

Spis treści

Wstęp do wydania polskiego.....	3
Wstęp	5

Część I

Zaczynamy	7
Po co pytać?	8
Zostań mistrzem zadawania pytań.....	10
Dziesięć najczęstszych błędów związanych z zadawaniem pytań	12
Plan marketingowy w pięciu pytaniach	17
Nawiązywanie ważnych rozmów.....	19
Efektywna sesja próbna.....	21
Formularz profilu klienta	23
Plan sesji coachingowej.....	24
Formularz przygotowawczy sesji	25
Wybór szkoły kształcącej coachów.....	26

Część II

Proces coachingu	27
Modele konwersacji	28
Model GROW.....	29
Lejek coachingowy.....	31
Agenda coachingu	33
Ocena na podstawie koła życia	34
Identyfikowanie problemu	36
Cele SMART.....	38
Pytania sondujące.....	39
Opcje	42
Praktyczne kroki	45
Rozpoznawanie przeszkód.....	47
Przezwyciężanie przeszkód: 7 strategii	48

Część III

Coaching życiowy i odkrywanie przeznaczenia	50
Usposobienie: kim jestem?	51
Pasje: co mnie motywuje?	53
Marzenia i pragnienia	54
Bariery dla marzeń.....	55
Idealne życie.....	56
Wartości	57
Doświadczenie: szkoła życia.....	59
Doświadczenia pomocne w odkrywaniu przeznaczenia: ćwiczenie	60
Powołanie: służenie wyższemu celowi	61

Część IV

Coaching życiowy: lepsze życie już dziś	63
Luka: czego brakuje?	64
Tolerowanie/znoszenie	65
Dbanie o siebie.....	67

Część V

Zaawansowane techniki zadawania pytań.....	69
Wyrażanie uznania	70
Podejmowanie decyzji.....	71
Motywacja i zmiana nawyków	73
Wyzwanie.....	75
Przeramowanie/zmiana perspektywy	79
Refleksja.....	81
Informacja zwrotna i ocena	83

Część VI

Nisze w coachingu	84
Coaching małego biznesu	85
Coaching organizacyjny.....	86
Coaching zawodowy	87
Coaching efektywnej organizacji/zawodowy organizator.....	88
Coaching autorów (coaching książek)	89
Coaching zdrowego stylu życia.....	90
Coaching relacji.....	91
Coaching duszpasterzy i liderów organizacji kościelnych.....	92
Coaching liderów małych grup.....	93
Coaching małżeństw	94
Coaching transformacyjny	95
Coaching międzykulturowy.....	97
Indeks tematyczny	99
Spis treści.....	102