



Obsah news

- Čo je to organizačný rozvoj (časť siedma, Burke Litwinov model organizačnej zmeny)
- Supervízna aktivita o využití perspektívy klienta
- Aktivity zamerané na všímavosť

Čo je to organizačný rozvoj (časť siedma Burke Litwinov model)	2
Inšpirácia pre prax Využitie perspektívy klienta v supervízii	4
Hry a aktivity Aktivity zamerané na podporu všímavosti	5
Akcie a podujatia	9



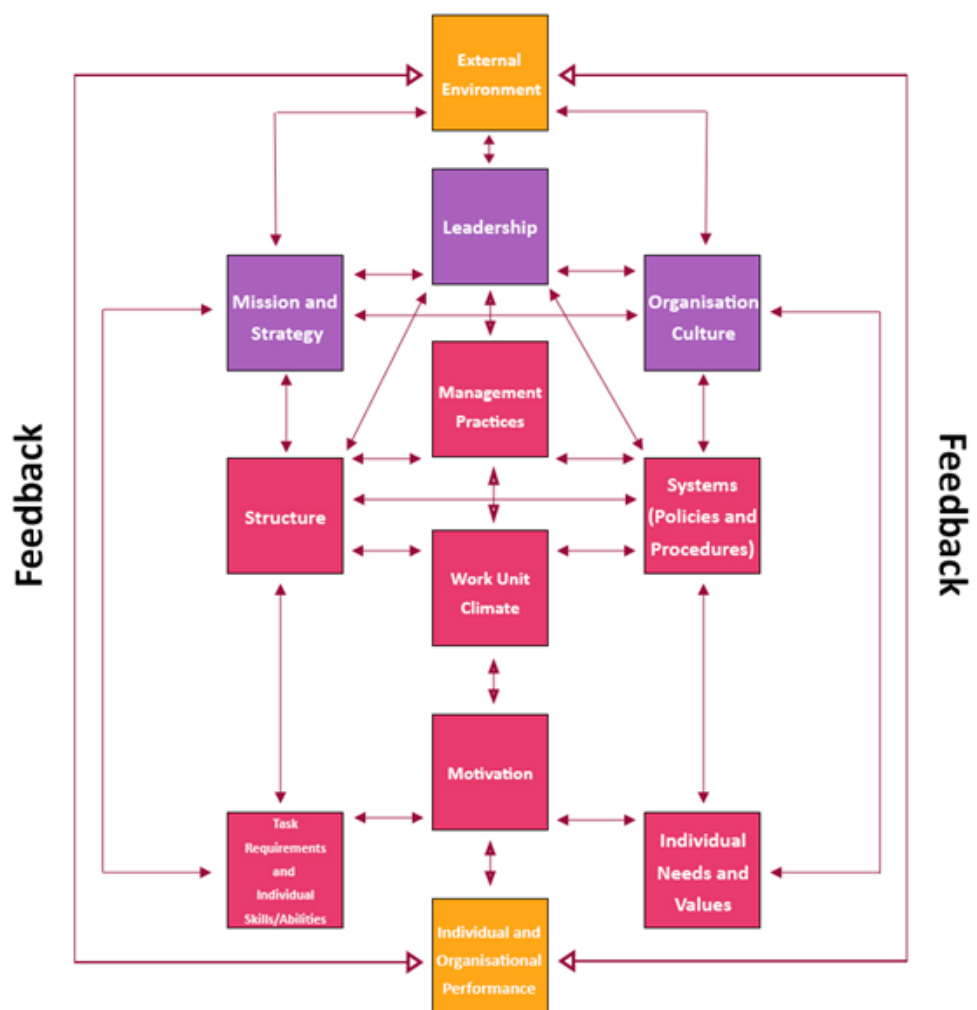
Čo je to organizačný rozvoj (časť siedma Burke Litwinov model)

Model šiestich políčok

Model „Výkonu a zmeny“ je nástroj používaný na pochopenie jednotlivých častí organizácie a ich vzájomných vzťahov v čase zmien. Častým dôvodom neúspechu procesu implementácie zmeny je, že sa nezohľadňujú všetky oblasti organizácie, ktorých sa zmena týka. Použitie tohto modelu preto môže odhaliť, ktoré oblasti podniku sú realizovanými zmenami ovplyvnené a ako sú vzájomne prepojené. Model tiež ukazuje hierarchiu faktorov v rámci organizácie, a teda tok vplyvu od jedného faktora k druhému. Model je príkladom "teórie otvorených systémov", ktorá naznačuje, že zmena pochádza z vonkajších vplyvov.

