

Eva Králová

Trenčianska univerzita Alexandra Dubčeka v Trenčíne, Slovak Republik

Význam koučovacej pozície kresťanského kouča pre kouča a klienta

Autorka sa cez vymedzenie životného a kresťanského koučingu zameriava na význam koučovacej pozície kresťanského kouča v koučovacom dialógu. Christopher McCluskey chápe kresťanský koučing ako “spôsob ako pomôcť ľuďom objaviť ozdravujúci a rešpektujúci Boží pohľad na svoj život a naučiť sa následne žiť v súlade s ním.” To naznačuje, že kouč sa nachádza v úlohe pomáhajúceho a sprevádzajúceho partnera, ktorý nezasahuje do myšlienok klienta a rešpektuje jeho rozhodnutia. Tak sa stáva svedkom, ako sa klient vydá na cestu, ktorá je v súlade s plánom, ktorý plne rešpektuje fyziologické, psychické, sociálne a spirituálne potreby človeka. Prieskumný cieľ: Zistiť, čo prináša koučovacia pozícia kresťanského kouča v koučovacom rozhovore koučom a čo ich klientom. Vzorka a metodika: Vzorku tvorilo 27 respondentov, 12 kresťanských koučov a 15 klientov. V prieskume bol použitý zámerný výber typických jednotiek. Bol realizovaný anketou prostredníctvom e-mailovej komunikácie. Výsledky: Odpovede kresťanských koučov a klientov boli kategorizované. Koučom aj klientom priniesla táto pozícia uspokojenie ich psychických, sociálnych a spirituálnych potrieb. 12 koučov získalo pokoj a vyrovnanosť; dôveru; dôstojnosť a lásku k druhému človeku, zároveň im priniesla úsporu energie a schopnosť žasnúť. 15 klientom uľahčila rozhodovanie, zmenila vnímanie reality, pomohla uvedomiť si svoje myšlienky a pocity, dala im zodpovednosť a obnovu „ja“ do podoby, akého ma stvoril Boh, ale aj uznanie a radosť. Záver: Pod koučovacou pozíciou kresťanského kouča počas koučovacieho dialógu rozumieme, že nemôže zasahovať do myšlienok klienta a podsúvať mu svoje riešenia, príp. hodnotiť situáciu; vnáša do rozhovoru biblický pohľad, inšpiruje sa ním, nie je úplne neutrálny,

modlí sa za klientov a diskutuje s nimi duchovné otázky. Táto koučovacia pozícia je v súlade s definíciou ICF v zmysle kompetencie, ktorej prídajú hodnotou je kresťanstvo. Koučovacia pozícia kresťanského kouča je dôležitá rovnako pre koučov ako pre klientov.

Kľúčové slová: Kresťanský kouč. Koučovacia pozícia kresťanského kouča. Koučovacie rozhovory. Kresťanský a životný koučing. Silné otázky

Úvod

*Preto vás prosím, aby ste žili dôstojne,
podľa povolania, ktorého sa vám dostalo¹.*

V súčasnosti patrí koučing k novým vyhľadávaným profesiám, ktoré sa rozvíjajú aj na Slovensku. Jeho podstatou je pomôcť ľuďom objaviť v sebe potenciál na riešenie nejakej ťažkosti alebo situácie, resp. vyznať sa vo svojich hodnotách a usporiadať si podľa nich život. Keďže profesionálny koučing a kresťanstvo sa nevyklúčujú, poradenské centrum Family Garden, realizuje od jesene 2014 na Slovensku výcvikový program *Kresťanský kouč*, ktorý umožňuje účastníkom osvojiť si zručnosti, nástroje a techniky potrebné na to, aby sa mohli uplatniť ako životný kouč. Program vychádza z kresťanského ponímania koučingu, v centre ktorého je dialóg dvoch Božích detí v prítomnosti živého Boha a jeho obsah je v súlade so štandardmi International Coach Federation (ICF) a Christian Coaches Network International (CCNI). V súčasnosti pôsobia kresťanskí kouči najmä formou služby v kresťanských spoločenstvách, centrách pre rodinu alebo poradenských centrách.

Základné princípy kresťanského koučingu sú dobre uplatniteľné aj v zdravotníckom prostredí (nemocničnom, ambulantom, hospicoch), či už na pozvanie pacienta k spolupráci alebo ako forma dôstojnej komunikácie medzi zdravotníckymi profesionálmi.

¹ *Sväté písmo*, Efezanom 4:1, Katolícky preklad, Spolok svätého Vojtecha, Trnava 1996, dostupné na internete <https://www.bible.com/sk/versions/163-ssv-svate-pismo-katolicky-preklad>.

Keďže kresťanský koučing je na Slovensku pomerne nová profesia, v úvode upozorňujeme na základný rozdiel medzi rozhovorom s odborníkom, napr. sestrou, terapeutom, lekárom, učiteľom a s koučom. Klient, ktorý hľadá informáciu a odpoveď na konkrétne otázky návštevou odborníka, chce ich odbornú radu. Keď klient hľadá niekoho, kto by mu pomohol objaviť vlastné motívy a stanoviť si ciele, na ktoré sa zameria, následne ho bude sprevádzať pri hľadaní najlepších možností a krokov, pravdepodobne vyhľadá životného kouča. Profesionál, ktorý pomáha klientom kladením tých správnych otázok, ktoré im pomôžu nájsť svoje možnosti a posunúť sa smerom, kde ich chce mať Boh, je kresťanský kouč.

Medzi **základné zručnosti kouča** zaraďujú Z. Karpinská a D. Kmečová² tieto:

1. *Prítomnosť kouča*: Vedomá vnútorná práca kouča so svojimi pocitmi a emóciami a práca na nich vo vzťahu ku klientovi, t. j. jeho schopnosť zachovať si pokoj „počas boja“.
2. *Aktívne počúvanie*: Schopnosť kouča počúvať „za obsah“, na tzv. druhej úrovni štruktúry myslenia, emócií a hodnôt, čo klient hovorí aj nehovorí; ale aj na tzv. tretej úrovni počúvania, kedy vníma klientovu životnú náladu.
3. *Nadviazanie a udržanie vzťahu*: Schopnosť kouča zladit' sa s klientom, nepôsobiť rušivo.
4. *Kladenie silných otázok*, t. j. takých otázok, ktoré spôsobujú u klienta pochopenie, ukazujú možnosť konania a vyzývajú ho k objavovaniu.
5. *Vytvorenie dohody o koučovaní* formou otázok tak, aby si klient zdefinoval pozitívny, uskutočniteľný, motivujúci a merateľný cieľ.
6. *Vytváranie uvedomenia* prácou s klientovými hodnotami.
7. *Vytvorenie plánu, jasných, podrobných krokov a prebranie zodpovednosti* klientom.

² Z. Karpinská, D. Kmečová, *Koučovanie podľa pyramídy*, Business Coaching College, s.r.o., Bratislava 2017, s. 71-91.

Podľa T. G. Crane³ **životný kouč** je odborník, ktorý sprevádza klienta pri:

- *Identifikácií prekážok*, resp. obmedzení svojich vnútorných alebo vonkajších procesov.
- *Nachádzaní lepších* – efektívnejších *stratégií* pre prácu, uvažovanie a správanie.
- *Motivovaní klienta* konať podľa ním zvolených stratégií a cieľa.
- *Sprevádzaní klienta* pri odstránení tých vzorcov, ktoré v súčasnosti nefungujú.

Životný kouč používa metodológiu zameranú na posilnenie osobného rozvoja klienta, ktorá zahŕňa rozhovor a kladenie otázok. Verí, že klient si dokáže nasmerovať svoj život a poznať odpovede na svoje otázky. Kouč je ten

kto sa stará, aby klient vo svojom živote tvoril to, o čom hovorí, že chce vytvoriť a dopriava mu dôstojnosť niest' zodpovednosť za svoj život a robiť vlastné rozhodnutia na základe vlastných hodnôt, schopností, preferencií, vedomostí a skúseností⁴.

G. R. Collins⁵ definuje **životný koučing** ako

umenie a prax uschopňovania jednotlivcov a skupín, aby sa posunuli z miesta, kde sú, na miesto, kde chcú byť.

Podľa K. Larsenovej⁶ tento proces pozitívnej zmeny je o hľadání, po ktorom nasleduje zavedenie zistení do života. Spomínané hľadanie sa týka uvažovania klienta o tom, čo chce, čo pre neho funguje a čo mu vyhovuje, ale aj o tom, čo mu bráni v pokroku;

³ T. G. Crane, *The Heart of Coaching: Using Transformational Coaching to Create a High-Performance Coaching Culture*. PTA Press San Diego California 2nd edition, L. N. Patrick (ed.), 2002, s. 23.

⁴ Z. Karpinská, D. Kmecová, *Koučovanie podľa pyramídy...*, dz. cyt., s. 34.

⁵ G. R. Collins, *Christian Coaching: Helping Others Turn Potential into Reality*. People Helper's International, Inc., 2nd edition, p. 16.

⁶ K. Larsen, *Lessons from a life coach*, "Life Time, Healthy Way of Life", Inc., January to February 2012, dostupné na internete: <https://experiencelife.com/article/lessons-from-a-life-coach/>.

a čo je pre to ochotný urobiť. Zavedenie zistení do života zahŕňa realizáciu tzv. akčných krokov podľa cieľa, ktorý klient chce dosiahnuť. Ak kouč kladie správne otázky v pravý čas a klient je ochotný realizovať svoje kroky na základe svojich zistení a hodnôt, potom môže ním stanovené ciele aj dosiahnuť.

K. Avery⁷ vymedzuje **klúčový postoj svetských životných koučov** takto:

Sme tvorcami vlastnej budúcnosti. Sme scenáristom, režisérom a aj hlavnou postavou našej životnej drámy. Je preto našou zodpovednosťou písať scenár, v ktorom sa všemožne snažíme zavádzať dobré veci a eliminovať tie zlé. Len my môžeme pritiahnúť ľudí a úspech do svojho života – tak, že zámerne objavíme a pocítíme, aká môže byť najlepšia možná verzia nášho života.

Čo teda robí zo životného koučingu kresťanský koučing? Zakladateľ kresťanského koučingu, Christopher McCluskey⁸ verí, že **kresťanský koučing** je viac ako povolanie:

(...) je to spôsob, ako pomôcť ľuďom nájsť Božiu víziu pre ich život a naučiť sa podľa nej žiť.

Keďže v životoch kresťanov je ústredným bodom Boh, aj kresťanský kouč chce a má túto skutočnosť rešpektovať. Ak pomáha kresťanom, ktorí v rôznych ťažkostiach hľadajú odpovede a ktorí chcú svojím životom nasledovať Krista, toto nasledovanie je ústrednou hodnotou, z ktorej vychádza kresťanský koučing. Preto úlohou kresťanského kouča počas kresťanského rozhovoru je pomôcť klientom vydať sa na túto cestu alebo po nej lepšie kráčať. Toto je hlavný rozdiel medzi svetským a kresťanským životným koučingom⁹.

⁷ Noomii.com, the professional coach directory, *Christian Coaching, An Interview with Kim Avery*, Noomii – the web's largest directory of life coaches and business coaches, 2009-2017, dostupné na internete: <https://www.noomii.com/christian-coaching>.

