

Spis treści

Przedmowa – John McFarlane 9

Przedmowa – Magdalena Nowicka Mook 11

Do czytelnika 15

Wprowadzenie 17

CZĘŚĆ I Coaching to coś więcej niż coaching

1. Czym jest coaching? 27

2. Tworzenie kultur wysokiej efektywności 39

CZĘŚĆ II Zasady coachingu

3. Coaching to praktyczne zastosowanie inteligencji emocjonalnej 63

4. Lider jako coach 71

5. Styl coachingowy. Partnerstwo i współpraca 81

6. Świadomość i odpowiedzialność – aktywowanie procesu uczenia się 93

CZĘŚĆ III Praktyka coachingu

7. Mocne pytania – odblokowanie potencjału 107

8. Aktywne słuchanie – uwalnianie potencjału 115

9. Model GROW – struktura coachingu 121

10. Ustalanie celów – określ swoje marzenie 129

11. Rzeczywistość – gdzie się teraz znajdujesz? 145

12. Opcje – jakie masz możliwości? 159

13. Wola – co zrobisz? 169

ETAP 1: Ustalenie odpowiedzialności 170

ETAP 2: Działania następne i feedback 179

14. Coaching ukierunkowany na odnalezienie sensu i celu –
tworzenie odporności 191

CZĘŚĆ IV Różne formy i zastosowania coachingu

15. Formalne indywidualne sesje coachingowe 1 : 1 201

16. Coaching wspierający efektywność zespołu 209

- 17. Coaching w celu uzyskania efektywności zgodnej z systemem *lean* 223
- 18. Coaching w celu poprawy bezpieczeństwa 233

CZĘŚĆ V WYKORZYSTANIE POTENCJAŁU COACHINGU

- 19. Mierzenie korzyści i zwrotu z inwestycji (ROI) w coaching 243
- 20. Jak dokonać zmiany kulturowej 251
- 21. Cechy przywództwa 255
- 22. Drabina prowadząca do mistrzostwa 265
- 23. Coaching zaawansowany 269

Załącznik 1. Słownik terminów coachingowych 279

Załącznik 2. Pytania coachingowe 293

ZESTAW PYTAŃ nr 1: Autocoaching 293

ZESTAW PYTAŃ nr 2: Świadome umowy w miejscu pracy 294

ZESTAW PYTAŃ nr 3: Pytanie o zgodę 295

ZESTAW PYTAŃ nr 4: 10 najważniejszych pytań 295

ZESTAW PYTAŃ nr 5: Strategia GROW 296

ZESTAW PYTAŃ nr 6: Działania następce 300

ZESTAW PYTAŃ nr 7: Etapy feedbacku według strategii GROW 301

Załącznik 3. Propozycje rozwiązań ćwiczenia dziewięciu kropek 305

Bibliografia 307

Indeks 313

Podziękowania 321

O Autorach 325