Autori opisujú model ako mechanizmus, ktorý zobrazuje "...primárne premenné, ktoré je potrebné zohľadniť pri každom pokuse predpovedať a vysvetliť celkový výstup správania organizácie, najdôležitejšie interakcie medzi týmito premennými a spôsob, akým ovplyvňujú zmenu". V rámci organizácie existujú štyri skupiny prvkov: vonkajšie prostredie, transformačné faktory, transakčné faktory a výkonnosť. Každá skupina potom obsahuje rôzne prvky organizácie. Schéma ukazuje, ktoré prvky patria do ktorej skupiny, ako na seba navzájom pôsobia a aká je celková hierarchia organizácie.

The Burke-Litwin Change Model





Predpokladom tohto modelu je, že stratégie a intervencie organizačného rozvoja (nielen pri implementovaní zmien) zamerané na štruktúru, riadiace postupy a systémy (politiky a postupy) vedú k zmenám prvého rádu a intervencie zamerané na poslanie a stratégiu, vedenie a organizačnú kultúru vedú k zmenám druhého rádu. Na zmenu sa tak pozerá z dvoch hľadísk - zmena prvého rádu alebo transakčná zmena sa týka zmeny prvkov, ako sú systémy alebo procesy, zatiaľ čo základná povaha organizácie zostáva rovnaká, napríklad jej kultúra a hodnoty. Zmena štruktúry alebo riadiacich postupov spôsobí zmeny v pracovnej klíme - definovanej ako vnímanie a postoje zamestnancov k organizácii - a to, či je to dobré alebo zlé miesto na prácu, priateľské alebo nepriateľské, ľahké alebo pracovité. Tieto zmeny si vyžadujú transformačné vedenie.

Začiatok a koniec procesu (žlté bloky) predstavujú vstup do organizácie, vonkajšie prostredie a finálny výstup organizácie, ktorý predstavuje individuálny a organizačný výkon. Organizácia operuje v externom prostredí. Externé prostredie, ako jeden z faktorov, predstavuje všetky sily alebo podmienky mimo organizácie, ktoré ovplyvňujú jej procesy. Príkladom môže byť správanie spotrebiteľov, zmeny zákonov, alebo podmienky na trhu. Ďalšími faktormi sú individuálna a organizačná výkonnosť. Tento faktor predstavuje celkový výstup organizácie. Môže byť vyjadrený rôznymi spôsobmi, bežne obratom, produktivitou, spokojnosťou zákazníkov atď.

Transformačné faktory (fialové bloky) sú hlboko zakorenené procesy a charakteristiky organizácie. Akákoľvek zmena, ku ktorej dôjde v týchto faktoroch, bude mať podstatné dôsledky pre zvyšok organizácie. Platí tiež, že akákoľvek iná zmena si bude vyžadovať vstup týchto faktorov, a preto šípky smerujú oboma smermi. Trvalá zmena ktoréhokoľvek z týchto faktorov pravdepodobne vyvolá zmeny v celej organizácii. Tieto faktory budú najsilnejšie ovplyvnené vonkajším prostredím a budú mať tiež najsilnejší vplyv na transakčné faktory. Ide o:

- Vedenie - autori uvádzajú, že tento faktor "udáva smer" zvyšku organizácie. Osoby vo vedúcich pozíciách sú zodpovedné za vypracovanie vízie a motivovanie zvyšku organizácie k jej dosiahnutiu.
- Poslanie a stratégiu - tento faktor opisuje cieľ organizácie a tiež postupy, ako sa dosiahne.
- Kultúru organizácie - normy a hodnoty organizácie. Budú menej formálne ako "poslanie a stratégia", ale stále budú existovať implicitne v celej organizácii.