⁸ G. R. Collins, *Christian Coaching: Helping ...* dz. cyt., s. 20.

⁹ M. Kubeš, *Kresťanský kouč. Základy koučingu pre dobrovoľníkov v pomáhajúcich profesiách*. Poradenské centrum pre rodiny Family garden, Bratislava, 2016, s. 2, 8.

K. Avery¹⁰ formuluje **klúčový postoj kresťanských koučov** takto:

Naša budúcnosť je Boží plán pre náš život. Nie je to plán, ktorý si formulujeme a rozvíjame my, ale plán, ktorý objavujeme cez celý rad užitočných cvičení a procesov.

Kresťanský kouč preto dôveruje vedeniu Ducha Svätého v procese rozlišovania. Či už klienti sú alebo nie sú kresťania, kresťanský kouč verí, že Duch Svätý pozná plány, talenty a povolania, ktoré im Boh vložil do srdca. Kresťanský kouč spolupracuje s Duchom Svätým, ale odpovede klientom nedáva. Niekedy sa však môže stať, že pri hľadaní zistí, že osoba, ktorú sprevádza, potrebuje usmernenie, lebo žije v omyle, ktorý nemá podporu v evanjeliu, vtedy kouč vystúpi z roly kouča a poskytne klientovi nový, biblický pohľad na daný problém¹¹.

Z týchto definícií vyplýva, že koučovať je možné len človeka, ktorý je ochotný hľadať možnosti na zmenu jeho životných okolností alebo seba. Zároveň, ak klient hľadá odbornú radu ako má postupovať, vtedy je potrebné vyhľadať odborníka a požiadať o odborné poradenstvo.

Pridaná hodnota kresťanského koučovacieho rozhovoru

A napokon, bratia, rád by som vám položil na srdce ešte toto: Zaujímajte sa o všetko, čo je pravdivé, dobré a správne, zapodieajte sa vecami čistými, milými, chvályhodnými, pestujte cnosti a usilujte sa o dobrú povest'¹².

Koučovací rozhovor sa vo všeobecnosti riadi špecifickými pravidlami, nie je možný bez dôvery (kouč musí rešpektovať etické štandardy International Coach Federation) a žiada si istú

¹⁰ Noomii.com, the professional coach directory, *Christian Coaching* ... dz. cyt.

¹¹ M. Kubeš, *Kresťanský kouč. Základy...* dz. cyt., s. 8-12.

¹² *Sväté písmo*, Filipanom 4, 8-9, Katolícky preklad, Spolok svätého Vojtecha, Trnava 1996, dostupné na internete <https://www.bible.com/sk/versions/163-ssv-svate-pismo-katolicky-preklad>.

zručnosť kouča v počúvaní a kladení otázok. Kouč spolu s klientom hľadá subjektívne najlepšie riešenie danej situácie. Zmyslom takého rozhovoru je, aby si klient uvedomil, čo je pre neho dôležité, aby prijal zodpovednosť za seba a svoje rozhodnutia, a aby si vybral možnosť, ako bude v danej situácii uvažovať či konať. Kouč za neho teda nehľadá riešenia, sústreďí sa na to, ako klient o svojej situácii premýšľa a je mu nápomocný pri nachádzaní aspoň malého kroku, ktorý mu môže pomôcť situáciu posunúť k lepšiemu. Umožňuje klientovi premýšľať za rámec jeho naučeného uvažovania, vytvára pre neho priestor, kam si svoje nápady uloží a s pomocou kouča si ich systematizuje pre seba¹³.

Ch. McCluskey¹⁴ definuje kresťanský koučovací rozhovor – „dialóg“ (so základom „dia“ a „logos“ čo znamená „pretekať“) ako zdvorilý obojsmerný, otvorený tok komunikácie, ktorý udržiava v rovnováhe počúvanie a rozprávanie za účelom učenia sa. Pridaná hodnota kresťanského koučovacieho rozhovoru spočíva v princípe, že Boh chce byť súčasťou života svojho ľudu. Z tohto dôvodu kresťanský kouč počas rozhovoru¹⁵:

- *Pozýva Ducha Svätého, aby bol prítomný v rozhovore a nechá ho rozhovor viesť.*
- *Klientom kladie otázky, ktoré sa priamo týkajú integrácie viery.*
- *Povzbudzuje klientov, aby premýšľali o Božej vôli a o Jeho pláne pre ich život.*
- *Vyzýva klientov, aby sa pozerali na svoj život z biblického hľadiska.*
- *Umožňuje klientom, aby budovali sebauvedomenie a ovplyvňovali zmenu (akčný plán).*
- *Podporuje transformáciu klientov podľa obrazu Ježiša Krista.*

To vedie kresťanského kouča do špecifického postavenia,

¹³Z. Karpinská, D. Kmecová, *Koučovanie podľa pyramídy...*, dz. cyt., s. 73-74.

¹⁴ Ch. McCluskey, *Caring from a Distance: Technology, Coaching, and Life Management*, „Christian Counselling Today 8, nr 1, 2000, s. 20-22.

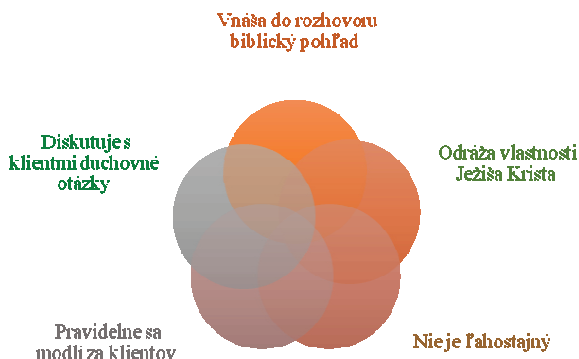
¹⁵ *Coaching for Christian living. What is Christian Life Coaching?* The definition of Christian coaching, 2016, s. 1-2, dostupné na internete: <http://christianlifecoaching.com/christian-life-coaching/>.

v rámci ktorého rešpektuje etické štandardy nielen International Coach Federation (ICF) a Christian Coaches Network International (CCNI), ale dáva mu aj **jedinečné vlastnosti kresťanského kouča**, ktoré znázorňuje obrázok 1¹⁶:

- a) *Vnáša biblický pohľad do rozhovoru* počas sprevádzania klienta do jeho hlbokého vnútra, aby klient mohol preskúmať svoje hodnoty, ciele a vízie. Kouč klientovi pomáha sústrediť sa na vlastné vnútorné sily; objavovať svoje životné ciele a vášne, ktoré sú v súlade s Božím plánom pre neho. Kresťania veria, že Boh je ich Otec, ktorý miluje svoje deti, je ich ochotný sprevádzať a povzbudzovať. Veria, že životné ciele a vnútorné sily pre budúcnosť sú Bohom dané a klienti, ktorí sú praktizujúci kresťania, nachádzajú naplnenie v živote, ktorý je v súlade s Božím plánom. Takže je to Boh, kým sa kresťanský kouč necháva viesť počas koučovacieho rozhovoru.
- b) *Odráža vlastnosti Ježiša Krista*: Kresťanský kouč je oddaný Ježišovi a pozoruje každý aspekt svojho života z Kristovej perspektívy. To vplýva na jeho/jej manželstvo, rodičovstvo, hodnoty, časový manažment, povolanie a aj štýl, ktorý kresťanský kouč vnáša do koučingu. Keďže táto pridaná hodnota vplýva na jeho identitu, to má následne vplyv na všetko, čo kouč robí. Kresťanský kouč, oddaný Ježišovi Kristovi, má moc, ktorá pochádza z toho, že sa necháva viesť Duchom Svätým.
- c) *Je zaangažovaný*, v tom zmysle, že je šťastný, keď sa klienti posúvajú smerom, ktorý je v súlade s biblickým učením a je smutný, keď idú proti tomuto smeru. Je na mieste, ak to kresťanský kouč úprimne prejaví, aj keď rešpektuje slobodné rozhodnutie zo strany klientov.
- d) Počas koučovacieho rozhovoru *sa pravidelne modlí za klientov*.

¹⁶ G. R. Collins, *Christian Coaching: Helping ...* dz. cyt., s. 20-26.

- e) *Neváha s nimi diskutovať duchovné otázky*, najmä ak pracuje s klientmi, ktorí zdieľajú kresťanské hodnoty.



Obrázok 1. Jedinečné vlastnosti kresťanského kouča podľa G.R. Collinsa

Počas kresťanského koučovacieho rozhovoru používajú kresťanskí kouči niektoré techniky, ktoré sú spoločné so svetskými životnými koučmi¹⁷, ale je tam aj niečo navyše. Kresťanské hodnoty prenikajú život kresťanského kouča a prúdia aj do kresťanských rozhovorov, ktoré vedie. Koučovacia pozícia kresťanského kouča spočíva najmä v tom, že kresťanský kouč sa snaží u seba rozvíjať okrem základných **zručností kouča aj zručnosti kouča spojené s nasledovaním Krista**¹⁸:

1. *Vytváranie atmosféry dôvery, úcty a ocenenia* bez prejavov posudzovania a náznaku podráždenia v hlase. Všetko zo seba dáva do úzadia okrem hlbokého záujmu o klienta.
2. *Zotrvanie v otázkach*: Počas dialógu sa snaží byť naplno prítomný a flexibilný.

¹⁷ G. R. Collins, *Christian Coaching: Helping ...* dz. cyt., s. 51.

¹⁸ *Christian Coaching Competencies*. "Christian Coaches Network International and International Coach Federation", 2015-2017, dostupné na internete: <https://christiancoaches.com/wp-content/uploads/2017/10/Competencies-Edited-Final-2017.pdf>.

3. *Povzbudzovanie klientov, aby budovali svoje sebauvedomenie, aby si uvedomovali svoje myšlienky, pocity, to, čo sa deje hlboko v ich vnútri.*
4. *Načúvanie klientom, aby dokázali vyjadriť, čo im hovoria ich srdcia a mysle.*
5. *Kladenie silných otázok, aby klienti dokázali nachádzať svoje kľúčové hodnoty, ktoré Sväté Písmo nazýva „túžbami srdca“.*
6. *Sprevádzanie klientov na základe konceptu, že Boh má plán pre život každé z jeho detí a túži im pomôcť tieto plány žiť. Kresťanský kouč im pomáha, aby dokázali objaviť tento Boží plán a povzbudzuje ich, aby ho dokázali špecifikovať a tvoriť svoju budúcnosť v súlade s ním.*
7. *Pozývanie klientov, aby sa proaktívne posunuli na stupnici smerom k nim stanoveným cieľom, a aby ich aplikovali do svojho života v súlade s biblickým pohľadom¹⁹. To znamená, že kresťanský kouč nepodsúva klientom svoje názory, naopak sústreďí sa na medzeru medzi miestom, kde sa klienti nachádzajú a tým miestom, kde vnímajú, že ich Boh povoláva.*

Silné otázky kresťanského koučovacieho rozhovoru – zdroj nového porozumenia

Keby som mal hodinu na vyriešenie problému a závisel by na ňom môj život, strávil by som prvých 55 minút určením správnej otázky, lebo akonáhle mám správnu otázku, dokážem problém vyriešiť za necelých päť minút.

