



Pár slov na úvod

V súčasnej situácii sme sa rozhodli venovať toto číslo newslettera téme psychologická práca s ľuďmi na úteku. Hneď na úvod predstavíme, aké stanovisko a smernice k téme prináša Európska Asociácia pre Psychoterapiu (EAP) a následne prinesieme niekoľko odpovedí na základné praktické otázky spojené s témou. Okrem centrálnej témy však v aprílových news nájdete aj pravidelné rubriky o aktivitách a inšpiráciu pre prax.

Obsah

Pár slov na úvod	2
Ako môžu psychológovia pomôcť utečencom?	5
Inšpirácia pre prax	8
Pravdivá diskusia	
Hry a aktivity	10
Akcie a podujatia	11



Psychoterapia s utečencami

Európska asociácia pre psychoterapiu v roku 2016 založila pracovnú skupinu na riešenie otázok duševného zdravia a psychoterapie v utečeneckej kríze a táto vypracovala

- a) stanovisko, ktorého cieľom je dostať do povedomia význam duševného zdravia, ľudských práv a psychoterapeutických služieb vo verejnosti, odbornej verejnosti v rôznych oblastiach a mimovládnych organizáciách, ale aj štátnych úradoch a ďalších mienkotvorných osobách.
- b) smernice pre psychoterapiu utečencov pre odborníkov na duševné zdravie.

Tieto dokumenty Rada a Výkonný výbor EAP prijali dňa 29. marca 2017. Tu ich ponúkame v preklade Ivana Valkoviča:

Stanovisko Európskej asociácie pre psychoterapiu

V súčasnosti sa veľká časť ľudskej populácie premiestňuje ako utečenci. Diskriminácia a prenasledovanie, chudoba, človekom spôsobené katastrofy a rozličné formy často extrémneho násillia vrátane vojny a mučenia ich prinútili opustiť svoj domov a hľadať prístrešie ako interne premiestnené osoby alebo hľadajú útočisko v tretích krajinách. K potenciálne traumatickým skúsenostiam sa ešte pridávajú vážne stresory, ako je odlúčenie od ostatných rodinných príslušníkov, násillie alebo smrť počas presunu, premiestnenie a neistý status v niekedy hostilnej hostiteľskej krajine a to všetko viedlo k rozhodnutiu alebo ich to prinútilo stať sa utečencom.

Výskum za posledné desaťročia ukázal, že základné bezpečie a istota, podpora a adekvátna liečba sú podstatné podmienky prevencie vážnych a dlhodobých duševných následkov a na druhej strane ukázal, že existuje potenciálne utrpenie aj v druhej alebo tretej generácii dotknutých osôb. Špeciálny ohľad a ochrana musia byť poskytnuté žiadateľom o azyl a utečencom, pričom prednosť majú veľmi zraniteľné skupiny ľudí, ako sú obeť mučenia, vážne chorí, ľudia so špeciálnymi potrebami a maloletí bez sprievodu, ako je to uvedené aj v direktíve EU Reception Conditions Directive (2013/33/EU) a v štandardoch ľudských práv a humanitárnej pomoci.

Napriek nedávnym diskusiám a snahám pozastaviť tieto štandardy a rastúcemu počtu správ o násillí aj v krajinách EU tvoria tieto ľudské práva vrátane ochrany a tiež dostupnosti zdravotnej starostlivosti základ civilizovanej spoločnosti.

Psychoterapeuti majú vďaka svojej práci s týmito a inými, podobne distresovanými skupinami ľudí jedinečné dlhodobé skúsenosti v oblasti psychologického a sociálneho dopadu násillia a migrácie. V dôsledku toho majú za povinnosť hovoriť aj za svojich pacientov a ľudí, ktorí žijú ako utečenci. EAP preto nabáda vlády, ale aj všetkých odborníkov pracujúcich s utečencami, aby:

- podporovali a apelovali na neustále dodržiavanie medzinárodných ľudských práv, Ženevských dohôd a humanitárnych štandardov, ktoré vo všeobecnosti chránia utečencov vrátane Konvencie OSN proti mučeniu a Európskej charty,
- podporovali všetky snahy poskytovať adekvátne životné podmienky, starostlivosť o duševné zdravie a sociálnu podporu všetkým utečencom, vrátane obzvlášť kultúrne citlivej psychoterapie pre tých, či ju potrebujú, a to v rozsahu a dosahu podľa kapacitných možností týchto služieb,
- poskytovali lepšiu podporu a starostlivosť, vrátane psychoterapie a ďalších služieb duševného zdravia a ochrany obzvlášť pre zraniteľné skupiny, ako je uvedené vo vyššie spomínaných štandardoch a direktívach EU.

Špecifické smernice pre psychoterapeutov pracujúcich s utečencami

V globálnom kontexte je väčší počet ľudí nútených opustiť svoj domov a rodinných príslušníkov, aby unikli pred ohrozením života a porušovaním ľudských práv a vyhľadali bezpečie a podporu ako utečenci v tretej krajine, vrátane EU. Prenasledovanie a ťažké traumatické zážitky ako je mučenie, ale aj spoločenský presun, kultúrny „šok“, oddelenie od rodinných príslušníkov, a narastajúca diskriminácia, nedostatok podpory v „hostiteľských“ krajinách z nich urobilo veľmi zraniteľnú skupinu. Sociálne a politické tlaky vytvárajúce nebezpečnú situáciu vedúcu k porušovaniu ľudských práv sú tiež predpokladom pre liečbu.

Psychoterapeuti sú profesiou, od ktorej možno očakávať, že bude mať to najhlbšie porozumenie pre to, aký psychologický dopad majú extrémne životné podmienky na duševné zdravie. Môžu významne prispieť k liečbe a rehabilitácii prežívajúcich, ale aj zaujať jasné stanovisko vo verejnej diskusii o ochrane a potrebách utečencov a zraniteľných migrantov a proti propagande nenávisťi.



Práca s týmito rôznymi skupinami ľudí rôznej etnickej, sociálnej a spoločenskej príslušnosti, ale aj s rôznou mierou často extrémneho prenasledovania, ktoré mohlo prekročiť bežné chápanie traumatických stresorov, si vyžaduje špeciálne vedomosti, výcvik a uvažovanie aj v práci psychoterapeutov. Nasledovné aspekty sú kľúčové výzvy, ktoré treba vziať do úvahy pri každodennej práci s utečencami, ale aj pri dlhodobom plánovaní psychoterapeutických služieb.

