## Obsah news

- Posúdenie komunikačných vzorcov a konfliktných cyklov v párovej a rodinnej práci
- Supervízna aktivita o predikcii pozitívnej budúcnosti
- Facilitačná metóda „Svetová kaviareň“

## Obsah

Posúdenie komunikačných vzorcov a konfliktných cyklov v párovej a rodinnej práci 2

Inšpirácia pre prax 5

**Dajte si „Áčko“, alebo „jednotku“**

Hry a aktivity 6

**Svetová kaviareň (The World Cafe)**

Akcie a podujatia 9

# Posúdenie komunikačných vzorcov a konfliktných cyklov v párovej a rodinnej práci

### S čím súvisia symptómy rodiny a čo je užitočné zohľadniť pri skúmaní jej fungovania

- Symptómy páru/rodiny súvisia s problematickou komunikáciou alebo interakčnými vzorcami v rodine
- Symptómy signalizujú slepú uličku v špecifickom vývinovom bode páru/rodinného životného cyklu
- Symptómy sú súčasťou správania zameraného na riešenie, ktoré zlyhalo vo svojej úlohe a stalo sa dysfunkčným
- Symptómy reflektujú problémy v rodinnej štruktúre a organizácii chodu domácnosti
- Symptómy sa prejavujú pretože niektoré aspekty párového/rodinného života sú popreté alebo disociované
- Symptómy signalizujú, že v páre/rodine je prítomný nedostatok úcty, lásky, ocenenia a potvrdenia
- Symptómy sú vyjadrením zásadného somatického alebo psychiatrického ochorenia
- Symptómy sú reakciou na traumatické skúsenosti členov páru/rodiny

### Čo robí párový a rodinný terapeut pri posudzovaní dynamiky rodiny

Terapeut pomáha vytvoriť priestor na spoznávanie jednotlivcov a systémovej dynamiky:

- Uchopením vzťahových významov jednotlivých členov systému (napr. cirkulárnym opytovaním...)
- Posúdením systémovej dynamiky (metafory, sochy, obrázky, plán domácnosti...)
- Diagnostikovaním komunikačných schém a zacyklení (ingrediencie komunikácie, TA schémy...)
- Rozpoznaním subjektívnych impulzov a motívov (identifikácia kolúzií, prenosovej dynamiky...)
- Posúdením viacgeneračnej dynamiky (mapy, genogramy, generačné záväzky)

Terapeutická stratégia pri posudzovaní kombinuje rozhovor so všetkými s cieľom pochopiť, čo sa aktuálne deje v intrapsychickej, interpersonálnej a systémovej rovine (aj na rovine subsystémov). Ďalej sa terapeut snaží o sprostredkovanie pochopenia príčin konania jednotlivcov všetkým členom systému, overiť si hypotézy o koalíciách, hypotézy o rodinných premisách a mýtoch, hypotézy týkajúce sa komunikácie v rodine a v ďalších nadväzujúcich systémoch. Dôležitým sa stáva pochopenie toho, čo z minulosti vplýva na udržiavanie súčasného statu quo, podpora prijatia pozitívnych úmyslov všetkých členov a podpora vytvárania nových, zmysluplných „obrázkov“ o fungovaní členov systému voči sebe aj navonok a systému ako celku navonok. Počas celého rodinno-terapeutického procesu je nevyhnutné dodávať nádej na zmenu celému systému.

### Diagnostika rozhovorom

Z hľadiska komunikačných stratégií využíva terapeut vzťahové dopytovanie.Rekurzívnymi a cirkulárnymi otázkami sa pýta na klientove hypotézy o myšlienkach, pocitoch, očakávaniach a konaní iných ľudí a zároveň tieto hypotézy prepája s jeho vlastným konaním. (napr. „Čo by ste chceli zmeniť, keď si myslíte, že učiteľka verí, že môžete zmaturovať?“ „Čo chcete mať inak vo svojom živote, keď veríte, že váš psychológ je na vašej strane?“). Otázky môžu byť:

- Intrapsychické: Čo očakávate od B (matky, otca, učiteľa...)?
- Rekurzívne: Čo predpokladáte, že si myslí vaša (matka, učiteľka...) o tom keď sa takto správate? Ako sa môže cítiť váš otec, keď si o ňom myslíte, že...?
- Cirkulárne: Ako rozumie váš brat tomu, keď vaša matka plače v rozhovore s otcom...?