Albert Einstein

V úvode chceme zdôrazniť, že koučovacie otázky majú iný cieľ ako získavanie informácií. Ich kladením kouč umožňuje klientovi, aby dokázal formulovať svoje názory a postoje. Sú to podnetné otázky, ktoré na strane klienta zastavia vyháňavosť a zložitosť. Kouč ich kladením pozýva klienta, aby objasňoval a objavoval

¹⁹ Coaching for Christian living. *What is Christian Life Coaching?* 2016, s. 1-2, dostupné na internete: <http://christianlifecoaching.com/christian-life-coaching/>.

na novej úrovni. Sú to otvorené otázky, ktoré poskytujú klientovi väčšiu možnosť učiť sa z novej perspektívy. Z. Karpinská a D. Kmecová²⁰ (2017) považujú za **silnú koučovaciu otázku** takú, ktorá je nová aj pre samotného klienta, preto už sformulovanie odpovede mu umožňuje zaujať postoj. Autorky považujú tento druh otázok zároveň za **kontextuálne silný**, lebo ich je možné použiť vo viacerých kategóriách (hľadanie možností, skúmanie reality, zmena perspektívy, zdroje, plán a konanie atď.).

Kouč kladie otázky tak, aby:

- nimi usmernil klientovu pozornosť na hlbšie preskúmanie svojej reality;
- si klient všímal veci a detaily, ktoré si predtým nevšímal;
- prehlbovali klientove uvedomenie aj tým, že skúma ďalšie úrovne témy, ktorou sa klient zaoberá, t. j. zameriava pozornosť na širšie pole možností.

Podľa Christian Coaching Competencies²¹ kresťanský kouč kladie klientovi počas koučovacieho rozhovoru otvorené otázky, ktoré:

- odrážajú aktívne načúvanie a porozumenie klientovi z jeho perspektívy;
- povzbudzujú klienta k objavovaniu vlastných kľúčových hodnôt v súlade s biblickým hľadiskom;
- povzbudzujú klienta k angažovanosti a konaniu na základe ním objaveného Božieho plánu;
- vytvárajú zrozumiteľnosť, možnosti, alebo učenie sa po novom;
- podporujú klientovu transformáciu podľa obrazu Ježiša Krista a posúvajú ho smerom vpred, ísť za tým, po čom túži.

Silné otázky kresťanského koučovacieho rozhovoru sú inšpirované osobou Ježiša Krista, ktorý ovládal umenie cieľavedome

²⁰ Z. Karpinská, D. Kmecová, *Koučovanie podľa pyramídy ...*, dz. cyt., s. 87-91.

²¹ *Christian Coaching Competencies*, 2015-2017, "Christian Coaches Network International and International Coach Federation", dz. cyt., s. 6.

sa prihovárať ľuďom a klásť im otázky tak, aby u nich vyvolali nový pohľad na veci a preniknutie do podstaty ich situácie. Takto kladené otázky sa stávajú pre klientov zdrojom nového porozumenia, pomáhajú im preniknúť hlboko do svojho vnútra a objaviť tam nový obzor.

Počas kresťanského koučovacieho rozhovoru je možné použiť ako pomôcku *Štyri kvadranty kresťanského koučingu* (obrázok 2) podľa modelu, ktorý vytvoril G. R. Collins²². Silné otázky kresťanského koučovacieho rozhovoru pomáhajú klientom získať nový biblický pohľad na svoj „problém“, situáciu, na veci a preniknúť do ich podstaty.



Obrázok 2. Štyri kvadranty kresťanského koučingu podľa G. R. Collinsa
 Legenda: Každý kvadrant predstavuje 1 otázku, ktorá vedie k ďalším špecifickým otázkam.

Autorka príspevku sa jeho modelom inšpirovala a sformulovala niekoľko koučovacích otázok, ktoré rozdelila do 4 kvadrantov

²² G. R. Collins, *Christian Coaching: Helping ...* dz. cyt., s. 115-130.

kresťanského koučingu. Je ich možné použiť aj v inom kontexte.

1. Vytváranie uvedomenia: Otázky z tohto kvadrantu pomáhajú klientom prediskutovať svoju súčasnú situáciu alebo ťažkosť s kresťanským koučom:

- *Ako táto situácia súvisí s tým kam vás v živote pozýva Pán Boh?*
- *Ako vnímate svoju situáciu, keď si uvedomíte Božiu prítomnosť vo vašom živote?*

2. Vízia: Otázky z tohto kvadrantu pomáhajú klientom vizualizovať, čo si prajú, t. j. ako bude ich situácia vyzeráť po zmene. To zvyšuje ich motiváciu k zmene.

- *Aké máte možnosti priblížiť sa k Bohu?*
- *K čomu cítite, že vás v tejto situácii pozýva Boh?*
- *Ak by ste zmenili len jednu vec, ktorá by dala váš život viac do súladu s Božím plánom, ktorá vec by to bola?*
- *Čo by teraz Pán Boh (Ježiš) povedal, že najviac potrebujete vo svojom živote?*

3. Prekážky: Otázky z tohto kvadrantu pomáhajú klientom pripraviť sa na to, čo by im mohlo byť prekážkou pri realizácii akčných krokov.

- *Čo môže ohroziť váš plán? Čo vám v takých situáciách pomáha?*
- *Ako môžete minimalizovať zlyhanie už teraz?*

4. Stratégia a akcia:

Stratégia: Otázky z tohto kvadrantu pomáhajú klientom vytvoriť stratégiu k akcii z vízie.

- *Aké možnosti vám poskytuje Boží pohľad na túto situáciu?*
- *Ako sa tieto možnosti zhodujú s perspektívou večnosti?*
- *Ako to (táto možnosť) mení veci/vašu situáciu z perspektívy večnosti?*

Akcia: Tvorba akčných krokov. Z tohto miesta môže kouč ukázať klientovi poznámky s možnosťami z ideálnej vízie, aby mal z čoho vyberať, príp. ich zrekapitulovať ústne.

- Ktorý krok sa najlepšie zhoduje s tým, čo vám hovorí Boh?
- Aké kroky sú najbližšie k biblickým princípom, ktoré spomínate?
- Ktorý krok je najviac v zhode s tým, čo Pán Boh už robí vo vašom živote?
- Ktorý krok je najviac v jednote s tým, čo vám hovorí Pán Boh?

Ciele štúdie

Hlavným cieľom štúdie bolo zistiť, čo prináša koučovacia pozícia kresťanského kouča v koučovacom rozhovore koučom a čo prináša táto pozícia klientom.

Čiastkové ciele boli:

C1 Zistiť, čo získava, resp. zažíva kresťanský kouč v koučovacej pozícii počas rozhovoru.

C2 Zistiť, čo prináša klientovi koučovacia pozícia kresťanského kouča počas koučovacieho rozhovoru.

Vzorka a metódika

Vzorku štúdie tvorilo 27 respondentov (12 kresťanských koučov a 15 klientov), ktorým sme zaslali dve prieskumné otázky prostredníctvom e-mailu. **Kresťanskí kouči** sú vo veku od 35 do 65 rokov, väčšina z nich má prax v koučovaní od roka po rok a pol, dvaja sú začínajúci kouči a jeden má prax viac ako 20 rokov. Traja kouči sú zasvätené osoby (1 katolícky kňaz a 2 rádové sestry); 9 koučov žije v sviatostnom manželstve (5 žien a 4 muži). **Klienti** sú vo veku od 25 do 70 rokov (8 klientov vo veku 40-49 rokov), 10 sú praktizujúci katolíci a 5 nepraktizujúci kresťania. Keďže výber vzorky pre kvalitatívne účely si vyžaduje dôkladnú charakteristiku, uvádzame ju v prílohách transkriptov odpovedí koučov a klientov na prieskumné otázky. V kvalitatívnom prieskume sme použili **zámerný výber typických jednotiek**. Tento druh prieskumu je charakteristický pri exploračných prieskumoch, ktoré nie sú riadené vstupnou hypotézou²³.

²³ G. Guest, K. M. Macqueen, E. E. Namey, *Applied thematic analysis*. SAGE Thousand Oaks, California, 2012.

Prieskum sme realizovali v priebehu troch mesiacov december 2017 až február 2018.

Ako metódu sme zvolili **anketu prostredníctvom e-mailovej komunikácie** a jej výstupom je komunikát, ktorý plní verbálnu funkciu. Tridsiatim koučom sme mailom zaslali prvú prieskumnú otázku: *Čo ste získali, resp. zažili ako kouč v špecifickej pozícii počas koučovacieho rozhovoru?* Po doručení odpovedí od dvanástich koučov autorka kategorizovala všetky komunikáty. Pätnásť klientov odpovedalo na druhú prieskumnú otázku: *Čo ste získali, resp. zažili vďaka špecifickému postaveniu kresťanského kouča počas koučovacieho rozhovoru?* Klientom bol vysvetlený termín „koučovacia pozícia kresťanského kouča“. Ich odpovede boli následne kategorizované.

Validita prieskumu bola zabezpečená priamym kontaktom s realitou použitím autentických výrokov koučov a klientov. **Kredibilitu** prieskumu podporuje možnosť kontrolovať postup autorky a dátový materiál, ktorý je spracovaný vo forme prepisu mailovej komunikácie do transriptov (Príloha A; Príloha B) a následne kategorizovaný. Pojmy, ktoré prináležali rovnakému javu, sme zoskupovali a kategorizovali. Prepis mailovej komunikácie nám umožnil vizualizovať dáta a nájsť opakujúce sa javy.

Autori, ktorí sa prikláňajú k takémuto spôsobu objektivizovaného spoznávania sveta, inklinujú k priamemu kontaktu so sociálnym svetom, napr. prostredníctvom e-mailovej komunikácie, kde zohráva dôležitú úlohu ten, kto podáva informácie. S tým súvisí rešpektovanie rôznych foriem sociálneho života, jednotlivcov pri ich utváraní, ale aj uznanie úlohy významov v sociálnom konaní²⁴.

Výsledky

Výsledky kvalitatívneho prieskumu sme rozdelili na dve časti. Sumarizujeme ich podľa dvoch nami stanovených otázok:

1. *Čo získa kresťanský kouč v koučovacej pozícii počas koučovacieho rozhovoru?*

²⁴ Z. Kusá, *Kvalitatívna analýza údajov*, FFUK, Fratislava, 1992.

Kategorizáciu odpovedí 12 koučov zobrazuje tabuľka 1. K prvej prieskumnej otázke sme získali 7 kategórií s 30 subkategóriami. Výsledky naznačujú, že koučovacia pozícia kresťanského kouča počas koučovacieho rozhovoru priniesla koučom vnútorné stíšenie; dôveru; svetlo; lásku k druhému; schopnosť žasnúť a zdroj energie. Transkripcia výpovedí koučov na prieskumnú otázku sa nachádza v Prílohe 1 na konci článku.

Tabuľka 1. Prínos koučovacej pozície kresťanského kouča pre samotných koučov²⁵

KATEGÓRIE	SUBKATEGÓRIE
1 Vnútorné stíšenie - absencia vnútorného napätia alebo strachu	Vnútorné ticho.
	Stíšenie v Božej prítomnosti.
	Trpezlivosť s rastom iných.
	Prenechať vedenie rozhovoru Bohu.
	Odstup od seba.
	Schopnosť načúvať.
	Pokoj z úzadia.
	Sloboda z neradenia.
	Rozvaha.
2 Svetlo - lepšie vidím veci	Vnímavosť na nové impulzy.
	Stretnutie s pravdou.
	Božie svetlo v tme.
	Byť v procese aj nad ním.
	Byť kompas pre klientove vnútro.