1) Väčšina skupín utečencov pochádza a je formovaná spoločenským prostredím, ktoré sa vo významnej miere môže líšiť od prostredia hostiteľskej krajiny, v ktorej žije psychoterapeut. Niektoré faktory psychoterapeutického usporiadania, základné predpoklady a liečebné stratégie sa môžu - v závislosti od modalít - chápať ako univerzálne, vedomosti a rešpekt voči rozdielom však musia tvoriť základný princíp práce psychoterapeutov. V tomto kontexte môže byť psychoterapeut v riziku, že bude pri práci s migrantmi a utečencami vnášať do liečby vlastné spoločenské alebo na modalite závislé ciele a hodnoty. Psychoterapeuti sa musia vyhnúť povrchnému chápaniu spoločenského prostredia a zovšeobecňovaniu. Spoločnosť v kontexte týchto smerníc sa chápe ako súhrn náboženských, etnických, jazykových a sociálnych faktorov, politickej atmosféry a skupinovej identity, ktoré v rôznej miere tvoria identitu utečencov. Budú ovplyvňovať potreby, očakávania a špecifické usporiadanie liečby. Terapeutický kontrakt v tomto kontexte by preto mal byť transparentný a vzájomne dohodnutý. Počúvanie, získavanie informácií o prostredí pacientov, ako aj adaptácia terapeutického usporiadania má byť implicitne alebo explicitne súčasťou terapeutického kontraktu v nadväznosti na tieto rozdiely, ako predbežná podmienka práce s utečencami.

2) Duševné zdravie je v pôvodných krajinách a obzvlášť v tradičných spoločnostiach často stigmatizované. To reflektuje bežné vzorce a hodnoty a môže si to vyžadovať špeciálny ohľad. Pre určitú spoločnosť špecifické predstavenie utrpenia (DSM V: kultúrne idiómy distresu) sa v medicínskych modeloch ľahko môžu interpretovať nesprávne. Medzi také znaky distresu možno počítať nenahlasovanie psychologických symptómov, hľadanie pomoci u tradičných liečiteľov, alebo napríklad „videnie“ duchov, môže byť znakom distresu a mal by sa diferencovať od medicínskych modelov psychopatológie (ako je psychóza, somatizácia alebo disociácia). Vždy, keď je to možné, by sa mali preštudovať a realizovať kultúrne citlivé modely a adaptácie štandardných metód.

3) Psychoterapeuti pracujúci s utečencami, musia neustále aktualizovať svoje vedomosti o traume a jej liečbe a meniť svoje presvedčenia a prax získanú počas základného výcviku, pretože existuje množstvo etnických rozdielov a vysoká prevencia extrémnych raných tráum, spolu s rýchlo sa vyvíjajúcimi medzinárodnými a medziodborovými poznatkami o traume a jej liečbe.

4) Jazyk môže byť špeciálnou výzvou v práci s utečencami. Členovia EAP a členských organizácií by preto mali prijať opatrenia na podporu a uľahčenie výcviku a práce psychoterapeutov z iných jazykových oblastí ako najlepšie riešenie dvojitej výzvy spoločenskej a jazykovej bariéry v transkulturnej terapii.

5) Tlmočníci

Jazyk (vrátane neverbálnej komunikácie) je kľúčovým faktorom v terapii. Ľudia s materinským jazykom klienta alebo dvojjazyční terapeuti nie sú dostupní v dostatočnom množstve na to, aby zvládli súčasné veľké počty utečencov a migrantov, a tlmočníci sú preto súčasťou psychoterapeutického usporiadania. To vytvára špeciálnu situáciu pri liečbe.

Pri práci s tlmočníkom je dôležité vziať do úvahy niekoľko aspektov:

- Tlmočníci by mali mať špeciálny výcvik. Dôvernosť, prítomnosť tretieho partnera na terapeutickom sedení, meniaci sa prenos a protiprenos, neutralita a medzinárodné rozdiely si vyžadujú ovládanie aspoň základných zručností, aby nedošlo ku skresleniu alebo dokonca ohrozeniu liečby. Suicidalita, sexuálne aspekty a ďalšie otázky, ktoré sa musia riešiť, sa môžu vďaka existencii kultúrnych, etnických a politických predsudkov tlmočníkov obchádzať alebo vynechávať. Tlmočník tiež musí mať plnú dôveru klienta, práve tak ako terapeut.
- Tlmočníci sú vo veľkom riziku, že by mohli byť nepriamo traumatizovaní alebo vyhorení. Je aj zodpovednosťou psychoterapeuta, aby pozoroval emocionálny distres tlmočníka a zabezpečil, aby situáciu riešil povedzme výcvikom alebo supervíziou.
- Rodinní príslušníci, blízki priatelia a ľudia s nespracovanou traumou by nemali byť tlmočníkmi, s výnimkou súrnej a nevyhnutnej situácie pri obmedzených podmienkach.



6) Interdisciplinárna práca

Utečenci, najmä tí s neistým sociálnym a legálnym postavením, oddelení od svojej rodiny alebo v riziku, že budú násilne vrátení do krajiny pôvodu, kde by mohli byť mučení alebo zabití, majú často životne dôležité potreby - primárne z hľadiska Maslowa - a neriešia iné „každodenné“ liečebné ciele, ktoré sú bežné v iných skupinách. To je potrebné si uvedomiť a môže si to vyžadovať adaptáciu terapeutického usporiadania a pravdepodobne aj ďalšiu doplnkovú liečbu. Práca na psychologických dôsledkoch okamžitých problémov, ako je bezpečie, odlúčenie od rodinných príslušníkov a ich neistý osud môžu mať prednosť. Spracovanie raného traumatického zážitku bude vo väčšine prípadov možné, len po vykonaní týchto základných krokov a prioritou tu môže byť prístup zameraný na podporu zdravia. Univerzálne ľudské práva a ich poňatie bude v kontakte s pacientmi z rozličných kultúr vytvárať náročné konflikty, napríklad v prípade tradičných rodových rol v spoločnosti postavenej na tradícii a môžu byť v protiklade s terapeutickou nestrannosťou. Je potrebné sa im venovať starostlivo a uvážlivo a pomocou pomalého ujasňovania si podporovať proces psychoterapie spoločne s procesom transkulturálneho vývinu/rozvoja. Psychoterapeuti sú povinní dodržiavať a podporovať ľudské práva ako súčasť svojej práce nezávisle od osobného presvedčenia. Mnoho symptómov, ktoré majú základ v kultúre alebo traume, reflektuje spôsob, akým klient alebo skupina prežili konflikt a nebezpečenstvo v extrémnych situáciách a mali by byť rešpektované ako potenciálne primárny výsledok práce klienta, nemali by sa chápať ako neadekvátna patológia, hoci môžu vyžadovať neskoršie spracovanie a modifikáciu pri adaptácii na bezpečnejšie prostredie. Vďaka častému presahu telesných a psychologických faktorov pri somatických ťažkostiach utečencov, mohli by aj tieto odkazovať na aspekty ako sú trauma mozgu u ľudí, ktorí boli vo vojne zranení alebo mučení, a vyžadovať úzku spoluprácu s medicínskymi odborníkmi, právnym a administratívnym systémom a dôležitá môže byť v takýchto prípadoch utečencov aj diferenciálna diagnostika.

