

Kdy koučink ano a kdy ne

Kdy ano

Koučink můžete využít, když chcete:

- Změnit to, co vám nevyhovuje
- Dosáhnout lepších výsledků
- Dále rozvíjet a zdokonalovat sám sebe
- Dosahovat snadněji svých cílů
- Ušetřit svůj čas
- Vybalancovat lépe svůj život

Kdy ne

- Koučink není vhodnou metodou pro léčbu psychických nemocí. Je určen pouze pro zdravé lidi jako metoda jejich rozvoje, není to terapie.
- Koučink neanalyzuje minulost, ale pracuje se současností a budoucím stavem. Pokud potřebujete řešit problémy z minulosti, obraťte se spíše na psychologa nebo psychoterapeuta.
- Pro trénink dovedností. Trénovat a učit se novým dovednostem či znalostem je lépe v individuálních či skupinových trénincích. Kouč může sice být u vašeho tréninku přítomen, ale pak s vámi pracuje koučovací způsobem, tzn. že vám neukazuje, neříká, jak to máte dělat lépe, ale ptá se vás, jak byste to udělali vy.