Príklady intrapsychického, individuálneho zamerania:

- Čo cítite voči B?
- Po čom túžite? Čo chcete mať vo vzťahu s B inak?
- Čo si myslíte o B....?
- Ako konáte, ako sa správate, keď B...?

Príklady rekurzívneho, vzťahového zamerania

- Čo si myslíte, že B očakáva od vás?... A keď takto uvažujete, aký dopad to má na vás, na váš vzťah, na vašu spoluprácu...
- Čo si myslíte, že B voči vám cíti?... A keď si toto myslíte, ako, aký, aké... (správanie, dôsledky...)
- Po čom B túži, ako asi B rozmýšľa, čo vidíte, že B robí/hovorí...A keď toto vidíte... Keď takto rozmýšľate, aký, čo potom..., aké dôsledky to má.. A čo nasleduje?

Príklady cirkulárneho dopytovania

Hlavný princíp cirkulárnej otázky je, aby si členovia rodiny uvedomili, že ich konanie nie je izolované, ale súčasťou kruhu (ak urobím A, ty urobíš B, čo vedie k C, čo spätne ovplyvní moje A). Otázky zamerané na vzťahy a perspektívu (triadické otázky). Pýtate sa jednej osoby na vzťah medzi dvoma inými (často „za chrbtom“ dotyčného).

- „Ako si myslíš, že sa cíti tvoja mama, keď sa s bratom hádame?„
- „Kto v rodine najviac podporuje mamu, keď je smutná?„
- „Ako sa tvoj súrodenec pozerá na tvoju prácu, keď ju mama kritizuje?“

Otázky zamerané na rozdiely (Difference questions). Tieto otázky hľadajú rozdiely v správaní, čase alebo intenzite.

- „Kto sa hnevá viac, keď otec kričí: ty alebo tvoja mama?„
- „Kedy je problém najviditeľnejší – doma alebo v škole?„
- „Čo je iné vo vašom vzťahu, keď ste na dovolenke, v porovnaní s bežným dňom?„
- „Kto sa o tento problém stará najviac a kto najmenej?“

Otázky zamerané na zmenu v čase (pred a po). Skúmajú vývoj problému.

- „Ako sa zmenilo správanie vášho syna po tom, čo ste sa začali hádať?„
- „Čo bolo iné v komunikácii predtým, než ste sa vzali?„
- „Ak by tento problém zmizol, čo by ste začali robiť inak?“

### Príklady vzhľadom jednotlivým školám párovej/rodinnej terapie

Satirová sleduje, ako sa partneri chránia pred zraniteľnosťou pomocou postojov (zmierovanie, obviňovanie, poučovanie, rušenie). Cyklus vzniká, keď sa tieto postoje vzájomne spúšťajú. Partner A (udobrujúci, tichý): „Nechcem sa hádať… je mi to celé ľúto.“ Partner B (obviňujúci): „Ty nikdy nič nepovieš! Všetko necháš na mňa!“ A: „Prepáč… nechcem, aby si sa hnevala.“ B: „No vidíš? Zase sa vyhýbaš!“ Terapeut: „Vidím cyklus: A sa bojí odmietnutia ▫ ide do udobrujúceho postoja ▫ B sa cíti sama v emóciách ▫ ide do obviňovania ▫ A sa ešte viac stiahne. Nazvime to ‘Ustúp – Útok’ cyklus. Obaja sa snažíte chrániť svoje zraniteľné miesto.“

Minuchin sleduje štruktúru, hranice, koalície a hierarchiu. Cyklus je štrukturálny, nie psychologický. Mama: „Keď sa s otcom hádame, dcéra príde a objíme ma.“ Dcéra: „Lebo mama začne plakať.“ Otec: „A potom ja vyzerám ako ten zlý.“ Terapeut: „Vidím cirkulárny vzorec: konflikt rodičov ▫ dcéra vstúpi ako ‘upokojovač’ ▫ mama sa oprie o dcéru ▫ otec sa cíti vylúčený ▫ reaguje podráždene ▫ konflikt sa zvyšuje ▫ dcéra vstupuje ešte skôr. Nazvime to ‘Dieťa ako regulátor napätia’. Emócie sa tu presúvajú cez hranice generácií.“