7) Dokumentácia

Dokumentácia a konsenzuálne hlásenie následkov zločinov alebo porušovania ľudských práv s dovoľením klienta sa vyžaduje na základe štandardov OSN a je súčasťou práce odborníkov na duševné zdravie. Psychologické následky často pretrvávajú najdlhšie a sú najrelevantnejším dôkazom porušovania ľudských práv. Psychoterapeuti by mali správne viesť dokumentáciu a ak si to klienti vyžadujú, napísať správu o týchto dôkazoch, alebo zabezpečiť iného odborníka, ktorý poskytne takúto dokumentáciu.

Príkladom sú hlásenia potrebné na ochranu v prípade azylu, alebo na ochranu proti nevhodnému zadržaniu v zraniteľnej skupine ako sú maloletí a traumatizovaní utečenci. Traumatické spektrum alebo iné problémy duševného zdravia vrátane hanby po sexuálnej traume môže tiež interferovať s prezentáciou seba v azylových procedúrach a ohroziť legitímne žiadosti o azyl. Istanbulský protokol (<http://www.istanbulprotocol.info/index.php/de/>) podporuje OSN, orgány EU a profesionálne zastrešujúce organizácie, ako napríklad World Medical organisation a World Council for Psychotherapy. Mal by sa použiť na dokumentovanie a napísanie správy o násilí a dopade na zdravie každej osoby vystavenej mučeniu alebo neľudskému a ponižujúcemu zaobchádzaniu. Adekvátna správa od psychoterapeuta môže významne potvrdiť dôstojnosť obeť a prispieť k ochrane a spravodlivosti. Zvlášť by sa mal brať do úvahy rod ako faktor v zažitom prenasledovaní a v terapeutickom usporiadaní. Patrí sem aj aspekt sexuálnej orientácie ako napríklad preferencia rodu a transrodové otázky.

8) Ochrana seba Veľké riziko protiprenosu, sekundárnej traumatizácie a vyhorenia pri práci s utečencami si vyžaduje pravidelnú starostlivosť o seba a poznanie symptómov takýchto reakcií. Cynizmus, vyčerpanosť, ale aj prílišná identifikácia - to všetko môžu byť príznaky tohto problému. Môžu negatívne ovplyvniť prácu s klientmi, ale môžu sa preniesť aj do súkromného a rodinného života terapeuta. Supervízia a intervízia sú dôležitou súčasťou tejto starostlivosti o seba.

EAP - Position statement and guidelines:
 Psychotherapy with Refugees
 e-mail: eap.headoffice@europsyche.org
 Internet: www.europsyche.org



Ako môžu psychológovia pomôcť utečencom?

Odpovedá Zara Abrams. (2021, August).
<http://www.apa.org/monitor/2021/10/ce-psychologists-help-refugees>
 Upravil Vlado Hambálek

O čom bude tento text?

Zámerom textu je tvoriť rôzne perspektívy na témy ako sú napríklad okolnosti, ktorým čelia prisťahovalci a utečenci, pričom sa budeme snažiť poukázať na niektoré bežné problémy z oblasti duševného zdravia, ktoré postihujú tieto populácie. Budeme sa snažiť aj popísať, ako sa môžu psychológovia trénovať a pripravovať na prácu s prisťahovaleckými komunitami v klinickom a forenznom prostredí. Chápať, aké klinické zručnosti a stratégie sú užitočné pri posudzovaní a liečbe prisťahovalcov a utečencov, je dôležité z rôznych dôvodov, ktoré sa nás začínajú dotýkať. Existuje mnoho ľudí, ktorí majú status utečenca. Tu je niekoľko príkladov: 12-ročné dievča utekajúce pred gangmi v Salvadore prichádza do Texasu samo, pretože jej matka zomrela počas cesty. Čínska rodina sa usadí na Stredozápade a zapíše svoje malé deti do školy. Aktuálne svet reaguje na nový prílev utečencov utekajúcich pred násilím a útlakom nielen z Ukrajiny, ale aj po tom, ako Taliban prevzal Afganistan. Na to, aby psychológovia ľuďom na úteku pomohli, nemusia mať takú istú národnosť alebo skúsenosti. Musia však pochopiť geopolitickú, kultúrnu a právnu realitu, ktorú tieto komunity navigujú. Rozvíjanie odborných znalostí v oblasti kultúrnych kompetencií, starostlivosti založenej na traume, naratívnej terapii a ďalších stratégií môže priviesť odborníkov k úspechu.

Na aké skúsenosti prisťahovalcov musíme byť citliví?

Prisťahovalci prichádzajú do Spojených štátov s obrovskou rozmanitosťou náboženského, jazykového, vzdelávacieho a etnického pôvodu. Do krajiny prichádzajú aj z rôznych dôvodov - niektorí hľadajú prácu, niektorí utekajú pred násilím a iní sa stretávajú s členmi rodiny. Dokonca aj prisťahovalci z tej istej krajiny sa často veľmi líšia vo svojom právnom postavení, úrovni rodinnej podpory a osobných skúsenosti. Z tohto dôvodu je pre psychológov nevyhnutné pochopenie kontextu prisťahovalectva. Je možné, že počas nebezpečnej cesty mohli zažiť extrémne počasie a terén, hlad, smäd a manipuláciu alebo sexuálne útoky pašerákov, ktorých platia za uľahčenie cesty. Medzi bežné problémy duševného zdravia migrantov, ktorí zažili traumu patria depresia, sú úzkosť a posttraumatická stresová porucha.

