

תוכן עניינים מפורט

מבוא - עשיית אושר (ועושר) במשפט 1

- 5.....קואוצ'ינג – לא רק טרנד.....
- 7.....ההבדל המהותי בין אימון וטיפול.....
- 7.....תהליך הקואוצ'ינג – בקליפת אגוז.....
- 8.....מטרות הספר.....
- 11.....למי מיועד הספר.....
- 12.....מספר הערות סמנטיות.....

חלק ראשון: מה לקואוצ'ינג ולעריכת דין? 15

- 17.....פרק 1: קואוצ'ינג – מטרות, מאפיינים ומתודולוגיה.....
- 17.....קואוצ'ינג – הברית המנצחת.....
- 22.....איזה תועלות מרכזיות מקנה תהליך האימון?.....
- 23.....דוגמאות למצבים קלאסיים המתאימים לתהליך של קואוצ'ינג.....

24.....	האם קואוצ'ינג מתאים לך?
25.....	הסיבות לביקוש הרב לקואוצ'ינג
27.....	איך מתבצע התהליך
30.....	דגשים בבחירת מאמן
32.....	בקרה ומדידה לשם הערכת ההצלחה של התהליך
33.....	בקרה חיצונית
34.....	בקרה פנימית
35.....	האבחנה בין קואוצ'ינג ובין תהליכים אחרים
35.....	קואוצ'ינג בהשוואה לטיפול נפשי
37.....	קואוצ'ינג בהשוואה לייעוץ
37.....	קואוצ'ינג בהשוואה למנטורינג

פרק 2: מקצוע עריכת הדין – אתגרי המקצוע והתועלת של

39.....	הקואוצ'ינג
39.....	על אתגרי המקצוע
43.....	הצורך העז להצליח מול המציאות היומיומית
44.....	השפעת מצב השוק על העוסקים במקצוע
	ירידה בשביעות הרצון, במצב הנפשי ובמצב הגופני בקרב
45.....	עורכי דין

47.....	על התועלת שבקואוצ'ינג עבור עורכי הדין
50.....	הקשר בין שביעות הרצון והתאמה לעיסוק
53.....	פרק 3: תוצרי תהליך הקואוצ'ינג
55.....	א. ערכים – איתור הזהות העצמית ומקורות הכח
59.....	ב. חזון – איתור המשמעות והייעוד
62.....	שבע התועלות של החזון
64.....	השפעת החזון במציאות
67.....	ג. נטרול תהליכי קיבעון וחסמים
67.....	"כישלון הנו הצלחה, אם לומדים ממנו" מלקולם פורבס
67.....	יחס הקואוצ'ינג לכישלונות
68.....	שדונים, חסמי הצלחה ושאר מרעין בישין
71.....	קבלת אחריות על החיים
72.....	השלב הבא: קביעת אסטרטגיה אישית ומעבר לרמה הטקטית

**חלק שני: הרמה האסטרטגית: כיצד עריכת הדין
מתיישבת עם האסטרטגיה? על חזון, ערכים,
מיומנויות ותחומי עניין של עורכי דין.....75**

**פרק 1: ההחלטה האם להיות עורך דין: או - כיצד מקבלים החלטות
בפועל וכיצד רצוי לקבל החלטות בתחום הקריירה המשפטית....77**

77..... אני מעצים את משאבי – משמע אני קיים

78..... חשיבות הבחירה בעיסוק

82..... בחירה בעיסוק – החדשות הרעות והטובות

84..... תרומת הקואוצ'ינג לבחירה בעיסוק

87..... חשיבה תוצאתית ככלי אימון

93..... האם להיות עורך דין?.....

שיקולים זרים בבחירת עיסוק – או "מאיזו סיבה (לא נכונה)
95..... הייתי לעורך דין?"

97..... מלכודת שכיחות – ראו הוזהרתם!

99..... מאילו מלכודות להיזהר?.....

99..... מלכודת ראשונה – תסמונת העדר

101..... מלכודת שנייה – מחדל ברירת המחדל

104..... מלכודת שלישית – דעות קדומות על עצמך

- 107.....מלכודת רביעית – הנחות יסוד שגויות על המקצוע
- 109.....מלכודת חמישית – טשטוש ההבדל בין עיקר וטפל
- 111.....מלכודת שישית – החלטה לפי "תחושת בטן"
- 113.....מלכודת שביעית – בטחון עצמי מופרז
- מלכודת שמינית – העדפת שיקולי הפסד על שיקולי רווח
- 114.....
- מלכודת תשיעית – הדגשת הדרישות האינטלקטואליות והתעלמות מדרישות אישיותיות
- 117.....
- 118.....אז כיצד להחליט?
- 119.....ערכים כמכשיר לבחירה בקריירה
- 129.....הירארכיה של ערכים וקבלת החלטה לפי ערכים
- 132.....הערות חשובות לעניין איתור ערכים
- 134.....חזון כמכשיר לבחירה בקריירה
- 140.....הערכת מיומנויות – יכולת והנאה
- 146.....הערכת תחומי עניין מקצועיים
- 148.....סיכום – ההחלטה האם להיות עורך דין
- פרק 2: ההחלטה האם להישאר עורך דין**.....151
- 151.....על חשיבות המעשה ומחירו של המחדל