Haleyho strategická terapia sleduje mocenské sekvencie. Skúma moc, kontrolu a strategické správanie. Cyklus je boj o to, kto určuje pravidlá interakcie. Partnerka: „Keď sa nahnevá, prestane hovoriť.“ Partner: „A ty ma potom naháňaš, aby som niečo povedal.“ Partnerka: „Lebo ticho ma desí.“ Partner: „A mňa desí tvoj tlak.“ Terapeut: „Toto je mocenský cyklus: ticho ako kontrola -> tlak ako kontrola -> ešte viac ticha -> ešte viac tlaku. Nazvime to ‘Ticho – Tlak’ stratégia. Obaja chránite svoje zraniteľné miesto strachom.“

Model MRI tvrdí, že problémové správanie sú pokusy o riešenie MRI terapeuti sledujú interakcie ako pokusy o riešenie problému, ktorý udržujú. Partner: „Keď je smutná, snažím sa ju rozveseliť.“ Partnerka: „A ja sa potom cítim, že nemôžem byť smutná.“ Partner: „Tak sa snažím ešte viac.“ Partnerka: „A ja sa ešte viac uzavriem.“ Terapeut: „Vaše pokusy o riešenie vytvárajú cyklus: on sa bojí jej smútku -> rozveseľuje -> ona sa cíti nepochopená -> uzatvára sa -> on sa bojí ešte viac. Nazvime to ‘Rozveseľ – Uzavri sa’ cyklus. Problém nie je smútok, ale spôsob, akým sa ho snažíte odstrániť.“

Rodinný terapeut David Kantor vytvoril komunikačnú model založený na „čítaní“ toho, čo sa deje v miestnosti. Kantor sleduje akčné módy a to, ako sa systém zasekne v jednej konfigurácii. Všíma si to:

- Ako často a kto iniciuje tému? Kedy a prečo? (hýbateľ)
- Ako často niekto súhlasí s niekým alebo rozvíjate tému, ktorú začal niekto iný. Kedy a prečo? (nasledovník)
- Ako často niekto spochybňuje tému, ktorú nastolil niekto iný? Kedy a prečo? (oponent)
- Ako často ostáva niekto v úzadí a pozorujete činy iných bez toho, aby ich veľmi komentoval? (mlčanlivý pozorovateľ)
- Ako často a kto pozoruje a potom komentuje povahu rozhovoru? (aktívny pozorovateľ)

Zároveň si všíma módy komunikácie: pocity a vzťahy, produktivita, moc a výkon, myslenie a hľadanie odpovedí. Príklad: Partner: „Mali by sme viac šetriť.“ (Move) Partnerka: „To je prehnané.“ (Oppose) Partner: „Ty nikdy nepodporíš moje nápady.“ (Move -> emocionálny tlak) Partnerka: „Lebo sú vždy extrémne.“ (Oppose) Terapeut: „Ste uviaznutí v Move-Oppose cykle. Chýba Follow alebo Bystand, ktorý by pomenoval, čo sa deje. Nazvime to ‘Návrh – Odpor’ slučka. Emócie sú tu: on sa bojí chaosu, ona sa bojí obmedzenia.“

Podobne aj transakčná analýza sleduje prepojenie intra a interpersonálnych procesov. TA sleduje komplementárne a skrížené transakcie, symbiózu, hry a ego stavy. Partner: „Ty nikdy neurobíš veci poriadne.“ (Rodič) Partnerka: „Tak si to urob sám!“ (Dieťa) Partner: „Vidíš? Zase sa správaš ako malé dieťa.“ (Rodič) Partnerka: „A ty ako môj otec!“ (Dieťa -> zranenie) Terapeut: „Toto je hra ‘Kritik – Rebel’. Rodič -> Dieťa -> Rodič -> Dieťa. Obaja chránite svoje zraniteľné miesto: on strach z chaosu, ona strach z kritiky.“