²⁵ E. Králová, *The Benefits of Standing in the Shadow of my Neighbour: Experience of a Christian Coach*. "University Review", 2017, vol. 11, nr 4, s. 37, dostupné na internete: http://ur.tnuni.sk/fileadmin/dokumenty/UR_V11_ISS-4_33to40.pdf.

KATEGÓRIE	SUBKATEGÓRIE
3 Dôstojnosť - väčší zmysel a rešpekt	Dôstojná komunikácia.
	Sloboda.
	Rešpekt.
	Úcta k druhému.
	Schopnosť rešpektovať odlišnosť druhého.
4 Dôvera - väčšia istota a pocit bezpečia	Posilnenie vôle nedávať radu.
	Dobrodružstvo vlastnej bezradnosti.
	Nové „ja“ po zážitku z počúvania a neradenia.
	Byť nástrojom procesu zmeny.
5 Láska k druhému	Darovanie sa druhému.
	Spolupráca na Božom diele lásky.
	Tréning vzťahov.
6 Schopnosť žasnúť	Vďačnosť
	Žasnutie z rastu.
7 Zdroj energie	Radosť.
	Oddych – šetrenie energie.

2. Čo získa, resp. zažíva klient vďaka koučovacej pozícii kresťanského kouča počas koučovacieho rozhovoru?

Kategorizáciu odpovedí 15 klientov zobrazuje tabuľka 2. K druhej prieskumnej otázke sme získali 7 kategórií s 37 subkategóriami. Výsledky naznačujú, že koučovacia pozícia kouča počas koučovacieho rozhovoru priniesla klientom zmenu perspektívy; schopnosť rozhodnúť sa; sebauvedomenie; zodpovednosť; obnovu „ja“ v súlade s tým, ako ma stvoril Pán Boh; uznanie; a radosť. Transkripcia výpovedí koučov na túto otázku sa nachádza v Prílohe 2.

Tabuľka 2. Čo zažíva klient vďaka koučovacej pozícii kresťanského kouča

KATEGÓRIE	SUBKATEGÓRIE
1 Zmena perspektívy -schopnosť uvidieť realitu inak	Pohľad na moje zmýšľanie z inej perspektívy.
	Vnímanie situácie inak.
	Schopnosť pomenovať všeobecné veci konkrétne.
	Iný pohľad na svet (z čierneho-bieleho na farebný).
	Pohľad na svoj problém z iného uhla.
	Prekvapivý pohľad na môj problém.
	Nový pohľad na veci.
	Zmena uvažovania.
2 Schopnosť rozhodnúť sa	Nachádzanie iných vecí ako bežne.
	Ľahšie rozhodovanie.
	Schopnosť nájsť riešenie samostatne.
	Schopnosť hľadať odpovede ako to cítim ja.
	Náhľad na možnosti.
	Nachádzanie odpovede na môj problém.
	Potenciál hľadať pozitívne riešenie.
Cesta na vyriešenie problému.	
3 Sebauvedomenie - uvedomenie si svojich myšlienok, pocitov, toho, čo sa deje v mojom vnútri	Schopnosť pomenovať všeobecné veci konkrétne.
	Dôvera v seba.
	Vedomie svojej hodnoty.
	Uvedomenie si svojich vnútorných pocitov.
	Uvedomenie si seba.
Zatiahnutie „na hĺbinu“.	
Znovuvedomenie si seba.	

KATEGÓRIE	SUBKATEGÓRIE
4 Zodpovednosť	Vedomie, že riadim svoj život.
	Schopnosť prevziať zodpovednosť.
	Uistenie, že zodpovedám za svoj život.
	Skúška dôvery v seba a v druhého.
	Aktívny prístup k riešeniu problému.
5 Obnova starého Ja na nové Ja - smerom ako ma stvoril Pán Boh	Istota, že prekonám veci.
	Pocit dôležitosti a dôvery.
	Pocit slobody.
6 Uznanie - ocenenie práce či výsledkov	Kladné ohodnotenie mojej práce.
	Pozoruhodné výsledky.
	Prekvapenie zo seba.
7 Radosť	Radosť zo života.
	Radosť zo zodpovednosti.
	Dobrý pocit, že sa za mňa modlíš.

Diskusia a záver

Modlitba pred kresťanským koučovacím rozhovorom:

Pane, ako obdivuhodne nás vedieš. Nauč nás v tomto rozhovore, ako u seba môžeme rozvíjať zručnosť načúvať a klásť druhým správne otázky.

Pomôž nám posunúť sa z nášho pohodlia tam, kde budeme k dispozícii iným.

Pomôž nám rozlíšiť, kedy sa môžeme zlepšovať, daj nám ochotu učiť sa a schopnosť rásť. Vzdávame Ti česť a chválu za to, že cez tieto zručnosti môžeme slúžiť Tebe a druhým.

V mene Otca i Syna, i Duchu Svätého. Amen²⁶.

Koučovanie je citlivá práca, ktorá sa namiesto presného postupu riadi svojimi vnútornými princípmi a kladie určité požiadavky aj

²⁶ C. Hall, L. Miller, Coaching for Christian Leaders: A Practical Guide. Chalice Press, 2007, s. 37-38.

na rozvíjanie špecifických zručností kouča. Koučovi teda nestačí, aby sa naučil správny postup rozhovoru a ovládal naspamäť typické koučovacie otázky. V koučovacej pozícii počas koučovacieho rozhovoru je partnerom, nie expertom klienta, ktorého sprevádza, podporuje a povzbudzuje koučovacími technikami. Tento postoj sa odzrkadľuje v každom koučovom geste, používaní tónu hlasu, intonácie, až po vzdialenosť medzi koučom a klientom. Podstatou je, že všetky nápady vychádzajú z klienta, avšak počas rozhovoru si uvedomuje veci z novej perspektívy, má predstavu o výsledku, rastie jeho potenciál, čo mu dáva odhodlanosť. Z. Karpinská a D. Kmecová²⁷ považujú za základnú zručnosť prítomnosť kouča, ktorý sa aktívne sústreďuje na klienta ako na celok, ale aj na detaily. Ide o pozornosť, ktorá zachytí, čo sa deje v klientovi, v jeho myšlienkových procesoch a v koučovacom procese. Pridaná hodnota kresťanského kouča v koučovacej pozícii je, že vnáša do rozhovoru biblický pohľad; odráža vlastnosti Ježiša Krista; nie je úplne neutrálny (teší ho, keď sa klient posúva vpred v súlade s biblickým učením); modlí sa za klientov a diskutuje s nimi duchovné otázky. Aby to kouč dokázal, musí sa vymaniť z vlastných myšlienok a načúvať klientovi na úrovni štruktúry myslenia, emócií a hodnôt²⁸.

Hlavným cieľom štúdie, ktorý sme rozdelili na dva čiastkové ciele, bolo zistiť, čo prináša špecifická pozícia kouča v koučovacom rozhovore koučom a čo vďaka nej získajú klienti.

Prvý čiastkový cieľ zisťoval, **čo získava, resp. zažíva kresťanský kouč v koučovacej pozícii** počas koučovacieho rozhovoru. Výsledky prieskumu (príloha A, tabuľka 3) naznačujú, že prvým benefitom pre 9 z 12 koučov je **vnútorné stíšenie**, z ktorého čerpajú pokoj, nechávajú sa viesť počas rozhovoru Bohom, umožňuje im načúvať klientom trpezlivo, s odstupom a rozvahou. Druhým benefitom je pre 5 koučov **svetlo**, akási istota o prítomnosti

²⁷ Z. Karpinská, D. Kmecová, *Koučovanie podľa pyramídy ...*, dz. cyt., s. 78.

²⁸ G. R. Collins, *Christian Coaching: Helping ...* dz. cyt., s. 20-26.

Ježiša v rozhovore, ktorá dáva koučovi väčšiu vnímavosť na nové impulzy a predstavuje pre neho stretnutie s pravdou. Tretí benefit je pre ďalších 5 koučov **dôstojnosť**, t. j. rešpekt, sloboda a úcta vo vzťahu k človeku. Štvrtý benefit z tejto pozície je pre 4 koučov **dôvera** v seba ako nástroja procesu zmeny, aj keď neradia. Piaty benefit je pre 3 koučov **láska k blížnemu**, ktorá ich uschopňuje darovať sa druhému človeku, trénovať vzťahy a spolupracovať na Božom diele lásky. Šiesty benefit je pre 2 koučov **schopnosť žasnúť** z rastu iného a vďačnosť. Poslední dvaja kouči považujú za cennú skúsenosť z tejto pozície **šetrenie energiou** a pocit.

V súčasnej odbornej literatúre nie je dostatok vedeckých dôkazov k téme nášho príspevku. Nenašli sme žiadnu štúdiu, ktorá by sumarizovala, čo získavajú, resp. zažívajú kouči v špecifickej pozícii počas kresťanského koučovacieho rozhovoru. Naše zistenia preto diskutujeme s autormi, ktorí sa zaoberali príbuznou témou z perspektívy kresťanského kouča alebo experta z oblasti klinickej psychológie a terapie. Z dostupnej zahraničnej literatúry naše zistenia najviac rezonujú s výskumom P. Duncana²⁹, ktorý skúmal, ako viera v Boha ovplyvňuje koučovaciu prax piatich kresťanských koučov vo veku od 47 do 68 rokov. Všetci praktizovali kresťanskú vieru najmenej 14 rokov a mali bohaté skúsenosti ako kouči. V Duncanovom prieskume dominovala téma **identity**, ktorá v subkategórii *Kouč ako napodobňovateľ – učeník Boha*, dáva koučovi vieru, že Boh je prítomný v kresťanskom koučovacom rozhovore. Táto téma je v súlade s druhým prínosom špecifickej pozície pre koučov v našom prieskume, **svetlo** – ktoré kouči vnímajú ako prítomnosť Boha v rozhovore. Druhou témou bol u Duncana **kresťanský pohľad na svet**, ktorá v subkategórii *Boží plán pre život človeka* rezonuje s tretím prínosom nášho prieskumu, **dôstojnosť**

²⁹ P. Duncan, *Examining how the Beliefs of Christian Coaches impact their Coaching Practice*. "International Journal of Evidence Based Coaching and Mentoring", Oxford Brookes University UK, June 2012, Special issue No 6, s. 30-4, dostupné na internete: <https://radar.brookes.ac.uk/radar/items/93466356-d94b-43c6-a10f-4b32f-7cd6b64/1/>.

a rešpekt k človeku. V ďalšej subkategórii *Boh pracuje v koučingu* rezonuje autorova druhá téma s prvým benefitom nášho prieskumu **vnútorné stíšenie** v tom zmysle, že kouč čerpá pokoj z viery v Boha, ktorý zakorenil do človeka schopnosť meniť sa a rásť. Autorova tretia téma **zdroje koučingu** je v súlade s piatym benefitom z nášho prieskumu, **láska k blížnemu**, najmä v subkategórii *Cesta osobnej viery ako zdroj*, ktorá vedie kouča napr. k súcitu k chybám iných. Piata kategória **láska k blížnemu** z nášho prieskumu je aj v súlade s G. R. Collinsom³⁰, ktorú vyjadruje kouč modlitbou za klienta počas aj mimo rozhovoru. V subkategórii *Úloha modlitby* tretia téma autora P. Duncana³¹ rezonuje so šiestou kategóriou nášho prieskumu **schopnosťou kouča žasnúť** nad rastom klienta. Podobné zistenia prináša prieskum M. Bakera a M. Wanga³² realizovaný na veriacich klinických psychológoch. Autori odkryli tri témy, z ktorých dve sa zhodujú s dvomi z našich kategórií: Prvá z nich, *Viera, že Boh koná*, je v súlade s druhou kategóriou nášho prieskumu **svetlo** v tom zmysle, že Bohu záleží na procese zmeny každého človeka. Tretia téma, *Výzva zjednotiť svoju expertízu k kresťanskou identitou*, sa dotýka každej kategórie nášho prieskumu. Dve kategórie nášho prieskumu **dôstojnosť** a **láska** k druhému rezonujú s myšlienkou autorov T. D. Carlsona, M. J. Ericksona a A. Seewald-Marquardtovej³³, že náš profesijný a duchovný život sa nerozlučne spájajú v našej službe a pri práci s ostatnými ľuďmi v duchu *vzájomnosti, súcitu, lásky a príbuznosti*.