Po príchode do hostiteľskej krajiny čelia prisťahovalci a utečenci z celého sveta ďalším prekážkam pri navigácii v imigračnom systéme, hľadaní práce a prekonávaní jazykových a kultúrnych bariér. V tejto fáze mnohí čelia zaujatosti a diskriminácii kvôli svojej rase, čo tiež môže ovplyvniť ich duševné zdravie. Pre iných, ako sú napríklad rodiny, ktoré sú viac etablované a zapísali svoje deti do školy, môže byť obavou najmä ich spoločenská asimilácia a etnická identita. Napriek nespočetným výzvam sú prisťahovalci neuveriteľne odolní. Výskum „zdravého prisťahovaleckého paradoxu“ dokonca naznačuje, že po príchode majú prisťahovalci lepšie duševné zdravie ako neprisťahovalci. Ale akonáhle sa usadia, duševné zdravie má tendenciu klesať - čím sa, pre trvalú pohodu týchto komunit, podpora psychológov stáva ústrednou.

Ako sa pripraviť na pomoc?

Predtým, ako terapeuti začnú pracovať s prisťahovalcami a utečencami, mali by pochopiť kontext prisťahovalectva v hostiteľskej krajine a to ako dnes, tak aj historicky. Cadenas odporúča, aby sa psychológovia spojili so sociálnymi pracovníkmi, ktorí posilňujú/zmocňujú týchto ľudí a súčasťou ich práce je sociálna advokácia. Takíto pracovníci môžu pracovať v rôznych verejných, alebo aj mimovládnych organizáciách. Psychológovia ďalej musia identifikovať a pracovať s akýmkoľvek predsudkami a mylnými predstavami, ktoré o prisťahovalcoch môžu mať. Existuje niekoľko mýtov. Napríklad, že migranti zo Strednej Ameriky nie sú dostatočne vzdelaní, ale úroveň vzdelania sa u nich líši rovnako ako medzi neprisťahovalcami. Ďalším bežným predpokladom je, že mládež ázijského pôvodu je dobre prispôbená a vyžaduje menej podpory duševného zdravia ako ostatní študenti. Mýty fungujú nielen ako mentálne bariéry, ale aj bariéry v prepojení na dostupné služby.

Mylné predstavy o kultúre alebo povzbudzovanie pacientov, aby sa asimilovali bez záujmu a ocenenia vlastného kultúrneho dedičstva, môžu priamo poškodiť pacientov. Ako povedal klinický psychológ a odborný asistent na Univerzite v Manitobe Rehman Abdulrehman, PhD, ktorý pracuje s utečencami z Blízkeho východu: „Pracovníci, ktorí vykonávajú medzikultúrnu prácu a nevenujú pozornosť predsudkom, môžu neúmyselne povzbudiť pacienta, aby sa vzdal svojich kultúrnych praktík, čím posilní internalizovaný rasizmus tohto jednotlivca.“



Rozvíjanie poznatkov o kultúre pacienta a krajine pôvodu je tiež kľúčovou súčasťou poskytovania účinnej starostlivosti. Hovoriť rovnakým jazykom môže byť veľmi dôležité - ale, ak je pacient dvojjazyčný alebo ak je k dispozícii tlmočník, nie vždy potrebné. Iné kultúrne nuansy, ako sú konvencie týkajúce sa očného kontaktu alebo potreba vyjsť lekárovi v ústrety, alebo ho upokojiť, môžu ovplyvniť vzťah a úroveň pohodlia pacienta v liečbe. Napríklad ženy z masajskej spoločnosti vo východnej Afrike sa učia nepozerať sa počas sociálnych interakcií mužom do očí a nechať mužov hovoriť ako prvých. Terapeuti by mali už pred liečbou pochopiť takéto rodové normy.

Kultúrna kompetencia tiež vyžaduje, aby odborníci vedeli, ako hodnoty môžu ovplyvniť terapeutickú prácu. Napríklad pacienti z latinskoamerických kultúr, ktorí praktizujú familismo čiže lojalitu k rodine, môžu chcieť konzultovať s rodinnými príslušníkmi predtým, ako urobia o starostlivosti akékoľvek dôležité rozhodnutie. Bez znalosti praxe môže terapeut považovať takéto správanie za spoluzávislé. Napokon, psychológovia by mali byť oboznámení s prekážkami prístupu k starostlivosti, ktorým čelia mnohí prisťahovalci a utečenci. Tieto bariéry zahŕňajú všetko od každodenných nárokov bežného života, nákladov a nedostatku dopravy až po stigma duševného zdravia a strach, že informácie, ktoré zdieľajú so psychológom, môžu byť nesprávne spracované.

Oslovovanie prisťahovalcov na miestach, ktoré už často navštevujú - školy, komunitné centrá, miesta bohoslužieb a dokonca aj miesta sociálnych médií, ako je Facebook alebo Instagram - môže pomôcť túto medzeru preklenúť.

Aké klinické zručnosti je potrebné zdokonaľovať?

Vzhľadom na vysokú mieru traumy medzi prisťahovaleckými populáciami je kľúčovým princípom imigračnej psychológie pristupovať k liečbe psychotraumatických porúch. Pri vykonávaní úvodného interview alebo pri psychodiagnostike by mal pacient vedieť, že môže mať veci pod kontrolou, môže zastaviť rozhovor alebo sa rozhodnúť, že na určité otázky nebude odpovedať. Tón by mal byť skôr konverzačný ako na výsluchu. Odporúča sa tiež, aby sa terapeuti zamerali na vytvorenie pocitu bezpečia a budovania dôvery, aj keď to znamená, že počas prijímacieho rozhovoru nezískajú všetky požadované informácie. Terapeuti, ak je to relevantné, sa môžu rozhodnúť zdieľať svoje vlastné prepojenia s témou prisťahovalectva, aby tak uistili klienta, že sú bezpečnou osobou, no nikdy by nemali žiadať pacientov, aby zverejnili svoj imigračný status. Poskytovatelia by mali posúdiť traumu, ktorá sa mohla vyskytnúť pred, počas a po migrácii, najmä u pacientov pochádzajúcich z oblastí s vysokým konfliktom.

Predmigračné straty a expozície môžu zahŕňať narušenie pracovného, školského alebo rodinného života. Migračná trauma môže zahŕňať ďalšie hrozby, hladovanie a fyzické alebo sexuálne útoky. V hostiteľskej krajine môže spôsobiť ďalšie škody negatívny kontakt s niektorými jej obyvateľmi. Trauma sa môže prejaviť rôznymi spôsobmi. Psychológovia by mali venovať veľkú pozornosť somatickým príznakom. Tie môžu zahŕňať bolesť, ako sú bolesti žalúdka, bolesti hlavy alebo bolesti chrbta; diétne zmeny vrátane prejedania alebo straty chuti do jedla; problémy so spánkom; alebo nočné pomočovanie a regresívne správanie u detí. Terapeuti by tiež mali preskúmať úroveň spoločenskej asimilácie pacientov a ich postoje. Napríklad rodinná kultúra môže diktovať, aby sa dievčatá po vyučovaní vrátili domov, aby pomohli variť a upratať. Ale v hostiteľskej krajine sa môže preferovať účasť na športe a iných mimoškolských aktivitách, čo môže na jednej strane zlepšiť vyhliadky študentov na vysokú školu, ale na druhej byť v konflikte s tradíciou ktorá je v rodine.