154.....	קבלת החלטה בפרספקטיבה רחבה
	החלטה על עזיבת עריכת הדין צריכה להיות החלטה
156.....	אסטרטגית מושכלת ולא בריחה
	האומנם המקצוע של השכן טוב יותר - או היכן מצוי האוצר שלי?
159.....	
	שאל את עצמך מה באמת מפריע לך בחייך המקצועיים כעורך דין?
160.....	
165.....	ערכים כמכשיר לקבלת החלטות בתחום הקריירה
176.....	הירארכיה של ערכים וקבלת החלטה לפי ערכים
179.....	הערות חשובות לעניין איתור ערכים
180.....	חזון כמכשיר לקבלת החלטות בתחום הקריירה
187.....	סוגי ההחלטות העומדות בפני עורכי דין
188.....	הערכת מיומנויות – יכולת והנאה
193.....	הערכת תחומי עניין מקצועיים
196.....	טיפים להחלטה – איך מתמודדים עם החששות?
199.....	פרק 3: אסטרטגיות של עורכי דין
	אסטרטגיות ארכיטיפיות לעורכי דין – תרגיל ביצירת אסטרטגיה
201.....	אישית
204.....	תיאורי מקרה

204.....	"מיליונר עד גיל 40"	.1
205.....	"בית, עבודה, משפחה, ספורט"	.2
207.....	"חג העצמאות"	.3
208.....	"בוטיק רחלי"	.4
209.....	"כוחה של שליחות"	.5
210.....	"להחזיר לחברה"	.6
210.....	"מי צריך מרפקים?"	.7

חלק שלישי: הרמה הטקטית: קואוצ'ינג טקטי
להצלחה בעריכת דין.....213

215.....	מבוא לחלק הטקטי
217.....	פרק 1: איך למכור את עצמך
217.....	הצורך בשיווק
220.....	המגבלות האתיות
221.....	אסטרטגיה שיווקית
223.....	כלי שיווק ופרסום מקובלים

241.....	פרק 2: ניהול הזמן.....
	לפני הכל - בצע הערכת חוזקות וחולשות וצור תכנית לניהול
244.....	זמן.....
248.....	האבחנה בין יעילות ואפקטיביות.....
248.....	יישם את כלל פארטו -20/80.....
249.....	תלמד להגיד "לא".....
253.....	עקומת התמורה של פעילויותיך.....
256.....	ערוך מעקב קפדני של שעות עבודה.....
261.....	אל תהיה דוחה... אל תדחה משימות למועד בלתי ידוע.....
264.....	עשרת הכלים למלחמה בדחיינות.....
268.....	הכן רשימת מטלות שבועית הכוללת ל"ז.....
269.....	התרכז במשימות חשובות והימנע מהפרעות.....
270.....	הילחם ב"שודדי הזמן" המודרניים – שלוט במידע הנכנס.....
273.....	האצל סמכויות.....
274.....	נהל יומן בצורה מושכלת.....
275.....	נהל ישיבות ביעילות.....
277.....	קח חופש לעיתים מזומנות.....
277.....	צור סביבת עבודה יעילה, נוחה ורגועה.....
279.....	שפר מיומנויות קריאה, כתיבה, הקלדה ושימוש בתכנות מחשב.....

279.....	תכנן את העתיד וערוך תכנית עבודה.....
281.....	פרק 3: ניהול ושימור לקוחות.....
282.....	אופיו המיוחד של הקשר.....
283.....	מיון לקוחות כמכשיר ניהולי.....
285.....	אסרטיביות בניהול לקוחות.....
286.....	הקשר שבין זמינות ואסרטיביות.....
299.....	פרק 4: משא ומתן משפטי ועסקי.....
300.....	תכנון משא ומתן מכוון תוצאות.....
303.....	הכנה פראקטית למשא ומתן.....
305.....	דגשים על ניהול תהליך המשא ומתן.....
306.....	שליטה על רגשות.....
308.....	אסרטיביות במשא ומתן.....
313.....	פרק 5: להתמודד עם הלחץ.....
318.....	תרומת הקואוצ'ינג.....
320.....	קואוצ'ינג טקטי להתמודדות עם מצבי לחץ.....
323.....	שימוש בטכניקות רגיעה: (א) קשר גוף-נפש.....

שימוש בטכניקות רגיעה: (ב) פעילות מנטאלית וחשיבה חיובית. 326

פרק 6: שיפור הביטחון העצמי..... 333

על חוסר ביטחון "נורמאלי" ועל חוסר ביטחון "לא נורמאלי"..... 333

פעולות לשיפור הביטחון העצמי..... 335

התמודדות עם פחד קהל – חרדה מהופעות בבתי משפט..... 338

פרק 7: איזון בין קריירה ומשפחה..... 343

351..... מפתחות ותוספות

מפתח עניינים..... 353

מפתח ספרים ומאמרים..... 359

הקוד האתי של הקואוצ'ינג על פי ה-ICF האיגוד הבינלאומי

לקואוצ'ינג..... 363

תודות..... 371