

МОДУЛ 2. АЛАТКИ ЗА КОУЧИНГ



2. ПОДКАСТ: ВОВЕД ВО ЕФЕКТИВЕН РАЗВОЈ



Ко-финансирано од
Европска Унија





1. ПОДКАСТ: ВОВЕД ВО ЕФЕКТИВЕН РАЗВОЈ

- **Уредник:** Добредојдовте во нашиот подкаст за личен развој! Денес ќе се фокусираме на алатките за коучинг и зошто тие се клучни за нашиот личен и професионален развој. Подгответе се за патување кое ќе ви помогне подобро да разберете зошто коучингот може да биде клучен елемент за постигнување успех.



Мини-предавање

- **Уредник:** Коучингот не е само модерен збор во денешниот свет на бизнис и личен развој. Тоа е исто така моќна алатка која навистина може да ги промени нашите животи. Денес ќе ги отфрлиме сите сомнежи за улогата на тренерот и зошто вреди да одвоите време за да го истражите.

Зошто коучинг?

Прво - Индивидуален пристап! Коучингот нуди единствен и персонализиран пристап кон развојот, приспособен на индивидуалните потреби и цели на секоја личност.



Второ, тоа е поддршка и насока. Коучот помага да се дефинираат целите и да се одредат чекорите неопходни за нивно постигнување, обезбедувајќи поддршка и насока во процесот на развој.

Трето, можно е да се игра улога на огледало. Ова огледало е коучот. Коучот делува како објективен набљудувач кој помага да се идентификуваат нашите силни страни, слабости и области за подобрување.

Четврто - мотивација и креативност. Коучингот стимулира мотивација и креативност, помагајќи ни да ги видиме ситуациите од различни перспективи и да најдеме нови, ефективни начини за дејствување.

****Коучинг алатки:****

1. ****SWOT анализа:**** SWOT анализата (силни страни, слаби страни, можности, закани) помага да се идентификуваат силните страни, слабостите, можностите и заканите, што овозможува ефективно планирање и управување со развојот.

2. ****Модел на GROW:**** Моделот GROW (цел, реалност, опции, волја) е ефективна алатка за обука која ви помага да ги постигнете вашите цели со фокусирање на целта, реалноста, опциите и волјата.

МОДУЛ 2. АЛАТКИ ЗА КОУЧИНГ
2. ПОДКАСТ: ВОВЕД ВО ЕФЕКТИВЕН РАЗВОЈ



Коучот не е само за сисии за разговор. Тоа е сеопфатен процес кој користи различни алатки и техники за да не' поддржи во постигнувањето на нашите цели и максимизирање на нашиот потенцијал. Благодарение на нив, можеме подобро да се разбереме себеси, да поставиме цели и развојни патеки и ефективно да работиме на нивно спроведување.

Ви благодариме што слушавте! Се гледаме во следната епизода.