Keď rodičia pochopia tieto očakávania, deti a dospievajúci sa môžu zapojiť do vývinovo vhodných aktivít, ktoré im pomôžu v procese spoločenskej asimilácie. Spolu s úsilím o spoločenskú asimiláciu by poskytovatelia mali pomôcť prisťahovalcom udržať si hrdosť na svoju vlastnú identitu, kultúru a praktiky. Výskum naznačuje, že silná etnická identita môže zlepšiť duševné zdravie medzi prisťahovaleckými populáciami, a to aj znížením apelačného stresu a depresie. Významnou súčasťou starostlivosti v kontexte problémov so spoločenskou asimiláciou, traumou a imigračným statusom je psychoedukácia. Tá môže zahŕňať rôzne formy a podoby, okrem rozhovoru napríklad aj psychoedukačné brožúry pre deti a rodiny v záchytných centrách s informáciami o somatických príznakoch, ktoré môžu naznačovať problémy duševného zdravia, radami na vyjadrenie emócií a spôsobmi, ako zvládnuť odlúčenie od rodiny. Pracovníci pracujúci s deťmi by tiež mali zvážiť vývinové narušenia, ku ktorým došlo počas migrácie. Napríklad malé deti, ktoré opustili školu, aby emigrovali, môžu mať problémy s vytváraním zdravých vzťahov so svojimi rovesníkmi. Poskytovatelia potom môžu spolupracovať s rodinami, aby dosiahli vývinové mílniky, ktoré deti zmeškali kvôli imigračnému procesu. Jedným z veľmi efektívnych spôsobov, ako byť oporou deťom, je prostredníctvom školských programov na rôznych úrovniach. Môžu to byť celoškolské programy, ako je napríklad prevencia šikanovania, alebo programy, ktoré zohľadňujú jedinečné potreby študentov prisťahovalcov (rozpoznanie pocitov stresu, kultúrne vhodné stratégie zvládania atď.), na špecifickejšej, sekundárnej úrovni prevencie potom môžeme aplikovať intervencie pre malé skupiny (ako je napríklad kultúrne informovaný psychoedukačný program pre deti a rodiny).



Okrem primárnej a sekundárnej prevencie je následne indikovaná individualizovaná starostlivosť, terapia/poradenstvo založené na dôkazoch, ktoré rieši pretrvávajúce obavy, ako je história traumy, jazykové problémy alebo iné faktory, čo zasahujú do bežného života. Pokiaľ ide o terapeutické metódy, ktoré sú účinné pre pacientov z radov prisťahovalcov, odborníci odporúčajú prístupy založené na silných stránkach a naratívnu terapiu. V naratívnej terapii pacient dekonštruuje svoje skúsenosti, úlohy a voľby prostredníctvom rozhovoru s terapeutom alebo prostredníctvom práce s písomným príbehom. V niektorých prípadoch môže byť príbeh prednášaný prostredníctvom umenia, hudby alebo filmu. Počas tohto procesu je dôležité, aby pacient vedel, že je odborníkom na svoj vlastný príbeh. Kognitívna behaviorálna terapia (CBT) a CBT zameraná na traumy sú tiež dobrými možnosťami.

Odborníci môžu pomôcť pacientom precvičiť si monitorovanie myšlienok a správania a poučiť ich o kognitívnej reštrukturalizácii, regulácii emócií a iných technikách. Behaviorálne postupy môžu ľuďom umožniť začať riešiť problémy, ktorým čelia z perspektívy že ide o zdravotný problém, a nie duševnú chorobu.

Zhrnutie na záver

Imigranti môžu čeliť celej škále náročných okolností, ako je rasizmus, spoločenská asimilácia a trauma. Výcvik v kultúrnej kompetentnej starostlivosti a poznanie otázok imigrácie môže psychológom pomôcť lepšie podporovať imigrantov a utečencov. Starostlivosť, ktorá je informovaná poznatkami z psychotraumatológie, naratívna terapia a kognitívno-behaviorálna terapia sú efektívne liečebné modalítity aj pre populáciu imigrantov.



Inšpirácia pre prax

Pravdivá diskusia

Aktivita sa zameriava na spôsob ako dávať spätnú väzbu v rôznych kontextoch. Niekedy sa človek, ktorý sa cíti ohrozený, môže brániť, klásť odpor alebo naopak. Táto hra obsahuje diskusiu o tipoch, ako dávať spätnú väzbu. Hráči sú požiadaní, aby sa striedali pri čítaní tipov, ako dávať efektívnu spätnú väzbu a diskutovali o každom z nich. Inštruujte hráča, aby obodoval príspevky jednotlivých ľudí do diskusie.

Čas a podmienky

10 až 30 minút, závisí od počtu hráčov v každej skupinke. Optimálne okolo 10 - 12 hráčov

Pomôcky

Leták „Dávanie efektívnej spätnej väzby“. Dajte každému hráčovi jeden výtlačok. Malé hárky papiera, perá, stopky, píšťalka, usporiadajte stoličky okolo stolov tak, aby mohli jednotlivé skupinky diskutovať.

Priebeh

Inštrukcia pre hráčov. Povedzte hráčom, že budú skúmať súbor tipov, ako dávať efektívnu spätnú väzbu. Budete diskutovať o každom tipe zvlášť. Rozdajte tipy. Každému hráčovi dajte jeden leták s 10 tipmi, ako dávať efektívnu spätnú väzbu. Požiadajte hráčov, aby si potichu prečítali tipy a premýšľali o nich. Usporiadajte skupinky. Rozdeľte hráčov do skupiniek po 3 až 7 ľudí. Navrhnite otázky do diskusie. Odporúčajte hráčom, aby pri diskusii využili pripravené otázky. Predneste im tieto otázky:

1. Ako by ste vysvetlili tento tip vlastnými slovami?
2. Ako by ste niekoho povzbudili, aby použil tento tip?
3. Aké osobné príklady máte na použitie tohto tipu v praxi?
4. Kto z vašich kolegov už využíva tento tip?
5. Aké sú výhody tohto tipu?
6. Aké by mohli byť nebezpečenstvá pri aplikácii tohto tipu?
7. Ako by ste tento tip preformulovali do ľahko zapamätateľného hesla?