No a napokon psychoanalytická párová terapia sleduje: projektívnu identifikáciu, opakované reenactmenty raných vzťahových skúseností, nevyslovené fantázie a obavy ako aj kolúzie (vzájomné dopĺňanie nevedomých potrieb). Partner: „Ona ma stále kritizuje.“ Partnerka: „Lebo on nič neurobí, ak ho nepopoženiem.“ Partner: „A potom sa cítim ako malé dieťa.“ Partnerka: „A ja ako jeho matka. Terapeut: „Toto je kolúzia: on projektuje svoju vnútornú neistotu -> ty ju prijímaš a stávaš sa ‘kritickou matkou’ -> on sa cíti ešte menší -> ty ešte viac kontroluješ. Nazvime to ‘Matka – Dieťa reenactment’. Emócie sú hlboko zakorenené v raných vzťahoch.“

### Ďalšia rodinno-terapeutická diagnostika

Genogramy, mapy, obrázky, súsošia, metafory: Cieľom vytvorenia „obrázkov“ je pochopiť faktické udalosti a ich sled v systéme (narodenie, smrť, vek a poradie v systéme, pohlavie, nenarodené deti a iné systémové traumy, hranice medzi systémami, vzťahy medzi jednotlivcami a subsystémami, koalície, väzby, rodinné pravidlá, vlastnosti/schopnosti, ktoré sú prisudzované, nájsť širšie zdroje v ekosystéme), ale aj pochopiť a sprostredkovať subjektívne vnímanie prezentovaného klientom (existuje vždy len subjektívna mapa – koľko ľudí toľko máp), t.j. čo ho vedie k jeho videniu, porovnať vnímanie a vytvoriť špecifické obrázky toho, ako by vzťahy/správanie malo vyzerať v budúcnosti, nájsť zdroje pre „cestu“ k zmene, sprístupniť skryté emočné obsahy vedomiu a pochopiť transgeneračné vzorce a prenosy (napr. traumy).

### Ďalšie možnosti facilitácie / explorácie v rodinách

Rodinné dysfunkcie:

- Dysfunkčné a kolúzne partnerstvá
- Deštruktívne a násilné vzorce pri presadzovaní si potrieb a regulácii emócií
- Problematické (dysfunkčné) typy rodičovstva
- Duševné problémy jedného, alebo oboch partnerov
- Závislosť jedného, alebo oboch partnerov
- Kriminálne správanie jedného alebo oboch rodičov
- Rodičovské nezhody a deštruktívne konflikty
- Nezvládnuté náhradné rodičovstvo alebo zmiešané rodiny
- Chudoba: časté presuny, nenaplnenie potrieb
- Neschopnosť a osamelosť pri zvládaní „náročného“ dieťaťa

Dysfunkčné partnerstvo

- Chýba vzájomná podpora, rozoznanie a pomenovanie partnerových silných stránok, dobrých vlastností a kvalít
- Chýba emocionálna blízkosť, dôvera, empatia a schopnosť vnímať a akceptovať druhého
- Problematická je schopnosť byť zrozumiteľný pre partnera a rozumieť partnerovi, konflikty sú deštruktívne (niekedy až násilné) alebo sa im partneri vyhýbajú
- Absentujú spoločné záujmy, spoločný čas je prázdny, alebo nie je
- Chýba spravodlivé rozdelenie povinností (zarábanie peňazí, domácnosť, starostlivosť o deti, auto atď.)
- Frekvencia a spôsob vyjadrenia sexuality a nehy je nedostatočné, neuspokojivé, alebo problematické
- Vzájomná podpora partnerov pri objavovaní individuálnych potrieb, zručností a ich sebarealizácia
- Trávenie času s deťmi, starými rodičmi, spôsoby výchovy, vzťahy medzi rodičmi a deťmi, alebo medzi širšou rodinou a párom je zdrojom problému

Iné typy diagnostiky mimo rodinno-terapeutickej

- Sociálna diagnostika / posúdenie sociálneho fungovania (napr. LUMOS)
- Klinicko-psychologické, alebo psychiatrické posúdenie
- Psychodiagnostika alebo špeciálno-pedagogická diagnostika dieťaťa
- Diagnostika štádia konfliktu v pároch
- Diagnostika výchovných štýlov rodičov
- Diagnostika prítomnosti násilia
- Posúdenie miery závislostí v rodine

### Zhrnutie témy posúdenia v kontexte rodinnej a párovej práce

Terapeutická reflexia po diagnostickej fáze skúma, či je pôvodný cieľ primeraný, či pracujeme s tým pravým človekom? Vzťahom? Vzorcom? Ako blízko je klientka/pár/rodina k dosiahnutiu cieľa? Čo bude najbližšie znamenie úspechu? Kto má robiť čo, kedy a ako, aby učinil najbližší krok k cieľom? Čo je treba zmeniť? Čo má ostať rovnaké?