Výsledky nášho prieskumu o prínose koučovacej pozície pre kresťanských koučov, v diskusii so zahraničnými autormi

³⁰ G. R. Collins, *Christian Coaching: Helping ...* dz. cyt., s. 149-150.

³¹ P. Duncan, *Examining how the Beliefs ...*, dz. cyt., s. 36.

³² M. Baker, M. Wang, *Examining connections between values and practice in religiously committed U.K. clinical psychologists*. "Journal of Psychology and Theology", 2004, no. 32 (2), SAGE Biola University's Rosemead School of Psychology, s. 233.

³³ T. D. Carlson, M. J. Erickson, A. Seewald-Marquardt, *The Spiritualities of Therapists Lives: Using Therapists Spiritual Beliefs as a Resource for Relational Ethics*, "Journal of Family Psychotherapy", 2002, 13 (3/4), s. 224.

naznačujú, že jej benefity nie sú kultúrne podmienené. Zdá sa, že ide o univerzálny fenomén, približovanie sa človeka k človeku. Tento pohľad na človeka má kresťanský pôvod. Zároveň cestou Cirkvi je človek, ktorý sa približuje ku každému človeku, k ľudstvu³⁴.

Druhý čiastkový cieľ zisťoval, čo prináša klientovi koučovacia pozícia kresťanského kouča počas koučovacieho rozhovoru. Výsledky prieskumu (príloha B, tabuľka 4) naznačujú, že 9 z 15 klientov považuje za najvýznamnejšiu skúsenosť z kresťanského koučovacieho rozhovoru **zmenu perspektívy**, ktorá im umožňuje vidieť realitu inak, uschopňuje ich konkrétne pomenovať všeobecné; meniť svoje uvažovania a nachádzať iné veci ako bežne. 8 klientov nadobudlo **schopnosť rozhodnúť sa** ľahšie a samostatne nachádzať odpovede a riešenia na svoje ťažkosti. Tretím prínosom pre 6 klientov je **sebauvedomovanie**, kedy ponorením sa do hĺbky zažívajú dôveru v seba, uvedomujú si svoju hodnotu a vnútorné pocity. Štvrtým prínosom pre 5 klientov je **zodpovednosť**, vďaka ktorej si uvedomujú, že riadia svoj život a majú zaň zodpovednosť, učia sa dôverovať sebe a druhým a aktívne pristupovať k riešeniu problému. Piatym prínosom je pre 3 klientov **obnova starého Ja** smerom ako ma stvoril Boh. Klienti získali istotu, že dokážu prekonať veci, zažili pocit dôležitosti, dôvery a slobody. Predposlednou skúsenosťou pre 3 klientov je **uznanie** ich práce, čo ich pozitívne prekvapilo. Posledným prínosom je pre 3 klientov **radosť** zo života a zodpovednosti, ako aj dobrý pocit, že sa za nich kouč modlí.

V odbornej a vedeckej literatúre sme opäť nenašli štúdiu, ktorej autori by overovali priamo od klientov, aký význam má pre nich kresťanský koučovací rozhovor. Naše zistenia preto diskutujeme s príbuznými témami, kde význam koučovacieho rozhovoru alebo psychologického rozhovoru pre klienta popisujeme

³⁴ Ján Pavol II. 1979. Encyklika *Redemptor Hominis* 9. Libreria Editrice Vaticana, dostupné na internete: https://w2.vatican.va/content/john-paul-ii/sk/encyclicals/documents/hf_jp-ii_enc_04031979_redemptor-hominis.html.

sprostredkovane cez skúsenosti kresťanského kouča alebo klinického psychológa. Prvá téma prieskumu M. Bakera a M. Wanga³⁵, *Viera, že Boh koná*, je v súlade s treťou kategóriou nášho prieskumu **sebauvedomenie**. Prienikom je viera klienta a kouča, že Boh je prítomný počas rozhovoru, čo klientom uľahčuje hlbšie si uvedomovať, čo sa deje v ich vnútri. Prvá téma prieskumu P. Duncana³⁶ **identita** naznačuje, že klienti vnímajú kouča počas koučovacieho rozhovoru ako hybnú silu zmeny, a to im pomáha stať sa tým, kým majú byť. Toto zistenie je v súlade s piatou kategóriou nášho prieskumu **obnova starého Ja na nové Ja**. To znamená, že s pomocou kouča, ktorý počas rozhovoru neradí, získa klient istotu, že ťažkosti môže prekonať. J. Whitmore³⁷ zdôrazňuje, že kouč môže použitím silnej koučovacej otázky podnietiť klienta, aby sa na vec pozrel z inej perspektívy, čo je v priamej zhode s prvou kategóriou nášho prieskumu, **zmenou perspektívy**, a čiastočne s 2., 3. a 4. kategóriou, t. j. **schopnosťou klienta rozhodnúť sa, sebauvedomením a prevzatím zodpovednosti**. Keď kouč počas rozhovoru kladie silné otázky, podporuje klienta a neradí, môže sa u klienta objaviť „aha moment“, ktorý Erik de Haan a kol.³⁸ považujú za rozhodujúci v koučovacom rozhovore. Podľa týchto autorov je klient vtedy najprístupnejší naučiť sa niečo nové vo vzťahu k cieľu, ktorý si stanovil a je najviac odhodlaný konať. Zároveň spomínaný „aha moment“ uľahčí klientovi dať do priameho vzťahu svoju terajšiu situáciu s dôležitými zdrojmi, ktoré sám počas rozhovoru objavil. Vďaka „aha momentu“ sa klient zvykne rozhodnúť znova formulovať cieľ svojho hľadania. Tieto

³⁵ M. Baker, M. Wang, *Examining connections between...*, dz. cyt., s. 138.

³⁶ P. Duncan, *Examining how the Beliefs ...*, dz. cyt., s. 33-34.

³⁷ J. Whitmore, *Koučování. Rozvoj osobnosti a zvyšování výkonnosti. Metoda transpersonálního koučování*, Management Press, Praha, 3. doplnené a prepracované vydanie, 2016, s. 56-63.

³⁸ E. De Haan, C. Bertie, A. Day, C. Sills, *Critical Moments of Clients and Coaches: A Direct-Comparison Study*, "International Coaching Psychology Review", vol. 5, no. 2.

tvrdenia sú v súlade s dvoma subkategóriami nášho prieskumu, druhou (**schopnosť rozhodnúť sa**) a štvrtou (**zodpovednosť**). Podľa výpovedí sa klienti ľahšie rozhodujú a nachádzajú odpovede na svoju situáciu, veria si a aktívne pristupujú k riešeniu. Väčšiu rozhodnosť počas kresťanského koučovacieho rozhovoru potvrdzujú aj autori C. Hall a L. Miller³⁹, podľa ktorých je dôsledkom „aha momentu“ väčšia odhodlanosť klienta zobrať svoje rozhodnutie ako záväzok, väčšia tvorivosť, novátorstvo a sebadôvera. Autori tvrdia, že klient začne vnímať veci, ktoré ho presahujú, mení sa z reaktívneho na proaktívneho, dôveruje si, že dokáže konať po novom; a posúva sa z neužitočných postojov a vnímania do konania zameraného na činy.

Výsledky nášho prieskumu o prínose koučovacej pozície kresťanského kouča pre jeho klientov, v diskusii so zahraničnými autormi naznačujú, že ak klienti pochopia potrebu zmeniť sa, rozhodnú sa tak na základe svojho hlbokého sebauvedomenia a preberú zodpovednosť za realizáciu svojej zmeny. Tento pohľad na človeka má opäť korene v kresťanskom ponímaní premeny starého človeka na nového človeka.

Zoznam bibliografických odkazov

Baker M., Wang M., *Examining connections between values and practice in religiously committed U.K. clinical psychologists*, "Journal of Psychology and Theology", SAGE Biola University's Rosemead School of Psychology, 2004, nr 32 (2), s. 126-141.

Carlson T. D., Erickson M. J., Seewald-Marquardt A., *The Spiritualities of Therapists Lives: Using Therapists Spiritual Beliefs as a Resource for Relational Ethics*, "Journal of Family Psychotherapy", 2002, nr 13 (3/4), s. 215-236.

Coaching for Christian living, *What is Christian Life Coaching?* 2016, s. 1-2, dostupné na internete: <http://christianlifecoaching.com/christian-life-coaching/> [dostup: 20.11.2017].

Collins G. R., *Christian Coaching: Helping Others Turn Potential into Reality*, People Helper's International, Inc., 2nd edition.

Crane T. G., *The Heart of Coaching: Using Transformational Coaching to Create*

³⁹ C. Hall, L. Miller, *Coaching for Christian Leaders*, dz. cyt., s. 38.

a *High-Performance Coaching Culture*, PTA Press San Diego California 2nd edition, L. N. Patrick (ed.), 2002.

Definition of Christian Coaching, "Christian Coaches Network International", 2014-2017, dostupné na internete: <https://christiancoaches.com/wp-content/uploads/2017/10/CCNI-Christian-Coaching-Distinctions.pdf> [dostupé: 27.11.2017].

De Haan E., Bertie C., Day, A. Sills, C., *Critical Moments of Clients and Coaches: A Direct-Comparison Study*, "International Coaching Psychology Review", vol. 5, nr 2, s. 109-128.

Duncan P., *Examining how the Beliefs of Christian Coaches impact their Coaching Practice*, "International Journal of Evidence Based Coaching and Mentoring", Oxford Brookes University UK, June 2012, Special issue nr 6, s. 30-4, dostupné na internete: <https://radar.brookes.ac.uk/radar/items/93466356-d94b-43c6-a10f-4b32f7cd6b64/1/> [dostupé: 28.2.2018].

Guest G., Macqueen K. M., Namey E. E., *Applied thematic analysis*, SAGE Thousand Oaks, California 2012.

Hall C., Miller L., *Coaching for Christian Leaders: A Practical Guide*. Chalice Press, 2007, s. 37-38.

Christian Coaching Competencies, "Christian Coaches Network International and International Coach Federation", 2015-2017, dostupné na internete: <https://christiancoaches.com/wp-content/uploads/2017/10/Competencies-Edited-Final-2017.pdf> [dostupé: 20.11.2017].