Začiatok prvého kola. V každej skupine požiadajte hráčov, aby určili jedného človeka, kto začne s čítaním. Inštruujte tohto hráča, aby prečítal ktorýkoľvek z 10 tipov. Požiadajte skupinku, aby začala diskutovať o tomto tipe.

Záver prvého kola. Navrhnite 3-minútový časový limit. Po troch minútach zapískajte na píšťalku a ukončíte prvé kolo. Požiadajte toho, kto čítal prvý tip, aby si premyslel hodnotu príspevkov do diskusie od ostatných hráčov. Nech napíše na osobitné kúsky papiera čísla 1, 2, 3, ... a prideli ich každému hráčovi podľa hodnoty jeho príspevku. Uvedte tento príklad: Ak sú štyria ďalší hráči, človek, ktorý najlepšie prispel do diskusie, dostane číslo 1 a človek, ktorý prispel najmenej hodnotne, dostane číslo 4. Požiadajte toho, kto čítal prvý tip, aby tieto papieriky poskladal a položil ich každý jeden pred príslušného hráča. Inštruujte hráčov, aby neotvárali lístočky pred sebou.

Pokračovanie diskusie. V každej skupine požiadajte hráča, sediaceho po pravej ruke predošlého čitateľa, aby prevzali rolu čitateľa. Pokračujte v diskusii a skórujte príspevky. Opakujte postup, kým sa nevystriedajú všetci hráči v role čitateľa a hodnotiteľa.

Záver posledného kola. Keď mal každý hráč možnosť byť čitateľom, oznámte koniec aktivity.

Identifikujte víťaza. Požiadajte hráčov, aby si rozbalili lístky a spočítali čísla. V každej skupine bude víťazom hráč s najnižším súčtom. Identifikujte týchto víťazov a pogratulujte im.

Opätovné použitie aktivity

Použite štruktúru diskusie aj na preskúmanie iných dôležitých jemných zručností. Vytvorte leták s 10 užitočnými tipmi a zaradte ich do tejto aktivity.



Leták

Dávanie efektívnej spätnej väzby

1. Zvoľte vhodný čas a miesto na dávanie spätnej väzby. Zabezpečte, že nebudete vyrušovaní počas tohto dôležitého rozhovoru.
2. Nechod'te okolo horúcej kaše. Nepoužívajte sendvičovú metódu (pozitívna spätná väzba -negatívna spätná väzba - pozitívna spätná väzba). To len rozriedi účinok vašej spätnej väzby.
3. Zamerajte sa na medzeru medzi ideálnym správaním pri dosahovaní cieľov a skutočným správaním človeka dostávajúceho spätnú väzbu.
4. Dávajte spätnú väzbu priamo človeku, ktorý ju má dostať. Nedelegujte túto zodpovednosť nikomu inému, ani nerozprávajte za chrbtom dotyčného.
5. Dávajte spätnú väzbu v malých dávkach. Príveľa spätnej väzby je rovnako neúčinné ako primálo. Prijemca vašej spätnej väzby sa môže cítiť zahľtený.
6. Dávajte spätnú väzbu, nie rady. Ak vás niekto požiada o radu, začnite spolupracujúci rozhovor zameraný na riešenie problému.
7. Postupujte sokratovsky. Klad'te otázky namiesto výrokov spätnej väzby. Majte otvorenú myseľ, aby ste vnímali aj alternatívne vnemy.
8. Nie je to monológ. Povzbudzujte človeka, ktorému dávate pozitívnu spätnú väzbu, aby reagoval. Na sedení spätnej väzby ved'te dvojsmerný dialóg.
9. Chváľte verejne. Ale pamätajte: niektorí introvertní ľudia nemajú radi verejnú pozornosť. Niektoré kultúry si necenia verejnú pochvalu.
10. Pýtajte si spätnú väzbu na svoju spätnú väzbu. Požiadajte príjemcu, aby zhrnul to, čo ste povedali, aby ste si overili, že to bolo jasné. Pýtajte si aj návrhy na zlepšenie ako dávať spätnú väzbu.



Hry a aktivity

Otázky pri otvorení

Toto je stará Thiagiho aktivita z roku 1983. Stratégiou je predniesť päť otázok, jednu po druhej. Zároveň požiadajte účastníkov, aby vytvorili dvojice s novým partnerom a porozprávali sa o odpovediach na každú otázku. Neskôr vyberte náhodného účastníka a prečítajte mu jednu otázku. Požiadajte jeho predošlého partnera, aby si spomenul na odpoveď tohto človeka. Opakujte postup s ďalšími účastníkmi a otázkami. Cieľom aktivity je pomôcť účastníkom zoznámiť sa medzi sebou navzájom – a s témou výcviku/tréningu.

Príprava

Minimálny počet účastníkov je 6, optimum je 10 až 30. Na aktivitu potrebujete 15 až 20 minút. Pripravte si päť otázok súvisiacich s účastníkmi a témou výcviku. Tu je vzorka otázok z workshopu o prezentačných zručnostiach:

1. Ako často robíte vo svojej práci prezentácie?
2. Kto sú účastníci vašich prezentácií?
3. Čoho sa najviac obávate pri prezentácii?
4. Ako obvykle začínate prezentáciu?
5. Akú radu by ste dali začínajúcemu manažérovi na vašom pracovisku, čo sa týka prezentácií?

Priebeh

Požiadajte účastníkov, aby vstali, pohybovali sa po miestnosti a našli si partnera. Požiadajte dvojice účastníkov, aby stáli bližšie pri sebe a ďalej od ostatných dvojíc. Prečítajte prvú otázku zo zoznamu. Požiadajte partnerov, aby sa porozprávali o tejto otázke. Upozornite účastníkov, že si neskôr budú musieť spomenúť a zopakovať odpoveď svojho partnera vo dvojici. Počkajte, kým sa účastníci porozprávajú o otázkach. Po primeranej dobe požiadajte účastníkov, aby sa rozlúčili a našli si nového partnera. Prečítajte druhú otázku zo zoznamu. Podobne ako predtým požiadajte partnerov, aby sa porozprávali o svojich odpovediach. Pripomeňte im, aby pozorne počúvali a neskôr si vybavili odpoveď toho druhého. Opakujte proces vytvárania nových dvojíc a odpovedania na zostávajúce otázky, jednu po druhej. Po piatej otázke požiadajte účastníkov, aby sa vrátili na svoje miesto. Náhodne vyberte jedného účastníka, aby hral rolu celebrity. Požiadajte ho, aby vstal. Prečítajte ktorúkoľvek z otázok na zozname a požiadajte človeka, ktorý predtým počúval odpoveď tejto celebrity, aby ju zopakoval. Povzbudte ostatných, aby si vypočuli túto informáciu. Opakujte aktivitu a požiadajte ďalšiu celebrity, aby sa postavila, prečítajte inú otázku a požiadajte dotyčného partnera, aby zopakoval jej odpoveď. Po vhodnom počte opakovaní prestaňte.