# Inšpirácia pre prax

## Dajte si „Áčko“, alebo „jednotku“

Táto technika sa používa na začiatku supervízie, zvyčajne po prvom sedení, aby si supervidovaný mohol stanoviť svoje zámery, ako by mal vyzerať jeho úspech na konci dlhodobého programu, či výcviku. Autorkou je Clara Normanová.

### Postup

Supervidovaný napíše list s ohliadnutím sa za sériou supervízií, v ktorom uvedie, prečo dostal na konci programu áčko, resp. jednotku, resp. bol dobre hodnotený. Zander a Zander (2000) o tejto technike píšu vo svojej knihe Umenie možnosti; Benjamin Zander ju použil na začiatku semestra, keď svojim študentom povedal, že už dostali áčko, či jednotku, a jedinou požiadavkou bolo, aby mu na konci semestra napísali list, v ktorom uvedú, prečo si túto známku zaslúžia. Následne, do konca semestra splnili alebo prekročili svoje vlastné očakávania úspechu.

Krok 1: Stručne povedzte supervidovaným. Za šesť mesiacov tejto série supervízií ste boli ohodnotení áčkom/jednotkou. Na získanie tejto známky musíte splniť jednu požiadavku. Napíšte mi list s dátumom [koniec série supervízií], ktorý sa začína slovami... „Milý XX, dostal som áčko, pretože... Podeľte sa o čo najpodrobnejší príbeh o tom, čo sa vám do tej doby stane a čo je v súlade s touto mimoriadnou známkou. Umiestnite sa do budúcnosti, pozerajte sa späť a informujte o všetkých poznatkoch, ktoré ste získali, a míľnikoch, ktoré ste dosiahli počas týchto mesiacov, akoby tieto úspechy už bolii minulosťou. Ste súčasťou viacerých systémov, preto mi povedzte, aký vplyv budete mať na tieto systémy a ako to budete dosahovať. Nesmú sa objaviť frázy ako „dúfam“, „mám v úmysle“, „budem“. Osobitne ma zaujíma osoba, ktorou sa dovtedy stanete, a postoj, pocity a pohľad na svet tejto osoby, ktorá urobí všetko, čo ste si priali urobiť, alebo sa stane všetkým, čím ste si priali byť. Chcem, aby ste si obľúbili túto osobu, ktorú vo svojom liste opisujete. Môžete sa rozhodnúť, že mi ho pošlete, ale dôležitejšie je, aby ste si ho nechali pre seba, ako svoj záväzok.

Krok 2: Na konci série supervízií požiadajte supervidovaných, aby sa pozreli na svoj list a porovnali, kde sú dnes a kde začali.

Krok 3: Debrífing s ďalšími otázkami, ako napríklad:

- Kto ste teraz ako poradca (terapeut, kouč...)?
- Čo sa zmenilo v tom, ako sa cítite ako poradca (terapeut, kouč...)?
- Aký je váš súčasný postoj k vašej práci?
- Aký je teraz váš pohľad na svet ako poradcu...?
- Aký vplyv máte teraz na ľudí, s ktorými pracujete?
- A dopad na ich systémy?
- A dopad na svet?
- Čo ste sa vďaka tomuto cvičeniu o sebe dozvedeli?
- Čo je pre vás ako poradcu (kouča, terapeuta...) teraz možné?

### Ako pracovať s technikou ...

Supervidovaní sa rozhodnú, či tento list napíšu alebo nie. Pôvodná technika je zameraná na jednotlivca, ale často pracujeme aj s ľuďmi, ktorí sú súčasťou väčších systémov, takže táto verzia odkazuje na túto systémovú perspektívu. Po aktivite sa dá ďalej debatovať o tom, ako inak supervidovaný, zámerne alebo inak, ovplyvňuje seba a svoj svetvnapr:

- Ako vaša životná filozofia ovplyvňuje vaše koučovanie (poradenstvo, terapiu, mediáciu...)?
- Do akej miery pozývate svojich klientov, aby si uvedomili vplyv svojich rozhodnutí napríklad na rozmanitosť a inklúziu?
- Aký je váš etický postoj k vplyvu činností vášho klienta na spoločnosť a svet, napríklad k zmene klímy?