Transakčné faktory (ružové bloky) sa týkajú každodenných operácií v rámci organizácie. Autori tvrdia, že tieto faktory sú silne ovplyvnené skôr manažmentom ako vodcovstvom. Zmena týchto faktorov pravdepodobne povedie k trvalej zmene len vtedy, ak sa následne ovplyvnia aj transformačné faktory. Ide o:

- Manažérske postupy - správanie a činnosti manažérov, ktoré sú zvyčajne prispôbené realizácii celkovej stratégie.
- Štruktúru - členenie organizácie, t. j. hierarchiu, oddelenia, kanály podávania správ.
- Systémy (politiky a postupy) - sú to mechanizmy zavedené na pomoc a podporu zamestnancov. Môže ísť napríklad o právne systémy alebo systémy odmeňovania.
- Pracovnú klímu jednotlivých úsekov a oddelení - pracovné prostredie tímu. Napríklad, ako dobre členovia tímu spolupracujú, ako dobre sa jednotlivci cítia pri vyjadrovaní svojich názorov alebo ako dobre sú stanovené a odmeňované ciele.
- Motiváciu - jasné stanovenie a riadenie cieľov, ktoré inšpirujú a usmerňujú zamestnancov.
- Požiadavky na úlohy a individuálne zručnosti/schopnosti - zosúladenie opisu práce s odbornými znalosťami zamestnanca. Napr. aj skúsený zamestnanec na vysokej úrovni môže mať napríklad stále problémy s osvojením si nových technológií.
- Individuálne potreby a hodnoty - Zamestnanci očakávajú, že v rámci ich funkcie budú splnené určité požiadavky, ako napríklad plat, rovnováha medzi pracovným a súkromným životom, zodpovednosť atď.

Dva hlavné spôsoby použitia modelu sú buď diagnostikovanie problému v organizácii, alebo vytvorenie akčného plánu (často pre iniciatívu zmeny). Najskôr by sa mala identifikovať skupina, v ktorej buď vzniká, alebo sa plánuje zmena. Potom by sa v rámci tejto skupiny mal identifikovať konkrétny prvok, ktorý by mal byť implementovaný, alebo transformovaný. Keď sa tak stane, možno identifikovať aj všetky dotknuté prvky, vyššie spomenuté súčasti celku. Príkladom môže byť zmena právnych požiadaviek na prácu (vonkajšie prostredie). To by viedlo k zmene riadiacich postupov, čo by následne ovplyvnilo klímu a systémy konkrétneho pracovného útvaru. Prostredníctvom motivácie a individuálnych potrieb a hodnôt by sme potom zaznamenali zmenu individuálneho a organizačného výkonu. Je dôležité mať na pamäti, že tento model neznamená, že sú vždy potrebné zmeny kritických faktorov, je však užitočným nástrojom na identifikáciu relevantných faktorov a ich vzájomnej interakcie pri procese zmeny alebo pri jej plánovaní.



Inšpirácia pre prax

Využitie perspektívy klienta v supervízii

Zámerom tejto aktivity je podnietiť reflexiu vzťahu supervidovaný - klient počas supervízneho sedenia. Technika môže byť užitočná, ak je supervidovaný zvedavý na svoj vplyv na klienta. Môže sa to týkať existujúceho alebo nového klienta. Supervízor by mohol zvoliť tento prístup vtedy, ak sa domnieva, že "pochopenie klienta" môže u supervidovaného podnietiť nové, užitočné myšlienky.

Postup

Zámerom je aby si supervidovaný vypočul od členov skupiny ako vnímajú jeho vzťah s klientom a vplyv ktorý má na klienta.

Krok 1 (a): Vyzvite supervidovaného, aby predstavil vzťah medzi ním (terapeutom, koučom...) a klientom, o ktorom chce diskutovať. Pri práci so skupinou supervízor podnecuje otázky, ktoré sa zameriavajú na prvé a tretie oko z modelu siedmich očí Hawkinsa a Shoheta: 1 (klient v miestnosti) a 3 (vzťah medzi odborníkom a klientom). Môže použiť napr. otázky:

- Ako sa rozhodlo o tom, že bude prebiehať koučovanie (poradenstvo, terapia...)?
- Opište klienta a to, čo ste si na ňom všimli
- Čo si myslíte o tomto klientovi?
- Čo si všimate na povahe tohto vzťahu?
- Čo si myslíte, že sa deje, čo sa nehovorí?
- Čo si myslíte, že môže stáť v ceste skutočne produktívnemu vzťahu?

Krok 1b): Medzitým supervízor povzbudzuje členov skupiny, aby pozorne počúvali jazyk a reč tela, ktoré supervidovaný používa, a aby si všimali, ako reagujú oni sami.

Krok 2: Supervízor sa so supervidovaným dohodne na presnom znení otázok pre členov skupiny. Napríklad:

- Aké je to podľa mňa byť s koučom (poradcom, terapeutom...) v tomto prípade?
- Aké názory ste si o mne osobne vytvorili, čo si o mne myslíte?