Akcie a podujatia

WEBINÁRE

Webináre s transakčnou analytičkou JULIE HAY 10. MAREC 2022 MOTIVÁCIA 18:00 - 20:00
21. APRÍL 2022 MANAŽMENT ZMENY 18:00 - 20:00
26. MÁJ 2022 KONTRAKTOVANIE 18:00 - 20:00

Aj v roku 2022 pokračujeme sériou webinárov s Julie Hay. Julie je tréningová a supervidujúca transakčná analytička pre oblasť psychoterapie, poradenstva, vzdelávania aj organizačného rozvoja. Na tento rok pre vás pripravila sériu webinárov o tom, ako efektívnejšie pracovať s ľuďmi - s jednotlivcami, ale aj v organizáciách. Pre lepšie porozumenie tomu čo je motivácia a ako ju u klientov posilniť, čo to znamená zmena a jej riadenie a ako uzatvárať s jednotlivcami, v tímoch a organizáciách dohody, ktoré platia, využíva Julie teórie vychádzajúce z transakčnej analýzy. Na webinároch tak dostanete nielen priestor pre diskusiu, ale aj kazuistiky a príklady dobrej praxe a samozrejme, Juliin šarm.

MOTIVÁCIA

10. marca, od 18:00 do 20:00 hod. cez ZOOM Na tomto webinári bude témou motivácia. Hlavný pojem v tejto oblasti sú „stroky“, činy pozornosti, alebo inak povedané aj jednotky uznania medzi ľuďmi. Julie popíše, ako si všetci vypracovávame vzorce pozornosti, keď rastieme; ako ich môžeme analyzovať z hľadiska toho, ako trávime čas s inými ľuďmi, aký dopad má náš individuálny štýl získavania pozornosti a štýl ľudí, s ktorými sme v kontakte na nás a našu spoluprácu.

Zároveň budeme reflektovať čo sa zmenilo v našich vzorcoch pozornosti a uznania, keď sme sa dostali do lockdownu, ako sme využívali/nevyužívali ako ľudia v pandémie naše vzorce pozornosti pri tom ako museli zvládnuť chorobu, či už svoju alebo u našich blízkych a priateľov.

(Reč bude o nasledovných pojmoch z Transakčnej analýzy: „stroky“/jednotky pozornosti, pracovné štýly/hnacie sily, štruktúrovanie času, životné pozície/okná do sveta, dispozičný kosoštvorec).

MANAŽMENT

21. apríla, od 18:00 do 20:00 hod. cez ZOOM Na aprílovom webinári bude témou manažment zmeny. Julie predstaví svoju krivku kompetencií, ktorú vypracovala na základe materiálov Pamel Levinovej o štádiách vývinu v detstve, a ako sa tieto v cykloch opakujú počas celého života. Julie popíše vývinové úlohy, ktoré sa v detstve často nespĺnia a ukáže, ako súvisia nenaplnené potreby s vekom, kedy niečo prekážalo nášmu vývinu. Ukáže tiež, ako sa tieto potreby všeobecne budú vracat' približne každých 13 rokov. Keď to vieme, môžeme identifikovať, čo nám chýba a iniciovať spôsoby, ako môžeme ďalej rásť a rozvíjať sa. (Reč bude o nasledovných pojmoch z Transakčnej analýzy: vývinové cykly, špirály v špirálach, krivka kompetencií, scenár).

ZMENY

KONTRAKTOVANIE

26. mája, od 18:00 do 20:00 hod. cez ZOOM Na tretom webinári sa budeme zaoberať témou kontraktovanie. Ak máme niekomu pomôcť, aby sa zmenil, alebo keď pracujeme s niekým, kto pomáha nám zmeniť sa, je dôležité, aby sme uzavreli jasnú dohodu alebo kontrakt - medzi sebou a prípadne ďalšou zúčastnenou stranou. Julie vysvetlí rozličné úrovne kontraktu - praktickú/procedurálnu, profesionálnu a psychologickú - a ukáže, aké je dôležité, aby sme ošetrili každú z týchto úrovní - a ako ľahko niečo prehliadneme na psychologickú úroveň, kde môžu zúčastnené strany nevedome sabotovať to, čo hovoria alebo chcú. Pouvažujeme tiež o viacstrannom kontraktovaní, a význame úvahy o tom, ako kontrakty medzi dvomi ľuďmi (odborník/klient, učiteľ/žiak, manažér/podriadený atď.) môžu vplývať na organizácie, rodinných príslušníkov, vládu a dokonca na asociácie TA.



DLHODOBÉ VÝCVIKY

12. - 13. MÁJ 2021
AKO BYŤ MENTOR?

- s Vladom Hambálkom a Silviou Gallovou
- výcvik v mentoringu pozostávajúci zo 5 modulov, v termínoch

12. a 13. 5.
23. a 24. 6.
21. a 22. 7.
+ 2 moduly

Cieľom tréningového programu „Ako byť mentor“ je integrácia predchádzajúcich pracovných a osobných skúseností s teoretickými koncepciami a kompetenciami mentorovania. Účastníci budú po jeho absolvovaní schopní viesť proces mentorovania takým spôsobom, aby efektívne rozvíjal vedomosti, schopnosti, zručnosti a postoje mentorovaného študenta. Zároveň si účastníci rozšíria svoje poznatky o teórii a rozvinú komunikačné zručnosti a metodiku potrebnú pre profesionálny rast v oblasti mentorovania. To pomôže obohatiť individuálny model praxe účastníka výcviku a bude viesť rozvoju profesionálnej identity mentora. Tréningový program obsahuje okrem interaktívneho vzdelávania aj hodiny supervízie pre frekventantov vzdelávania a príležitosti aplikovať svoje poznatky na množstvo pracovných kontextov.