V prípade, že niektoré slová v zadaní nerezonujú (napríklad „vášnivo sa zamilovať do seba“), prispôsobte ich. Majte tiež na pamäti, že nejde doslova o to, aby supervidovaný dostal od supervízora áčko/jedničku; ide o osobné hľadanie, snahu byť najlepším odborníkom a čo najlepšie využiť príležitosť supervízie. Cvičenie môžete použiť pre akýkoľvek program, ktorý sa uskutočňuje počas určitého časového obdobia, či už ide o individuálnu prácu alebo tímový tréning, vyučovanie atď.

# Hry a aktivity

## Svetová kaviareň (The World Cafe)

Technika alebo facilitačný model kaviarenskej konverzácie je jednoduchá metóda na vytváranie dialógov o otázkach reálneho života. Kaviarenské konverzácie môžu mať rôzne mená a rôzne ciele, napr. Tvorivé kaviarne, Znalostné kaviarne, Strategické kaviarne, Manažérske kaviarne, Marketingové kaviarne, Produktové kaviarne. Väčšina kaviarenskej konverzácie sa deje na základe usmernení formou vyvinutou „The World Café" (pozri www.theworldcafe.com). Je to celosvetová sieť hnutia, ktorého cieľom je podporovať diskusiu o dôležitých otázkach života komunít, spoločnosti a politiky na celom svete. Metóda „kaviarne" je postavená na predpoklade, že ľudia sa nejakými témami prakticky zaoberajú a toto poznanie, ktoré nadobudli je možné sprístupniť a použiť na prehĺbenie znalostí o tom, čo je naozaj dôležité.

Základné zásady Kaviarne

- Ako prvé objasnite ciele. Venujte včas pozornosť dôvodu pozývania ľudí. Ak je dôvod stretnutia známy, ľahšie sa rozhoduje o tom, kto by sa mal zúčastniť a aké parametre sú dôležité na dosiahnutie cieľa.
- Zvoľte pohostinný priestor. Organizátori Kaviarní zdôrazňujú dôležitosť príjemného miesta stretnutia, kde sú ľudia vítaní a môžu sa cítiť bezpečne.
- Dôkladne sformulujte základné otázky. Ak nájdete a identifikujete relevantné otázky pre účastníkov Kaviarne, potom môže pozornosť a rozmýšľanie priniesť hlboké myšlienky a dôležité výsledky. Vaša Kaviareň umožňuje hľadanie odpovedí na jednu otázku, môže však nastoľovať aj viac otázok, a viac kôl dialógu môže prispievať k odhaleniu logických procesov myslenia. V mnohých prípadoch môžu rozhovory podľa metodiky Kaviarne viesť k nachádzaniu správnych otázok, ako aj k hľadaniu efektívnych riešení.
- Povzbudzujte spoluúčasť. V úlohe vedúceho si stále uvedomujeme dôležitosť spoluúčasti. Je dôležité podporovať rovnako tých, ktorí prispievajú individuálnymi predstavami, nápadmi, stanoviskami, ako aj tých, ktorí sú prítomní len ako pozorovatelia.
- Kombinujte rôzne prístupy. Jednou z vlastností konverzácie v Kaviarni je možnosť pohybovať sa medzi stolmi a možnosť stretávať sa a spoznávať nových ľudí: to stimuluje myslenie a takto postupne sa odhaľujú čoraz širšie súvislosti. Najdôležitejšie myšlienky prenášajú účastníci k ďalším stolom, čím dochádza k výmene pohľadov, názorov, a môže ľahko dôjsť k obohateniu o nové prekvapivé postrehy.