Krok 3: Supervízor odporučí skupine, aby reagovala, akoby bola klientom, pokiaľ ide o to, ako prežíva kouča a koučovací vzťah. Každý člen skupiny odpovedá na špecifikovanú otázku iba výrokmi "ja", pričom sa pozerá priamo na supervízora. Môžu sa podeliť o to, čo si predstavujú, že by si mysleli a cítili, alebo ak by sa tým zopakovala predchádzajúca odpoveď, môžu ponúknuť inú, ale rovnako pravdepodobnú reakciu, aby pomohli pridať rôznorodosť pohľadov.

Krok 3b): Supervidovaný počúva bez toho, aby reagoval, a zaznamenáva to, čo v ňom rezonuje.

Krok 4: Po tom, ako každý člen skupiny prehovorí, supervízor vyzve supervidovaného, aby sa zamyslel, zatiaľ čo ostatní mlčia. Ak je to vhodné, supervízor položí otázku, napríklad: "Aké nové užitočné poznatky ste získali?" alebo "Čo konkrétne vo vás rezonuje?"

Krok 5: Na záver sa nadriadený opýta: "S týmito novými myšlienkami o tom, čo sa môže diať z pohľadu klienta, čo by ste mohli urobiť pri ďalších sedeniach?"

Ako pracovať s technikou ...

Pri tvorbe vyjadrení o vplyve, ktorý má odborník na klienta by mal supervízor členom skupiny pripomenúť, že supervidovaný nehľadá radu ani pripomienky k širšiemu systému, skôr chce pochopiť, aký možný vplyv môže mať jeho prístup prístup na klienta (pokiaľ ho chápe). Supervidovaný nemusí reagovať na každú pripomienku postupne, ale vysloví sa len k tomu, čo mu najviac rezonuje. Supervízor musí odhadnúť úroveň dôvery v skupine a riadiť úroveň otvorenosti podľa odolnosti supervidovaného. Je dobré vyzvať členov skupiny, aby hovorili odvážne, ale citlivo, udržiavajúc napätie pri stimulovaní užitočného nového myslenia, no uvedomujúc si, že prijatie potenciálne negatívnych vplyvov môže byť ťažké počuť.



Hry a aktivity

Aktivity zamerané na podporu všímavosti

Cvičenie piatich zmyslov

Toto cvičenie sa nazýva "päť zmyslov" a poskytuje návod na rýchle precvičovanie všímavosti takmer v každej situácii. Stačí si všimnúť niečo, čo prežívate každým z piatich zmyslov. Pri cvičení piatich zmyslov postupujte podľa tohto poradia:

- Všimnite si päť vecí, ktoré môžete vidieť. Rozhliadnite sa okolo seba a upriamte svoju pozornosť na päť vecí, ktoré vidíte. Vyberte si niečo, čo si bežne nevšímame, napríklad tieň alebo malú prasklinu v betóne.
- Všimnite si štyri veci, ktoré môžete cítiť. Uvedomte si štyri veci, ktoré práve cítite, napríklad štruktúru nohavíc, pocit vetra na pokožke alebo hladký povrch stola, na ktorom máte položené ruky.
- Všimnite si tri veci, ktoré môžete počuť. Chvilu počúvajte a všimnite si tri veci, ktoré počujete v pozadí. Môže to byť štebot vtáka, bzučanie chladničky alebo slabé zvuky dopravy z blízkej cesty. Všimnite si dvoch vecí, ktoré môžete cítiť.
- Upozornite na vône, ktoré zvyčajne filtrujete, či už sú príjemné alebo nepríjemné. Možno vietor nesie závan borovice, ak ste vonku, alebo vôňu reštaurácie s rýchlym občerstvením na druhej strane ulice.
- Všimnite si jednu vec, ktorú môžete ochutnať. Zamerajte sa na jednu vec, ktorú môžete ochutnať práve teraz, v tejto chvíli. Môžete si dať dúšok nápoja, žuť žuvačku, niečo zjesť, všimnúť si aktuálnu chuť v ústach alebo dokonca otvoriť ústa a hľadať chuť vo vzduchu.