Kurz je určený pre interných alebo externých koučov, trénerov, lektorov, konzultantov, supervízorov, ktorí si chcú rozšíriť kompetencie o mentorovanie, psychologov, poradcov, manažérov, pracovníkov oddelenia pre ľudské zdroje, ktorí sa stávajú mentormi pre kolegov a koordinujú či riadia rozvoj v organizáciách. Zároveň je vhodný aj pre vedúcich pracovníkov z radov dobrovoľníctva, verejného alebo súkromného sektora. Lektormi vzdelávacieho programu sú Silvia Gallová MCC a Vladimír Hambálek, supervízorka a mentorka koučov a supervízor pre oblasti psychologického poradenstva, koučovania a organizačného rozvoja. Supervízormi programu sú certifikovaní supervízori koučovania/mentorovania.

26. MÁJ 2022 - 10. NOVEMBER 2023
SUPERVÍZIA V POMÁHAJÚCICH PROFESIÁCH
- akreditovaný výcvik MŠVVaŠ SR

Coachingplus v roku 2022 otvára druhý beh 250 h výcviku Supervízia v pomáhajúcich profesiách pre skúsených supervízorov a odborníkov z praxe psychoterapia, psychológia, koučovanie, mentorovanie, tréning a organizačné poradenstvo, pedagogika a sociálna práca. Ak ste supervízori, ktorí si chcú rozšíriť svoje portfólio, alebo ak ste praktici vyššie spomenutých odborov minimálne z 10 ročnou praxou, medzinárodne certifikovaný Coachingplus výcvik v supervízii vám pomôže nájsť skupinu kolegov, ktorí majú záujem o rozvoj supervízie a zlepšenie jej kvality na Slovensku. Výcvik je akreditovaný Ministerstvom školstva, spĺňa všetky zákonné podmienky na udelenie licencie budúcemu supervízorovi (zápis do zoznamu supervízorov) a zároveň je príležitosťou vytvoriť si vlastné supervízne portfólio a zlepšiť zručnosti v praktickej supervíznej práci s jednotlivcom, tímom aj organizáciou. Výcvik vedú skúsení, medzinárodne akreditovaní supervízori z Coachingplus a zároveň na ňom participujú hostia supervízori z rôznych aplikačných úrovní (z kontextu psychoterapie, poradenskej psychológie, koučovania, mentorovania a vzdelávania dospelých, organizačného rozvoja). Viac info v kalendári podujatí na www.coachingplus.org, alebo osobne s lektorom Vladom Hambálkom 0905323201.

Termíny výcviku:

2022:

26. - 27. 5.
30. 6. - 1.7.
25. - 26.8.
29. - 30. 9.
20. - 21.10.

2023:

26. - 27. 1.
23. - 24. 2.
23. - 24. 3.
20. - 21. 4.
18. - 19. 5.
15. - 16. 6.
21. - 22. 9.
12. - 13.10.
9. - 10.11.

LETNÁ ŠKOLA COACHINGPLUS (ONLINE)

22. - 24. AUGUST 2022 OD 18:00 DO 20:00



WEBCASTY COACHINGPLUS

ROZVOJ TÍMOV A TÍMOVEJ SPOLUPRÁCE

Coachingplus ponúka 5 dielov webcastovej série na tému tímov a tímovej spolupráce. Všetky časti z cyklu „Rozvoj tímov a tímovej spolupráce“ sú venované téme a prostredníctvom slajdov, reflexie a rozhovorov s našimi hosťami, Števkou Hrivňákovou, Jožom Stopkom a Zuzanou Zimovou sa môžete zoznámiť s know how, ktoré vám pomôže transformovať alebo obohatiť vašu prácu s tímami nech už pracujete ako manažér, ste členom tímu, alebo tímy sprevádzate ako externý konzultant (kouč, lektor, facilitátor, supervízor...)

ROZVOD A ČO ĎALEJ...

5 dielov cca 1,5 hodinových tréningových videí k téme "Multidisciplinárne intervencie v rozvoje". Štruktúra každého hodinového videa pozostáva z prezentácie, diskusie a kazuistiky, ktorá sa týka problému. Každý modul je zameraný na inú praktickú tému. Webinára vedú Zuzana Zimová a Vladimír Hambálek.

PRÁCA S EMÓCIAMI V PORADENSKOM (TERAPEUTICKOM, KOUČOVACOM, MEDIAČNOM) PROCESSE

Zámerom 3 dielnej série webinárov je predstaviť rôzne stratégie, postupy a techniky, ktoré pomáhajú pomáhajúcim pracovníkom pri práci s vlastnými emóciami a pri práci s klientom. Každý webinár trvá viac ako hodinu a obsahuje príklady z praxe, powerpointové prezentácie a diskusiu lektorov.

EFEKTÍVNY POMÁHAJÚCI ROZHOVOR S JEDNOTLIVCOM, PÁROM ALEBO SKUPINOU

Webinára sú vhodné pre všetky pomáhajúce profesie, psychologov, liečebných a sociálnych pedagógov, sociálnych pracovníkov, ale aj mediátorov či koučov.

Zámerom 3 dielnej série webinárov je predstaviť rôzne stratégie, postupy a techniky, ktoré pomáhajú pomáhajúcim pracovníkom pri vedení pomáhajúceho rozhovoru s klientom. Každý webinár trvá viac ako hodinu a obsahuje príklady z praxe, powerpointové prezentácie a diskusiu lektorov.

OKNÁ DOKORÁN MOTIVÁCIE A ZMENY

Do zbierky našich webcastov, ktoré predstavujú know how Coachingplus pribudlo nových 5 dielov. Všetky sa venujú téme Motivácia, zmena a práca s odporom. Webinára 1-3 vedú lektori Vlado Hambálek a Zuzka Zimová a webinára 4-5 vedú Vlado Hambálek a Marta Špaleková. Každý webinár trvá viac ako hodinu a obsahuje príklady z praxe, powerpointové prezentácie a diskusiu lektorov. Motivácia a práca so zmenou sú trademark Coachingplus. Vo videách sme zhrnuli 15 rokov našich výcvikov (Integratívna práca s motiváciou a zmenou v komplexných systémoch, rodinách a pároch), ktoré sme v Coachingplus realizovali. Veríme, že čas s nami (Vlado, Zuzka, Marta) bude pre vás príjemný aj užitočný.

Na podujatia sa môžete prihlásiť mailom na mihalkova@coachingplus.org alebo formou online prihlášky na <https://www.coachingplus.org/workshops.html> Počet prihlásených na všetky vzdelávacie podujatia je obmedzený. O poradí prihlásených rozhodne včasné uhradenie platby. Prezenčná účasť na podujatiach sa riadi COVID automatom. V prípade nutnosti budeme pracujeme online.