Ján Pavol II. 1979, Encyklika *Redemptor Hominis* 9, „Libreria Editrice Vaticana“, dostupné na internete: https://w2.vatican.va/content/john-paul-ii/sk/encyclicals/documents/hf_jp-ii_enc_04031979_redemptor-hominis.html [dostupé: 3.2.2018].

Karpinská Z., Kmecová D., *Koučovanie podľa pyramídy*, Business Coaching College, s.r.o., Bratislava 2017.

Králová E., *The Benefits of Standing in the Shadow of my Neighbour: Experience of a Christian Coach*, "University Review", 2017, vol. 11, nr 4, s. 33-40, dostupné na internete: http://ur.tnuni.sk/fileadmin/dokumenty/UR_V11_ISS-4_33to40.pdf [dostupé: 5.2.2018].

Kubeš M., *Kresťanský kouč. Základy koučingu pre dobrovoľníkov v pomáhajúcich profesiách*, Poradenské centrum pre rodiny *Family garden*, Bratislava 2016.

Kusá Z., *Kvalitatívna analýza údajov*, FFUK, Bratislava 1992.

Larsen K., *Lessons from a life coach*, "Life Time, Healthy Way of Life", Inc., January to February 2012, dostupné na internete: <https://experiencelife.com/article/lessons-from-a-life-coach/> [dostupé: 6.2.2018].

McCluskey Ch., *Caring from a Distance: Technology, Coaching, and Life Management*, "Christian Counselling Today 8, nr 1, 2000, s. 20-22.

Noomii.com, *Christian Coaching, An Interview with Kim Avery*, Noomii – the web’s largest directory of life coaches and business coaches, 2009-2017, dostupné na internete: <https://www.noomii.com/christian-coaching>.

Sväté písmo, Katolícky preklad, Spolok svätého Vojtecha, Trnava 1996, dostupné na internete <https://www.bible.com/sk/versions/163-ssv-svate-pismo-katolícky-preklad> [dostup: 5.2.2018].

Výcvikový program Kresťanský kouč, „Poradenské centrum pre rodiny Family Garden“, dostupné online: <http://www.familygarden.sk/krestanskykouc/> [dostup: 18.1.2018].

Whitmore J., *Koučování. Rozvoj osobnosti a zvyšování výkonnosti. Metoda transpersonálního koučování*, Management Press, Praha, 3. doplnené a prepracované vydanie, 2016.

PRÍLOHA A

Tabuľka 3. Transkripcia odpovedí koučov na otázku: „Čo ste získali ako kouč v koučovacej pozícii počas kresťanského koučovacieho rozhovoru?“⁴⁰

(Otázka bola odoslaná koučom dňa 28.11.2017 o 23:21 hod.)

Poradové číslo kouča a prax (dátum a čas)	Transkripcia komunikátov s koučmi prostredníctvom e-mailovej korešpondencie	Kategórie
1MN (žena, vydatá, rok praxe) 28.11.2017 o 23:35 hod.	<p><i>Možnosť väčšieho ticha v sebe. Ticha, ktoré je nevyhnutné, aby som mohla viac načúvať.</i></p> <p><i>Vzdanie sa očakávania, že viem, čo bude... (keď si sadám s človekom ku koučovaciemu rozhovoru, nikdy neviem, čo bude nasledovať).</i></p> <p><i>Priestor pre žasnutie. Žasnutie nad tým, ako veci môžu byť iné, ako si myslím. Ale aj žasnutie nad tým, aká "rôznorodá je lúka božích kvietkov (diatok :-)" - akí sme každý (človek) rôznorodý.</i></p>	<p>Vnútorne ticho.</p> <p>Schopnosť načúvať.</p> <p>Schopnosť žasnúť nad rôznorodosťou.</p>

⁴⁰ E. Kráľová, *The Benefits of Standing in the Shadow of my Neighbour: Experience of a Christian Coach*. "University Review", 2017, vol. 11, nr 4, s. 38-39, dostupné na internete: http://ur.tnuni.sk/fileadmin/dokumenty/UR_V11_ISS-4_33to40.pdf.

Poradové číslo kouča a prax (dátum a čas)	Transkripčia komunikátov s koučmi prostredníctvom e-mailovej korešpondencie	Kategórie
<p>2JB (muž, ženatý, rok praxe) 29.11.2017 o 18:54 hod.</p>	<p>Vtedy si spolu s Anthony de Mellom uvedomujem, že „stratiť seba znamená náhle zistiť, že som niečo iné, ako som si pôvodne myslel. Domnieval som sa, že som v strede, odrazu mám zážitok, že som satelit.“ Donedávna som mal ambíciu rozdávať rady a odrazu je tu nový zážitok z počúvania a neradenia.</p>	<p>„Nové ja“.</p> <p>Zážitok z načúvania.</p> <p>Posilnenie vôle nedávať radu.</p>
<p>3VMz (žena, zasvätená osoba, rok praxe) 30.11.2017 o 11:43 hod.</p>	<p>Menej je viac. Týmto výrokom sa riadim, keď počúvam koučovaného. Je to niekedy veľmi ťažké, lebo prirodzene má človek tendenciu vstupovať, radíť a byť „múdry“ v tom keď treba pomôcť druhému. Ale keď môžem byť ticho prítomná pri tom, ako si Boh vedie druhého je to veľká skúsenosť. Boh si vedie aj kouča v tom, aby správne položil otázky a potom už len môžem žasnúť, ako koučovaný prichádza na nové riešenia, spôsoby, ako urobiť ďalší krok k rastu, zmene - novému a lepšiemu životu. A po tejto skúsenosti stále prichádza na to, že je to Boh, ktorý vedie rozhovor, je to Boh ktorý si vedie koučovaného a ja ako kouč mám tú milosť (sledovať Boha, ktorý vedie rozhovor) a môžem ďakovať, že ho môžem sprevádzať na ceste.</p>	<p>Posilnenie vôle nedávať radu.</p> <p>Stíšenie v Božej prítomnosti.</p> <p>Žasnúť z rastu.</p> <p>Milosť byť v Božej prítomnosti.</p>
<p>4JM (muž, ženatý, začínajúci kouč) 30.11.2017 o 12:12 hod.</p>	<p>Skúsenosť nechať priestor tomu druhému - jeho životu</p> <p>Kontakt s jeho životom.</p> <p>Skúsenosť dôstojnej komunikácie.</p>	<p>Schopnosť prenechať priestor inému.</p> <p>Dôstojná komunikácia.</p>

Poradové číslo kouča a prax (dátum a čas)	Transkripčia komunikátov s koučmi prostredníctvom e-mailovej korešpondencie	Kategoríe
<p>5MK (muž, ženatý, 20 rokov praxe) 1.12.2017 o 9:17 hod.</p>	<p>Pomohlo mi to získať: <i>odstup od svojich programov v hlave, od seba samého</i> <i>možnosť byť tam úplne pre niekoho iného, darovať sa</i> <i>zážitok mocnej bezmocnosti schopnosti vnímať v plnosti druhého človeka (vnímanie plnosti toho druhého) vnímať, čo som predtým nevnímal</i> <i>možnosť učiť sa mať druhého rád - ďakovať za všetko, čo som dostal</i> <i>vedomie zmyslu, prečo sa jeden druhého potrebujeme.</i></p>	<p>Odstup od seba. Darovanie sa druhému. Dobrodružstvo vlastnej bezradnosti. Vnímanosť na nové impulzy. Vďačnosť. Vedomie zmyslu.</p>
<p>6MS (muž, zasvätená osoba, 1,5 roka praxe) 1.12.2017 o 9:45 hod.</p>	<p>Dnes som si vskutku uvedomil, že: Z úzadia je možné pozorovať. Otvára sa mi svet, pred ktorým mám úctu, „pracujúceho“ človeka sústredené do svojho vlastného vnútra. Stávam sa tak nástrojom procesu a aj začiatku zmeny. Zároveň tá netrpezlivosť byť v úzadí ma usvedčuje z niečoho, čo patrí do môjho príbehu. Je to zaujímavé. Vďaka tej otázke, som si to uvedomil.</p>	<p>Úcta k druhému. Byť nástrojom procesu zmeny. (Ne)trpezlivosť z úzadia.</p>
<p>7VM1 (žena, vydatá, začínajúca koučka) 1.12.2017 o 10:10 hod.</p>	<p>Nekontrolovať a neurčovať obmedzujúce hranice. Je pohodlnejšie nemusieť všetko vedieť. Učí ma to: neprebrať zodpovednosť za rozhodnutia iného; rešpektovať, že druhý je iný. V role tichej načúvajúcej vrby sa nemusím trápiť následkami ako klient pochopil čo som poradila. Učím sa pomôcť druhým nahliadnuť do svojho srdca, túžob, snov, čo im do nich Boh vložil. Učím sa podporiť (motivovať) klienta, aby hľadal a nachádzal odpovede, nechal rásť semienka a staral sa o ne. Húštinu zloženú z buriny zvyknú zaplaviť lúče svetla a klient môže objaviť vzácny kvet, či výživný plod, pri ktorom na neho čaká hlavný prameň živej vody.</p>	<p>Schopnosť rešpektovať inakosť iného. Schopnosť načúvať. Trpezlivosť s rastom iných.</p>

Poradové číslo kouča a prax (dátum a čas)	Transkripčia komunikátov s koučmi prostredníctvom e-mailovej korešpondencie	Kategórie
<p>8EK (žena, vydatá, rok praxe) 1.12.2017 o 12:01 hod.</p>	<p>Pomohlo mi to uvedomiť si nasledujúce: „Všetci máme problémy, ktoré potrebujeme vyriešiť. Moje utiahnutie sa do úzadia dáva Bohu priestor rozdať sa, pôsobiť. Keď nasledujeme Ježiša kráčame vždy vo svetle. V role klienta aj kouča. Ježiš nám neodoberá tmu, ale chce, aby svetlo v nás žiarilo stále viac.</p> <p>Ďalšia dôležitá vec, ktorú mi priniesla skúsenosť v roli kouča je byť trpezlivá s rastom iných. Tak ako v podobenstve o kúkoli, Ježiš nám nedovoľuje vytrhať zlé semeno zmiešané s dobrou pšenicom (aby sme nevytrhli aj pšenicu) (Mt 13, 29). Ježiš chce, aby sa jeho nasledovníci nestavali do pozície sudcov, radcov, pozýva ich, aby boli TRPEZLIVÍ s pomalým rastom: „Zem sama od seba prináša úrodu: najprv steblo, potom klas a potom plné zrno v klase (MK 4, 28). To mi hovorí, že mám spolupracovať s Božou stvoriteľskou činnosťou na tvorbe sveta podľa Jeho plánu lásky.</p>	<p>Božia prítomnosť a pôsobenie.</p> <p>Božie svetlo v tme.</p> <p>Trpezlivosť s rastom iných.</p> <p>Spolupráca na Božom pláne lásky.</p>