Cvičenie všímavosti v 3 krokoch

V tomto cvičení sú len tri kroky:

- Krok 1: vystúpte z "autopilota" a uvedomte si, čo práve robíte, na čo myslíte a čo cítite. Skúste sa zastaviť a zaujať pohodlný, ale dôstojný postoj. Všimajte si myšlienky, ktoré sa objavujú, a uvedomte si svoje pocity, ale nechajte ich prejsť. Nalaďte sa na to, kto ste a aký je váš súčasný stav.
- Krok 2: šesť dychov alebo jednu minútu si uvedomujte dýchanie. Cieľom je sústrediť pozornosť na jednu vec: na svoj dych. Všimajte si pohyb svojho tela pri každom nádychu, ako sa vám dvíha a klesá hrudník, ako sa vám vtlačia a vytáhuje brucho a ako sa vám rozťahujú a sťahujú pľúca. Nájdite vzorec svojho dychu a vďaka tomuto vedomiu sa ukotvite v prítomnosti.
- Krok 3: rozšírite vedomie smerom von, najprv na telo a potom na okolie. Dovoľte, aby sa toto vedomie rozšírilo do vášho tela. Všimajte si pocity, ktoré zažívate, ako je napätie, bolesť alebo možno ľahkosť v tvári či ramenách. Majte na pamäti svoje telo ako celok, ako kompletnú nádobu pre vaše vnútorné ja a ak chcete, môžete svoje vedomie ešte viac rozšíriť na okolie. Zamerajte svoju pozornosť na to, čo je pred vami. Všimajte si farby, tvary, vzory a textúry predmetov, ktoré vidíte. Buďte v tejto chvíli prítomní, uvedomujte si svoje okolie. Keď ste pripravení dokončiť cvičenie, pomaly otvorte oči a snažte sa túto všímavosť nosiť so sebou počas celého dňa.

Technika vedomej chôdze po ulici

Jedným zo základných procesov, ktoré možno ovplyvniť cvičením všímavosti, je naša schopnosť pozorovať svoje myšlienky, emócie a pocity bez toho, aby sme reagovali a snažili sa ich napraviť, skryť alebo vyriešiť. Toto uvedomovanie vytvára priestor na voľbu medzi impulzmi a konaním, ktoré môže pomôcť rozvíjať zručnosti zvládania a pozitívne zmeny správania.

V prvom kroku tejto intervencie facilitátor pomáha klientovi predstaviť si scenár, v ktorom kráča po známej ulici, keď sa pozrie hore a uvidí na druhej strane ulice niekoho, koho pozná. Zamávajú, avšak druhá osoba neodpovedá a pokračuje v chôdzi priamo okolo.

V druhom kroku facilitátor podnecuje klienta k reflexii kladením série otázok:

1. Všimli ste si počas predstavovania si situácie nejaké svoje myšlienky?
2. Všimli ste si pri predstavovaní nejaké svoje emócie?

V treťom a poslednom kroku facilitátor požiada klienta, aby sa zamyslel nad sériou emócií a myšlienok, ktoré sa objavili, nad tým, ako to ovplyvňuje jeho správanie, či bolo cvičenie užitočné, a o akékoľvek záverečné pripomienky.



3-minútový priestor na oddych

Na rozdiel od meditácií alebo skenovania tela je toto cvičenie rýchle a užitočné pri začatí praxe všímavosti. Pri meditáciách a skenovaní tela sa často objavujú myšlienky a udržať si pokojnú a čistú hlavu môže byť náročné. Toto posledné cvičenie môže byť dokonalou technikou pre tých, ktorí majú rušný život a myseľ. Cvičenie je rozdelené na tri časti, jednu na minútu, a funguje nasledovne: Prvú minútu venujeme odpovedi na otázku "Ako sa mi práve teraz darí?", pričom sa sústreďíme na pocity, myšlienky a vnemy, ktoré sa objavujú, a snažíme sa tieto slová a vety vysloviť. Druhá minúta je venovaná uvedomovaniu si dychu. Posledná minúta slúži na rozšírenie pozornosti smerom von z dychu a na vnímanie spôsobov, akými dýchanie ovplyvňuje zvyšok tela. Udržať pokojnú myseľ môže byť dosť náročné a často sa objavujú myšlienky. Nejde o to, aby ste ich blokovali, ale skôr o to, aby ste ich nechali prísť do svojej mysle a potom opäť zmiznúť. Snažte sa ich len pozorovať.



Akcie a podujatia

ONLINE

PORADENSKÝ PROCES - SÉRIA 12 WEBINÁROV

29. január 2024 - 16. december 2024 vždy od 18:00 do 20:00 ONLINE NA ZOOME

Zámer kurzu

Zámerom pravidelných webinárov v roku 2024 je všetkým záujemcom z odbornej verejnosti predstaviť stratégie, postupy, metódy a techniky poradenstva. Na webináre sa je možné prihlásiť jednotlivo, alebo môžete navštíviť vybrané tri webináre za zľavu, či ísť na všetky webináre za zvýhodnenú sumu.

