



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

## NÁBÍDKA INDIVIDUÁLNÍHO KOUČINKU

V rámci projektu „Inovativní systém přípravy pracovníků ve výzkumu a vývoji“ Vám nabízíme zdarma možnost absolvovat

### INDIVIDUÁLNÍ KOUČOVACÍ SEZENÍ

Koučování je určeno těm z Vás, kteří se snaží aktivně řešit své problémy nebo chtějí dosáhnout vytyčených cílů, a chtějí být ve své snaze efektivnější. Kouč Vám může pomoci najít vlastní cestu řešení, získat nový způsob myšlení a konání, který může zdánlivě nemožné učinit možným, a to jak v oblasti pracovní aktivity, tak v osobním životě.

#### Koučování může pomoci při:

- rozvíjení schopností, dovedností a při vzdělávání,
- hledání řešení problémů souvisejících se studiem případně pracovních problémů,
- realizaci nalezených řešení a postupů,
- sebeorganizaci a sebeřízení,
- zvyšování osobní kompetentnosti k výkonu svěřené práce,
- řešení soukromých problémů (nejedná se však o psychologické poradenství či psychoterapii).

#### Kdy?

Termíny koučovacích sezení nejsou pevně stanoveny, v rámci našich možností se Vám budeme snažit vyjít vstříc a přizpůsobit se Vašim časovým možnostem. Délka sezení se pohybuje v rozmezí 30-90 minut. V případě Vašeho zájmu a potřeby jej můžete využít opakovaně.

#### Kde?

MENDELU v Brně – Institut celoživotního vzdělávání, Zemědělská 5, Brno  
VFU BRNO – Institut celoživotního vzdělávání a informatiky, Palackého 1-3, Brno

#### Přihlášky a bližší informace:

PhDr. Jana Čihounková  
E-mail: [Jana.cihounkova@seznam.cz](mailto:Jana.cihounkova@seznam.cz)  
Tel.: 777 649 878