
Spis treści

Wstęp do trzeciego polskiego wydania	13
Wstęp do czwartego wydania	17
Podziękowania	21
Wprowadzenie	23
CZĘŚĆ I	
PODSTAWY COACHINGU KOAKTYWNEGO	29
Rozdział 1. Model coachingu koaktywnego	31
Cztery filary	31
Agenda coachee jako rdzeń modelu	37
Zawieranie sojuszu wzmacniającego coaching	40
Pięć kontekstów	41
Rola coacha w coachingu koaktywnym	44
Podejście koaktywne: szersze zastosowanie Modelu	44
Rozdział 2. Relacja w coachingu koaktywnym	45
Środowisko coachingu	47
Zakres i formy coachingu	53
Rozpoczynanie	54
Homeostaza	58
Neuronauka a coaching	58
To, co najistotniejsze	59
CZĘŚĆ II	
KONTEKSTY KOAKTYWNOŚCI	63
Rozdział 3. Słuchanie	65
Świadomość słuchania i wywierania wpływu	67
Umiejętności coachingowe	77
Ćwiczenia	82
Rozdział 4. Intuicja	86
Inne słowo oznaczające intuicję	87
Wszechświat znany a wszechświat nieznany	89

Czy to jest słuszne?	90
Inteligencja intuicyjna	92
Obserwacja i interpretacja	92
Odnajdywanie własnego miejsca dostępu do intuicji	94
Umiejętności coachingowe	96
Klienci i ich intuicja	99
Ćwiczenia	100
Rozdział 5. Ciekawość	102
Szczególny sposób zadawania pytań	102
Umiejętności coachingowe	110
Siła pozostawania w stanie ciekawości	116
Ćwiczenia	117
Rozdział 6. Pobudzanie i pogłębianie	119
Autentyczność	120
Tworzenie więzi	121
Żywość	122
Odwaga	122
Przejmowanie prowadzenia	123
Odpowiedzialność	124
Świętowanie porażek	125
Odwoływanie się do wewnętrznej siły	127
Umiejętności coachingowe	128
Stosowanie struktur	135
Ćwiczenia	136
Rozdział 7. Zarządzanie sobą	138
Wytracony z kursu	139
Zakazane terytoria	142
Osądzanie siebie a dobre oszacowanie	143
Użyteczne praktyki	144
Opinie i rady	145
Umiejętności coachingowe	148
Ćwiczenia	157
CZĘŚĆ III	
ZASADY KOAKTYWNOŚCI	159
Rozdział 8. Spełnienie	161
Głód spełnienia	162
Spełnienie a wartości	165
Coaching spełnienia	168
Spełnienie a rola coacha	173
Rozdział 9. Balans	175
Z dnia na dzień	176
Okoliczności a możliwości	177

Formuła coachingu balansu.....	178
Znajdowanie równowagi	187
Rozdział 10. Proces	188
Jak wygląda proces	189
Coach i proces.....	189
Coaching procesu	190
Wspinanie się.....	195
Uczucia jako informacje, a nie symptomy.....	195
Proces i odpowiedzialność	199
Być z coachee	200
Nie mogę tam pójść.....	200
Kiedy się zatrzymujesz?.....	201
CZĘŚĆ IV	
INTEGRACJA I WIZJA.....	203
Rozdział 11. Wszystko razem	205
Integrowanie zasad	205
Coach w wielu rolach	209
Zaangażowanie coacha	213
Integracja	216
Rozdział 12. Poszerzanie się świata coachingu	217
Różnorodne relacje z coachee	218
Umiejętności coachingowe dla osób spoza profesji.....	220
Wyobraź sobie świat... ..	221
Glosariusz	223
O autorach	231
Indeks	233