Webináre sú vhodné pre všetkých odborníkov/čky, ktorí sprevádzajú klientov/ky v kontexte poradenstva: pre poradenských aj školských psychológov/čky, pre sociálnych poradcov/kyne, liečebných a špeciálnych pedagógov/ičky, pre koučov/ky, mentorov/ky, supervízorov/ky, ktorí supervidujú poradcov/kyne, no zaujať môže aj psychoterapeutov/ky, organizačných poradcov/kyne a vedúcich zamestnancov/kyne organizácií, ktoré sa poradenstvu venujú.

Kurz je rozdelený do 12 blokov, ktoré na seba nadväzujú, no účasť na jednom nepodmieňuje absolvovanie iného. Všetkými webinármi vás bude sprevádzať Vlado Hambálek, na vybraných webinároch budú hostia/ky, štruktúra webinárov je kombináciou video ukážok práce s klientmi/kami, ktoré podporujú teoretický výklad k téme, ukážok konkrétnych techník, diskusie v malých skupinách a odpovedí na otázky.

Webináre môžu slúžiť ako prehľadný úvod do problematiky, no majú ambíciu aj prehĺbiť poznanie skúseným praktikom. Každý webinár je v trvaní 2 hodiny. V prípade záujmu účastníkov, webináre sa budú aj nahrávať.

Cena

Ponúkame tri alternatívy zakúpenia webinárov:

- platba jednotlivo za každý webinár, cena 49 Eur
- platba vopred za 3 webináre, zvýhodnená cena 119 Eur

Každý webinár obsahuje aj materiály, študijné texty a cvičenia, ktoré dostanú účastníci/čky k dispozícii. Účasť je online v reálnom čase.

Témy a termíny webinárov

- **Rola poradcu. Základné poradenské kompetencie a komunikačné zručnosti poradcu**
29. 1. 2024
- Poradenský proces a jeho jednotlivé fázy
26. 2. 2024
- Poradenský rozhovor a jeho štruktúra
25. 3. 2024
- Kontraktovanie v poradenstve a práca s cieľmi
29. 4. 2024
- Práca s rodinou, kontextom a vzťahmi klienta
22. 5. 2024
- Práca s nedobrovoľnými klientmi, motiváciou a odporom v poradenstve
19. 6. 2024
- Diagnostika v poradenskom procese
29. 7. 2024
- Metódy a techniky poradenského procesu I. (kognitívne, behaviorálne a systémové stratégie)
26. 8. 2024
- Metódy a techniky poradenského procesu II. (na emócie zamerané a psychodynamické stratégie)
23. 9. 2024
- Kreativita a kreatívne metódy a techniky v poradenstve
23.10. 2024
- Multidisciplinárna spolupráca v kontexte starostlivosti o klienta
25.11. 2024
- Etika a etické dilemy v poradenstve
16.12. 2024

Prihlásiť sa na webináre podľa vlastného výber môžete cez online prihlášku na našom webu tu <https://www.coachingplus.org/webinar-seria-poradensky-proces.php>



PREZENČNE

PSYCHOLÓGIA V KOUČOVANÍ

2. SEPTEMBER 2024 ONLINE

9. - 10. SEPTEMBER 2024- 10. - 11. FEBRUÁR 2025 PREZENČNE

Keď ste kouč, koučujúci manažér, mentor, lektor, mediátor, či iná profesia, ktorá využíva koučovacie zručnosti, tréningový program psychológia pre koučov vám poskytne vybrané poznanie a praktický nácvik zručností a kompetencií z oblasti psychológie, ktoré prehĺbia a obohatia vaše porozumenie koučovania.

Ak chcete vedieť koučovať psychologicky fundovaným spôsobom, program psychológia pre koučov vás naučí:

- Ako prepájať koučovacie kompetencie s jednotlivými spôsobmi psychologického myslenia a konania.
- Ako využívať psychologické modely k tomu, aby sme lepšie porozumeli tomu ako rozmýšľajú a čo prežívajú naši klienti/ky v koučovaní.
- Aké psychologické prístupy a postupy si osvojiť, aby ste prehĺbili kvalitu a hĺbku koučovacieho vzťahu s klientom/kou.
- Ako prostredníctvom konkrétnych nástrojov, ktoré sa dajú počas koučovania využiť, lepšie rozumieť nielen klientom/kám, ale aj sebe ako koučovi/ke.