Poradové číslo kouča a prax (dátum a čas)	Transkripčia komunikátov s koučmi prostredníctvom e-mailovej korešpondencie	Kategoríe
<p>9DC (žena, vydatá, 1 rok praxe) 2.12.2017 o 20:45 hod.</p>	<p>Čím viac som vzadu, tým viac som vpredu. A to je presne to, čo mám na mysli, keď ako kouč dávam čo najviac priestoru koučovanému. Čím viac som vzadu, tým viac má klient možností. Mne to dáva pokoj v tom, že ak som vzadu, tak je malá šanca, že by som mu pošliapala „kruhy“. Keď som vzadu.. môže kresliť celý vesmír... A ja ho z tej dialky môžem pozorovať. Keď sa k nemu tlačím, môže nakresliť akurát tak cestu po prvé potraviny. Keď som vzadu, proces sa hýbe viac dopredu. Je to ťažké, lebo nesmiem vykriknúť čo mi práve napadlo, lebo nesmiem ponúknuť svoj recept, lebo nesmiem počúvať svoje súdy a dohady. A to ma učí rozvážnosti. Ako koučov mi to dáva schopnosť byť nielen v procese, ale byť i nad procesom. Tým že sa nedám celkom vtiahnuť, môžem klientovi ponúknuť i subjektivitu, ktorú potrebuje. Klient môže všeličo prežívať. A ja sa nemôžem dať celkom vtiahnuť, inak ho nedokážem zobrať na kopec, z ktorého uvidí viac. Byť vzadu mi dáva veľa i ako človeku. Učí ma to rešpektu, tolerancii, slobode. A tým, že má núti potláčať seba, je to úžasný tréning na život v partnerstve, kolektíve. Na nejednej rodinnej oslave už mi to zachránilo krk. Najmä keď je reč o politike. Ach, keby som nebola vzadu, už mi moje švagriné neotvorila dvere.</p>	<p>Pokoj z úzadia.</p> <p>Rozvaha.</p> <p>Byť v procese aj nad ním.</p> <p>Sloboda.</p> <p>Rešpekt.</p> <p>Tréning vzťahov.</p>

Poradové číslo kouča a prax (dátum a čas)	Transkripcia komunikátov s koučmi prostredníctvom e-mailovej korešpondencie	Kategórie
<p>10DH (žena, vydatá, 1,5 roka praxe) 2.12.2017 o 21:57 hod.</p>	<p><i>Ja osobne som získala slobodu pre seba i pre klienta - pre seba v tom, že necítim ťažobu zodpovednosti dobre a správne mu poradiť, mať odpoveď na jeho otázky či pochybnosti a pre neho v tom, že nezväzuje ho žiadna povinnosť robiť niečo, čo mu niekto, kto "si neobúva jeho topánky" povie, poradí. Je slobodný robiť čokoľvek a akokoľvek bez toho, aby sa mi musel zodpovedať - a to je sloboda :)</i></p> <p>Stretnutie s pravdou: Je to len na klientovi a na jeho svedomí a to sa mne ako koučovi zdá prvoradá a najdôležitejšie - nie je podstatné, aký "výkon" spolu pri koučovaní podáme, ale či sa klient stretne sám so sebou v pravde... stretnutie s pravdou.</p>	<p>Sloboda z neradenia.</p> <p>Stretnutie s pravdou.</p>
<p>11LK (muž, ženatý, 1 rok praxe) 2.12.2017 o 23:12 hod.</p>	<p>Získal som radosť, ktorá ma pri koučovaní z ničoho nič „prepadne“: Radosť však nevyhnutne predchádza obojstranná dôvera kouča a koučovaného.</p> <p>Dalším ziskom, či skôr benefitom umenšenia seba pri koučingu je dotyk s pravdou, kedy koučovaný v úprimnosti svojho srdca hľadá odpovede na položené otázky. Vzniknú tak často doslova básne o snoch, túžbach a hodnotách človeka, ktorý cez koučing mohol použiť novú optiku pohľadu na seba alebo situáciu ktorá ho povedzme ťažila. Tento dotyk s pravdou je pre mňa niečo hlboko autentické a ľudské, dôvod a motivácia koučovať.</p>	<p>Radosť.</p> <p>Dôvera.</p> <p>Stretnutie s pravdou.</p>

Poradové číslo kouča a prax (dátum a čas)	Transkripčia komunikátov s koučmi prostredníctvom e-mailovej korešpondencie	Kategórie
<p>12ER (žena, zasvätená osoba, 1,5 roka praxe) 5.12.2017 o 15:11 hod.</p>	<p><i>Som osoba často vystrelená do prvej pozície školiteľa a organizátora. Zároveň som otvorená pre problémy a vôbec život ľudí, lebo v mojom hodnotovom rebríčku sa človek ako taký vygeneroval na popredné miesto. Po rôznych skúsenostiach sprevádzateľa som pozitívne zareagovala na možnosť koučingového kurzu. Silno si to pochvalujem. Koučing je jedinečným neenergetickým nástrojom (v zmysle výdaja energie kouča), ktorý aktivizuje zdroje koučovaného, ktoré sú v ňom ukryté. Vnímam teda tento nástroj ako kompas, ktorým sa dotýčný orientuje vo vlastnom vnútri s sprievodom mojich koučovacích otázok. Z toho logicky vyplýva, že moja pozícia ako kouča je druhoradá. Pretože dôležitý je koučovaný a jeho realita. A tak je to dobre :)</i></p>	<p>Úcta k človeku.</p> <p>Oddych – šetrenie vlastnej energie.</p> <p>Stávam sa kompasom pre klientovo vnútro.</p>

PRÍLOHA B

Tabuľka 4. Kategorizácia odpovedí klientov na otázku: „Čo ste získali, resp. zažili vďaka koučovacej pozícii kresťanského kouča počas koučovacieho rozhovoru?“

(Otázka odoslaná klientom dňa 16.1.2018 o 14:41 hod.)

Poradové číslo klienta (dátum a čas)	Transkripčia komunikátov s klientmi prostredníctvom e-mailovej korešpondencie	Kategórie
<p>10B (70 r. vydatá, verí v Boha, nepraktizujúca, dôchodkyňa) 16.1.2018 o 15:20 hod.</p>	<p><i>- ... počas nášho rozhovoru som prešla akousi vnútornou obnovou.</i></p> <p><i>- Získala som pocit väčšej istoty, že niektoré veci dokážem prekonať aj sama.</i></p>	<p>Vnútorná obnova.</p> <p>Istota, že prekonám veci.</p>

Poradové číslo klienta (dátum a čas)	Transkripcia komunikátov s klientmi prostredníctvom e-mailovej korešpondencie	Kategórie
<p>2DSV (45 r. vydatá, verí v dobro, nepraktizujúca, zdravotná sestra) 16.1.2018 o 16:23 hod.</p>	<p><i>Každý si riadi život sám ... niekedy stačí, ak si ma niekto vypočuje, povie nejaký názor... ... ale toto mi pomáha v rozhodovaní... ... v inom pohľade mi to ukáže moje zmýšľanie ako zmýšľanie „toho druhého“.</i></p>	<p>Vedomie, že riadim svoj život. Lahšie rozhodovanie.</p> <p>Pohľad na moje zmýšľanie z inej perspektívy.</p>
<p>3ZGr (40 r., slobodná, praktizujúca katolíčka, manažérka) 16.1.2018 o 21:28 hod.</p>	<p><i>Musela som byť miestami oveľa aktívnejšia než pri bežnom rozhovore, kde sa môžem stiahnuť a počúvať, čo mi radí, hovorí k problému ten druhý; (keď mi „podsúva“ svoj pohľad na vec, svoje riešenie, s ktorým nakoniec ani nemusím byť stotožnená...).</i> <i>Možno posilnenie sebavedomia, že na riešenie problému viem prísť aj sama a toho druhého potrebujem len ako „oporu“, „počúvajúceho“ (nie hovoriaceho, alebo toho, kto „radí“).</i></p>	<p>Väčšia aktivnosť.</p> <p>Posilnenie sebavedomia.</p> <p>Schopnosť nájsť riešenie samostatne.</p>
<p>4CG (45 r., vydatá, praktizujúca katolíčka, vedúca v obchode) 16.1.2018 o 21:28 hod.</p>	<p><i>Zistila som, že aj keď som veľakrát doslova znechutená z veľa vecí, viem po správnom tvojom nasmerovaní otázkami, nájsť naozajstnú radosť zo života.</i></p>	<p>Radosť zo života.</p>
<p>5KL (38 r., vydatá, praktizujúca, katolíčka, VŠ vzdelanie, MD) 17.1.2018 o 7:25 hod.</p>	<p><i>... ja som pri koučovaní s Tebou mala konečne priestor sa zamyslieť, prejsť si jednotlivé situácie ešte raz a inak.</i> <i>Tvojim postojom byť „v úzadí“ si ma nerušila.</i> <i>Na záver si ma veľmi povzbudila tým, že si kladne ohodnotila moju prácu nad radami od mojich patrónov.</i></p>	<p>Vnímanie situácie inak.</p> <p>Ocenenie mojej práce.</p>

Poradové číslo klienta (dátum a čas)	Transkripcia komunikátov s klientmi prostredníctvom e-mailovej korešpondencie	Kategoríe
<p>6AČ (45 r., vydatá, nepraktizujúca, pravoslávana, podnikateľka) 17.1.2018 o 10:55 hod.</p>	<p>Nuž ocitla som sa sama najprv to ťažké ako keď zostaneš kormidlovať loď sám, ale potom to bolo OK. Vyrovnala som sa s tým a prevzala zodpovednosť. Na toto nie som školená celý život, ale je to tak. Sama mám zodpovednosť za svoj život. Toto zistenie je na jednej strane hrôzostrašné a na druhej strane naplňujúce radosťou.</p>	<p>Schopnosť prevziať zodpovednosť.</p> <p>Zistenie, že zodpovedám za svoj život.</p> <p>Radosť zo zodpovednosti.</p>
<p>7NP (45 r., vydatá, nepraktizujúca, verí v Boha, VŠ pedagóg) 17.1.2018, 11:26 hod.</p>	<p>Rozhovor ma nútil zamyslieť sa nad problémom, nečakať konkrétne návody, ale hľadať odpovede spôsobom, ako to cítim a ako mi to vyhovuje. Zároveň sa mi ukázali rôzne alternatívy, cesty riešenia. Zmenil sa môj čierno-biely pohľad na problém. Uvedomila som si, že nestačí len pasívne čakať, ale k riešeniu problému treba pristupovať aktívne. Tiež je dôležité veci pomenovať, nevnímať ich iba vo všeobecnej rovine. Núti to človeka k rozmýšľaniu a prevzatíu zodpovednosti.</p>	<p>Schopnosť hľadať odpovede ako to cítim ja.</p> <p>Iný pohľad na svet (z čierneho-bieleho na farebný).</p> <p>Aktívny prístup k riešeniu problému.</p> <p>Schopnosť pomenovať všeobecné veci konkrétne. Schopnosť prevziať zodpovednosť.</p>
<p>8VG (41 r., ženatý, praktizujúci katolík, technicko-obchodný manažér v medzinár. spoločnosti, 19.1.2018 o 17:28 hod.)</p>	<p>- Získal som pritom dôveru v seba.</p> <p>- Získal som a potenciál pre hľadanie pozitívneho riešenia a postojov k danej téme.</p>	<p>Dôvera v seba.</p> <p>Potenciál hľadať pozitívne riešenia a postoje.</p>

