**Co je koučink?**

Koučování je proces, který podporuje hledání individuálních řešení a rozvoj člověka v jeho zvolené oblasti. Termín pochází z anglického slovesa *coach* (trénovat, vést).

Je to vysoce efektivní způsob práce s vnitřním potenciálem člověka, pomáhá zlepšovat myšlení a rozvíjí dosud skryté schopnosti. Cílů se dosahuje tím, že se zaměřuje na řešení, a ne na problém. Je to metoda, která prostřednictvím unikátního způsobu kladení otázek vede klienta k nalezení vlastních odpovědí a řešení. Cesta vede k požadovanému cíli co možná nejefektivněji a rychle, s ohledem na specifické potřeby každého klienta. Je to výborný způsob, jak získat a udržet si nově vytvořené návyky. Budete vnitřně silnější, poznáte, že jste schopni udělat důležité rozhodnutí nebo změny.

Kouč není trenér ani poradce. Kouč neradí, nedoporučuje ani nic neschvaluje, je v rovnocenném postavení s klientem. Pomocí vhodných otázek kouč podněcuje v klientovi různé pohledy na věc, pomáhá prohloubit uvědomění (co vlastně chci, co nechci, na čem mi záleží...). Koučovaný si sám přijde na řešení, najde vlastní zdroje, potřebné k realizaci vlastních záměrů a cílů. Zaměření není na chyby, které se staly, ale na příležitosti, které přijdou.

Koučování umožňuje dívat se na problémy jinak, než byl koučovaný dosud zvyklý – tak, že může objevit nové příležitosti a nová řešení problémů. Cílem koučinku je povzbudit Váš potenciál a ukázat Vám, že každý má nárok na skvělý život podle svých představ.

Každý z nás má v sobě spoustu vnitřní energie, kouč Vám pomůže rozpoznat Vaše možnosti a odstranit vnitřní bariéry. Kouč Vám pomůže najít odvahu a na Vaší nové cestě Vás bude doprovázet. Každý z Vás si může splnit své tajné sny.