Obsah programu pozostáva z:

- 5 praktických dvojdných tréningových modulov, ktoré pokrývajú kompetencie koučovania a prepájajú ich s psychologickými prístupmi,
- 5 nahratých teoretických webcastov, ktoré vo video nahrávkach demonštrujú aplikáciu psychologických zručností jednotlivých prístupov v koučovaní,
- 5 teoreticko-reflexívnych webinárov, ktoré prehľbujú aplikačnú rovinu a reflexívnym spôsobom požívajú frekventantov/ky k vytváraniu vlastného štýlu, ktorým integrujú psychologické poznanie a zručnosti v koučovacej praxi.

Podmienky vstupu do vzdelávacieho programu:

Frekventanti musia mať absolvovaný výcvik v koučovaní, prípadne mentorovaní a musia koučovacie zručnosti a kompetencie aktívne využívať v praxi s klientmi. Odporúčaná je pravidelná supervízia koučovania.

Dátumy stretnutí:

- Online 2.9. o18.00 h., prezenčne 9.-10.9.
- Online 14.10. o18.00 h., prezenčne 21.-22.10.
- Online 13.11. o18.00 h., prezenčne 18.-19.11.
- Online 13. 1. 2025 o18:00, prezenčne 20. - 21. 1. 2025
- Online 3. 2. 2025 o18:00, prezenčne 10. - 11. 2. 2025

Viac na www.coachingplus.org

SUPERVÍZIA MOTIVAČNÝCH ROZHovorOV

15. OKTÓBER 2024

- workshop (nielen) pre absolventov vzdelávania Aplikovanie motivačných rozhovorov v praxi odborných zamestnancov

Motivačné rozhovory sú už niekoľko rokov trademarkom Coachingplus. Spolu s Martou Špalekovou vás aj tento rok pozývame na supervízny deň, na ktorom budeme reflektovať vaše nahrávky, učiť sa zo skúseností a rozvíjať a prehľbovať (nielen) zručnosti, ale aj ducha motivačných rozhovorov. Supervízny deň s motivačnými rozhovormi je priestorom pre absolventov/ky našich výcvikov, ale aj pre širokú odbornú verejnosť byť v kontakte s témou "MR" nielen teoreticky, ale hlavne prakticky. Lektori: Marta Špaleková, Ivan Valkovič a Vlado Hambálek



SUPERVÍZIA VZŤAHOVEJ VÄZBY

16. OKTÓBER 2024

- workshop nielen pre absolventov výcviku Práca s rodinou a vzťahová väzba

Jednodňový workshop zameraný na supervíziu vašej práce (psychoterapia, poradenstvo, sociálna práca, mediácia, koučovanie...) z perspektívy teórie vzťahovej väzby. Počas dňa zažijete reflexiu vašich prípadov a kazuistik s diskusiou a následne mini vstupy, ktoré vám pomôžu prehliť vašu prax z perspektívy tejto vývinovej teórie. Supervízny workshop je vhodný nielen pre absolventov našich výcvikov, ale aj pre širšiu odbornú verejnosť, ktorá sa venuje práci s klientmi a chce lepšie pochopiť ich správanie a svoju prácu s nimi z perspektívy teórie Bowlbyho (aj jeho nasledovníkov). Lektori: Zuzana Zimová a Vlado Hambálek

SUPERVÍZIA SUPERVÍZIE A MENTORINGU

17. - 18. OKTÓBER 2024 1. deň 9:00 - 17:00, 2. deň 8:30 - 15:30

- dvojdný workshop bude viesť Vladimír Hambálek

Nielen naši absolventi, ale aj iní absolventi výcvikov supervízie a mentorovania budú mať možnosť zúčastniť sa supervízneho dňa k téme supervízna prax. Sú vítaní všetci supervízori, ktorí chcú reflektovať svoju supervíznu prácu aj mentori, ktorí chcú reflektovať svoju prax mentora v supervíznej skupine.

AKO BYŤ MENTOR?

- s Vladom Hambálkom a Silviou Gallovou MCC

Výcvik v mentoringu pozostávajúci zo 5 modulov, v termínoch:

5. - 6. september 2024

7. - 8. október

11. - 12. november

9. - 10. december

23. - 24. január 2025

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, psychológov, 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.