Poradové číslo klienta (dátum a čas)	Transkripcia komunikátov s klientmi prostredníctvom e-mailovej korešpondencie	Kategoríe
<p>9JH (46 r., vydatá, praktizujúca katolíčka – konvertita, VŠ pedagóg, učiteľka ZUŠ) 21.1.2018 o 21:20 hod.</p>	<p>„Získala som: - prekvapivý pohľad na môj problém, síce použije moje výroky, ale usporiada ich do takých súvislostí... až vnesie úplne nové svetlo do problému. Nový pohľad na veci. Ten problém ja nedokážem vidieť akoby zozadu, no vďaka prítomnosti kouča to zovadím - veľmi pozoruhodné výsledky - zatiehnutie na hĺbinu - dôvera je veľmi dôležitá, hocikomu by som určite neotvárala svoje vnútro.“</p>	<p>Prekvapivý pohľad na problém.</p> <p>Nový pohľad na veci.</p> <p>Pozoruhodné výsledky.</p> <p>Zatiehnutie na hĺbinu.</p>
<p>10EKU (48 r., rozvedená, nepraktizujúca, verí v Boha, VŠ pedagóg</p>	<p>„Išlo o otvorený rozhovor v príjemnej atmosfére, kedy som sa odovzdala vedeniu svojho kouča. Počas koučovacieho rozhovoru som si viac uvedomovala odpovede na kladené otázky a vnútorné pocity v sebe. Uvedomovala som si samu seba a pociťovala som, že sa mi otvára cesta, ktorou by som sa mohla vydať, aby som vyriešila svoj problém. Tento rozhovor mi bol nápomocný aj v prítomnosti (smerovala som tam, kam som sa chcela dostať) a vďaka tomuto koučingu som si uvedomila aj svoju hodnotu a zmenila prístup v uvažovaní. Dakujem.“</p>	<p>Uvedomenie si svojich vnútorných pocitov.</p> <p>Uvedomenie si seba.</p> <p>Cesta na vyriešenie problému.</p> <p>Vedomie svojej hodnoty.</p> <p>Zmena uvažovania.</p>
<p>11 PI, 30 r., sestra v nemocnici, ženatý, praktizujúci katolík, (18.1.2018 o 21:24 h)</p>	<p>Získal som náhlad na svoj problém z uhla, ktorý by som bez koučingu nemal a dokázal som na vyriešenie problému získať konkrétne riešenia vlastnou hlavou.</p>	<p>Pohľad na môj problém z iného uhla.</p> <p>Schopnosť nájsť riešenia.</p>

Poradové číslo klienta (dátum a čas)	Transkripcia komunikátov s klientmi prostredníctvom e-mailovej korešpondencie	Kategoríe
<p>12 ZP, 39 r., MD, vydatá, praktizujúca katolíčka (18.1.2018 o 22:49 h.)</p>	<p>„... ja som zažila pocit slobody, väčší náhľad na možnosti, medzi ktorými som sa rozhodovala, trochu pocit, že všetky možnosti sú rovnako dobré a je len na mne, čo si vyberiem...</p> <p>a dobrý pocit z občasného ticha - ak si sa za mňa modlil - že sa za mňa modlíš,-) tak a na viac si už nepamätám.</p>	<p>Pocit slobody.</p> <p>Náhľad na možnosti.</p> <p>Zodpovednosť za výber.</p> <p>Dobrý pocit, že sa za mňa modlíš.</p>
<p>13 PU, 25 r., vychovávateľ, slobodný, praktizujúci katolík (18.1.2018 o 23.14 h.)</p>	<p>... Noooo, takto: Ja nie som veľmi tvorivý tvor, takže na tieto otázky sa mi odpovedá ťažko, však si to aj sám zistil počas nášho rozhovoru. :D Ale: vtedy sme nezačínali s nejakým konkrétnym problémom, iba neskôr sme si stanovili, že budeme kecať o mojej komunikácii s mojimi ľuďmi na intráku. A kým sme sa k tomu dopracovali, tak ubehla hodina, tak vtedy bolo to úzadie? Alebo ešte vtedy bolo úzadie, keď som mal identifikovať, že v čom konkrétne je problém v tej komunikácii. Vtedy mi trochu doplo, že jej ja šak ja ich prehnane buzerujem :D Tak žeby odpoveď bola, že som zistil v čom robím chyby v komunikácii s dečkami, či? Nevie, či som dobre odpovedal : D</p>	<p>Nachádzanie odpovede na môj problém.</p>
<p>14 MK, 29, lekárka, praktizujúca katolíčka (22.1.2018 o 22:32 h.)</p>	<p>Dôležitosť a dôveru som cítila :)</p>	<p>Pocit dôležitosti a dôvery.</p>

Poradové číslo klienta (dátum a čas)	Transkripcia komunikátov s klientmi prostredníctvom e-mailovej korešpondencie	Kategoríe
<p>15 ZH, 29 r. krajčírka, slobodná, praktizujúca, 23.1.2018, čas 18:38</p>	<p><i>Ak mám porovnať rozhovor s priateľom a koučovací rozhovor: Keď sa rozprávam s priateľom, do určitej miery očakávam, že k danej veci mi možno povie svoj názor, alebo poradí ako situáciu riešiť, lebo možno niečo podobné už zažil alebo sa s podobným stretol. Vtedy sa môžem rozhodnúť ako situáciu riešiť aj na základe jeho rady, alebo si svoj názor konfrontujem s tým jeho.</i></p> <p><i>Pri koučovacom rozhovore, som bola na riešenie „určitého problému“ sama, bola to pre mňa istým spôsobom skúška.</i></p> <p>Skúška odvahy - hľadať riešenie sama v sebe, keďže sa poznám :) a zároveň skúška schopnosti dôverovať sama sebe a aj koučovi. Počas koučovacieho rozhovoru som si uvedomila = (nahlas) povedala veci, na ktoré by som za bežných okolností neprišla, v niektorých momentoch, ako som rozprávala som bola prekvapená sama zo seba. Myšlienky, samozrejme, nie úplne všetky, ale tie podstatné, ktoré odzneli počas koučovacieho rozhovoru si pamätám. Výsledkom bolo riešenie situácie a nazvala by som to pozitívne znovuuvedomenie si seba.</p>	<p>Odvaha hľadať riešenie v sebe.</p> <p>Skúška dôvery v seba aj kouča.</p> <p>Nachádzanie iných vecí ako bežne.</p> <p>Prekvapenie zo seba.</p> <p>Znovuuvedomenie si seba.</p>

The Significance of Coaching Position of a Christian Coach to Coaches and Clients

Background: Through the definitions of life coaching and Christian coaching, with the clarification of what makes life coaching Christian, the authoress focuses primarily on the possible benefits of coaching position of a Christian coach during coaching dialogue for a coach. Christopher McCluskey defines Christian coaching as “a way of helping people find God’s healing and respecting vision for their lives and learn to live accordingly.” This definition indicates that a coach is helping and guiding partner of a client who respects client’s decisions and independence. That way s/he becomes a witness of how the client starts changes in concord with God’s plan that fully respects physiological, psychological, social and spiritual needs of a man. **Aim:** The survey aim was what Christian coaches and clients gained from the coaching position of a Christian coach in a coaching dialogue.

Survey sample and method: The survey sample represents 27 respondents: 12 Christian coaches and 15 clients who answered the survey question (judgement sampling). The survey was realized by means of inquiry via e-mail. **Results:** The responses of coaches and clients were summed up in categories and subcategories. This position satisfied in coaches and clients their psychological, social and spiritual needs. 12 coaches gained from this position serenity, trust, dignity and love to the other, saving the energy and amazement. The 15 clients gained the following benefits: The ability to see reality in a different way; decision-making; self-awareness; responsibility; and finally renewal of the “self” according to the God’s plan; recognition of work; joy. **Conclusion:** Coaching position of a Christian coach in a coaching dialogue means that a coach cannot interfere with the thoughts of clients during coaching dialogue, brings biblical world-view to the dialogue, reflects its qualities, is not completely neutral, prays for clients and is not reluctant to discuss spiritual issues. It means that this coaching position is in concord with the definition of ICT as the competence with the added value of Christianity. Coaching position of a Christian coach is important both for coaches and their clients.

Keywords: Christian Coach. Coaching position of a Christian coach. Coaching Dialogue. Christian and Life Coaching. Powerful Questions

Znaczenie pozycji coachingowej chrześcijańskiego coacha dla coacha i klienta

Autor poprzez określenie życiowego i chrześcijańskiego coachingu koncentruje się na znaczeniu coachingowej pozycji chrześcijańskiego co-

acha w dialogu coachingowym. Christopher McCluskey coaching chrześcijański rozumie jako „sposób, w jaki można pomóc odnaleźć ludziom uzdrawiające i respektujące spojrzenie Boga na swoje życie i następnie nauczyć się żyć w zgodzie z nim”. Definicja ta zakłada, że coach znajduje się w roli wspomagającego i towarzyszącego partnera, który nie ingeruje w myślenie klienta oraz szanuje jego decyzje. W ten sposób staje się świadkiem tego, w jaki sposób klient wkracza na drogę, która jest w zgodzie z planem Boga, który w pełni szanuje fizjologiczne, psychiczne, społeczne i duchowe potrzeby człowieka. Cel badawczy: Głównym celem niniejszego badania jest zbadać, co przynosi pozycja coachingowa chrześcijańskiego coacha w rozmowie coachowi i co klientowi. Próbką i metodyka: próbkę stanowiło 27 respondentów, w tym 12 coachów chrześcijańskich i 15 klientów. W badaniu wykorzystano celowy wybór typowych jednostek. Badania były przeprowadzone za pomocą kwestionariusza poprzez komunikację e-mailową.

Wyniki: Odpowiedzi chrześcijańskich coachów i klientów zostały skategoryzowane. Zarówno coachom, jak i klientom pozycja chrześcijańska pomogła zaspokoić ich potrzeby psychiczne, społeczne i duchowe. 12 coachów odzyskało pokój i równowagę, zaufanie, poszanowanie godności oraz miłość do drugiej osoby, jak również postawa ta pomogła im oszczędzić siły i nabyć zdolność do zachwyty. Pozycja ta 15 klientom pomogła zaspokoić potrzeby, ułatwiła podejmowanie decyzji, zmieniła postrzeganie rzeczywistości, pomogła uświadomić sobie swoje myśli i uczucia, doprowadziła ich do odpowiedzialności i odnowienia własnego „ja” na obraz, na jaki stworzył człowieka Bóg, jak również doprowadziła do poczucia uznania i radości.

Zakończenie: W pozycji coachingowej chrześcijańskiego coacha w trakcie dialogu coachingowego chodzi o to, by coach nie ingerował do myślenia klienta i nie proponował mu własnych rozwiązań, ewentualnie nie oceniał sytuacji; do rozmowy wnosi on spojrzenie biblijne, inspiruje się nim, nie jest zupełnie neutralny, modli się za klientów oraz omawia z nimi pytania natury duchowej. Ta pozycja coachingowa jest zatem zgodna z definicją ICF pod względem kompetencji, których wartością dodaną jest chrześcijaństwo. Pozycja coachingowa chrześcijańskiego coacha jest ważna tak dla coachów, jak i dla klientów.

Słowa kluczowe: coach chrześcijański. Coachingowa pozycja chrześcijańskiego coacha. Rozmowa coachingowa. Coaching chrześcijański i życiowy. Mocne pytania