasno v hospitacích, nicméně není to hotové. Možná bych to příště ještě více zaměřila na plánování hospitací podle období ve školním roce v návaznosti na výstupy. Plánovala bych celý proces s ředitelem v návaznosti na rozvoj školy.“

V pozici zástupkyně ředitele pracuje klientka třetím rokem. Svou práci vnímá jako užitečnou a baví ji. Když však tuto pozici přijímala, nepočítala s tím, kolik času jí vezme. Ačkoliv ví, že pracuje velmi intenzivně, každý den opouští školu později, než by jí to jako matce dětí bylo příjemné. Má výčitky, že její rodina doplácí na množství času, které věnuje své práci, a ráda by tento stav změnila. Když popisovala, jak vypadá její pracovní den, došla k poznání, že vyhoví okamžitě každému kolegovi, pokud za ní přijde s pracovním problémem, a zvykla si odsouvat svoji práci. To ji dostává do situace, kdy všichni ostatní kolegové odcházejí ze školy, protože mají své hotové, ale ona sama zůstává, protože hotovo nemá. Dlouho zkoumala, jestli má vůbec možnosti tento stav změnit. Zamýšlela se nad tím, jak jinak si má nastavit spolupráci s kolegy, aby mohla být i ona spokojená s využitím pracovního času. V rozhovorech s koučem přišla na to, že pokud to nezmění ona sama, nikdo jiný to neudělá. Uvědomila si, že bude muset svou práci plánovat úplně jinak a také bude muset změnit již nastavený způsob komunikace s kolegy ve sboru. Hledala rezervy a jiné postupy. V době mezi setkáními s koučem ve škole ověřovala, jestli mohou fungovat. V okamžiku, kdy jí začaly fungovat první malinké drobné změny, si uvědomovala, že přestože ji čeká ještě hodně práce, má sílu to změnit. Vědomě hodně zaměřila svou pozornost na efektivnost své práce a více upřednostňovala sebe v čase, kdy potřebovala ke své práci klid a nechtěla být rušena jinými záležitostmi. V plnění cíle se určitě posunula dopředu. Ví, na čem ještě potřebuje dál pracovat a dnes má konkrétnější představu o možné podobě splněného cíle. Vnímá jej v reálnější podobě.

Hodnocení

„Víc vnímám chod školy a práci učitelů ve škole. Víc vidím, jak učitelé dodržují pravidla, na kterých jsme se dohodli. Celkově víc vnímám práci učitelů, prostředí jejich tříd, to, jaké mají ve třídách nastavené klima. Pro mě jako součást vedení školy bylo nejdůležitější, že jsem dokázala soustředit svou pozornost svým třem cílům – do jejich dosažení jsem vložila energii. Neměla jsem roztěkané myšlenky. Dalo mi to systematickosti v práci, a to už během samotné doby, kdy jsem byla klientkou v koučování. Dokud jsem cíl po určitou míru nesplnila, nemohla jsem od něj odejít. Zbavila jsem se strachu z hospitace, získala jsem sebevědomí v komunikaci se staršími kolegy, nemám problém bavit se s nimi o záležitostech ve vzdělávání. Je to pro mě příjemné, už nemám nejistotu. Neodkládám věci, protože jsou mi nepříjemné. Dokázala jsem si najít reálný cíl, uvědomila jsem si, co je a není možné.“

Naučila jsem se zamýšlet nad tím, jestli vůbec moje okolí stojí o moje „dobro“. Zastavit se, uklidnit, odložit myšlenky. Pracuji na sobě dál a dál a jsem klidnější.“

U prvního cíle si je klientka vědoma toho, že má splněno, zároveň ví, že další rozvoj dovedností spojených s hospitacemi je možný. U druhého cíle pochopila, že nedosáhne stoprocentně svých představ – zbavila se ale stresu a výčitek. Umí si víc naplánovat, co

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



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

stihne. Pracuje efektivněji a s větší radostí, i když říká: „Jen tomu trochu pořád nevěřím – je to pro mě celé nové.“

Uvědomění

„Kdybych měla doporučit koučování učitelům, tak proto, aby si věci, které mají nastavené v sobě, dokázali sami uchopit. To je pro každého samotného hrozně těžké. Díky koučování mám zrcadlo, ve kterém se vidím a jde to snáz – bez kouče to jde těžko.“

Marta Břehovská, listopad 2011

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



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