APLIKOVANIE „MOTIVAČNÝCH ROZHOVOROV“ V PRAXI ODBORNÝCH ZAMESTNANCOV

- akreditácia MŠVVaŠ SR - inovačné vzdelávanie

18. - 19. september 2024

28. - 29. október 2024

2. - 3. december 2024

- s Martou Špalekovou a Vladom Hambálkom

Motivačné rozhovory sú metóda, ktorá pomáha ľuďom poznať svoj existujúci alebo blížiaci sa problém a vedie ich k snahe niečo s ním urobiť. Cieľom je, aby v sebe človek našiel vnútornú motiváciu k zmene a aby sa nemusel vytvárať tlak zvonku. Motivačné rozhovory sú zamerané na pomoc pri prekonávaní nerozhodnosti a pomáhajú klientovi podstúpiť cestu ku zmene.

Vzdelávací program pozostávajúci z 3 dvojdných modulov ponúka priestor pre nácvik zručností, čo nám pomáhajú efektívne pracovať s nemotivovanými alebo málo motivovanými klientmi. Je vhodný pre všetkých, ktorí chcú porozumieť práci s motiváciou a naučiť si komunikačné zručnosti, ktoré vnútornú motiváciu k zmene podporujú.

Hlavný cieľ vzdelávania - zámerom workshopov je prostredníctvom na dôkazoch založeného prístupu (evidence based practice) „Motivačné rozhovory“ autorov Millera a Rollnicka rozšíriť praktické zručnosti práce s motiváciou a špecifické vedomosti odborných zamestnancov pri práci s jednotlivcom, párom, rodičmi a skupinou.

Vzdelávanie určené pre všetkých, ktorí sa stretávajú s nemotivovanými a nespolupracujúcimi klientmi, prípadne klientmi.

SUPERVÍZIA V POMÁHAJÚCICH PROFESIÁCH

- akreditovaný výcvik MŠVVaŠ SR 16 dvojdných modulov, celoživotné vzdelávanie

11. DECEMBER 2024 - 19. JÚN 2026

Coachingplus v roku 2024 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:

11. - 12. december 2024	23. -24. október
30. - 31. január 2025	27. - 28. november
20. - 21. február	22. - 23. január 2026
20. - 21. marec	19. - 20. február
5. - 6. máj	19. - 20. marec
12. - 13. jún	29. - 30. apríl
21. - 22. august	27. - 28. máj
25. - 26. september	18. - 19. jún 2026

**PORADENSKÝ PROCES****9. január 2025 - 12. december 2025 - PREZENČNE**

Pozývame vás na vzdelávanie, ktoré nadväzuje na prebiehajúci online kurz Poradenský proces, aj v prezenčnej forme. Ak máte záujem o intenzívnu formu vzdelávania v téme poradenský proces, pozývame vás na ucelený výcvik, ktorý bude prebiehať formou 10 dvojdných stretnutí. Lektormi budú Vlado Hambálek, Zuzka Zimová a hostia. Vzdelávací program je akreditovaný MŠVVaŠ SR ako inovačné vzdelávanie v rozsahu minimum 50 hodín (Ev. č: 42/2021 - IV). Miesto konania bude v Bratislave (upresníme podľa počtu prihlásených), v čase 1. deň 9:00-17:00. a 2. deň 8:30-15:30. V prípade, že máte záujem, ozvite sa nám a zaistíte si miesto.

Termíny dvojdných stretnutí:

9. - 10. 1. 2025
6. - 7. 3.
3. - 4. 4.
29. - 30. 5.
26. - 27. 6.
19. - 20. 8.
18. - 19. 9.
16. - 17.10.
20. - 21.11.
11. - 12.12. 2025

APLIKOVANIE „MOTIVAČNÝCH ROZHovorOV“ V PRAXI ODBORNÝCH ZAMESTNANCOV

- akreditácia MŠVVaŠ SR - inovačné vzdelávanie

4. - 5. február 2025**17. - 18. marec 2025****28. - 29. apríl 2025**

s Martou Špalekovou a Vladom Hambálkom

TRANSAKČNÁ ANALÝZA V PSYCHOTERAPII**10. - 11. marec 2025**



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 rozvode". 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 [COACHINGPLUS](#). Počet prihlásených na všetky vzdelávacie podujatia je obmedzený. O poradí prihlásených rozhodne včasné uhradenie platby.

V prípade, že sa účastník/čka nemôže dostať na niektoré zo stretnutí vzdelávania osobne, po dohode s lektormi sa môže pripojiť online cez platformu ZOOM.