Postup implementácie metódy

- Posaďte štyroch až piatich ľudí k malému okrúhlemu stolu.
- Usporiadajte zvyčajne tri kolá po 20-30 minút.
- Pri všetkých stoloch sa zaoberajte obdobnými témami a vecami, ktoré sú naozaj podstatné v živote, v práci a v komunite.
- Pobádajte účastníkov, aby nakreslili, napísali svoje nápady, kľúčové slová, myšlienky, aby čmárali po papieri na stole, prípadne do poznámkového bloku.
- Pre úplnosť diskusie jeden človek zostane pri stole ako „správca stola", zatiaľ čo ostatní ako „veľvyslanci správ" prenášajú kľúčové témy a otázky k ďalším stolom.
- „Správca stola" privíta nových hostí a stručne ich informuje o predchádzajúcej konverzácii, najdôležitejších nápadoch, témach a otázkach. Povzbudzuje hostí, aby ich na základe pozorného počúvania prepájali s témami skorších rozhovorov. Tým, že konverzácia zapája ľudí do viacerých rozhovorov, dosiahneme prepájanie nápadov, tém a problémov. Koncom druhého kola sa každý stôl v miestnosti ‚popráši' myšlienkami z predchádzajúcich rozhovorov.
- V treťom kole sa účastníci môžu vrátiť k pôvodným stolom, aby zhrnuli svoje objavy, alebo môžu pokračovať v putovaní medzi stolmi. Aj správca stola sa môže zmeniť. Nastolenie nových otázok pomôže niekedy prehlbovať skúmanie v treťom kole.
- Po niekoľkých kolách treba vytvoriť diskusiu zahrňujúcu celú skupinu, aby každý mohol zverejniť svoje postrehy. To dáva príležitosť rozpoznať vzory, zvýšiť kolektívne znalosti a rozvíjať svoje aktivity.

Hneď ako viete, čo chcete dosiahnuť a koľko času máte k dispozícii, môžete rozhodnúť o dĺžke rozhovorov, o najefektívnejších otázkach a zvoliť čo najzaujímavejší spôsob spájania a krížového "opeľovania" nápadov.

Kaviarenská etiketa (alebo pravidlá)

Zamerajte sa na to najdôležitejšie. Podeľte sa o svoje myšlienky a pocity. Vyjadríte názor svojho srdca. Počúvajte a snažte sa porozumieť. Spájajte myšlienky a nápady. Spoločne sa snažte pochopiť podstatu aj hlbších otázok. Nebojte sa hrať, čarbať, kresliť, robiť poznámky. Bavte sa!

Coachingplus

Význam otázok v Kaviarni

Otázky, ktoré ste vybrali alebo ktoré objavili účastníci počas konverzácie, sú kľúčovým prvkom úspechu. Vaša Kaviareň sa môže zaoberať jedinou otázkou alebo môže generovať mnoho otázok podporujúcich proces objavovania logického myslenia v niekoľkých kolách. Majte na pamäti, že ...

- Profesionálne pripravené otázky priťahujú energiu a zamerajú pozornosť na to najpodstatnejšie. Skúsený hostiteľ Kaviarne navrhuje použitie otvorených otázok, otázok, ktoré nemajú odpoveď áno, nie.
- Dobré otázky nemusia vyžadovať bezprostredné kroky alebo riešenie problémov. Mali by pobádať k skúmaniu a objavovaniu. Nie k obhajovaniu a hľadaniu stanoviska.
- Dobré otázky sa prejavia tak, že generujú nové myšlienky a príležitosti.
- Pýtajte sa kľúčových účastníkov, či tieto otázky udržujú pozornosť a energiu.

Päť spôsobov odhalenia (zviditeľnenia) kolektívnych znalostí

Kreslič: Udalosti v Kaviarni môžeme zaznamenať pomocou ilustrátora, ktorý textovo aj graficky zaznamenáva myšlienky vznikajúce počas skupinovej diskusie na papier, flip-chart alebo pevné nástenky.

Galéria: Papierové obrusy, po ktorých čarbali účastníci pri stoloch, treba prichytiť na stenu, aby si počas prestávky mohli účastníci prezrieť všetky nápady, myšlienky.

Nalepovacie lístky (Post-it): Podobne možno poznámky písať i na malé nalepovacie lístky, ktoré sa prilepujú na stenu.

Zoskupenie nápadov: Tematicky zoskupujte poznámky a nápady napísané na nalepovacích lístkoch, aby sa zviditeľnili prepojenia väzby pri plánovaní ďalších krokov skupiny.

Príbeh: Niektoré Kaviarne vydávajú časopis, zápisník, fotoalbum na sprístupnenie udalosti širokej verejnosti. Kreslič môže doplniť textovú dokumentáciu aj výstižnými obrázkami.

Ako vytvárať prostredie Kaviarne

Bez ohľadu na to, či ste pozvali niekoľko desiatok alebo niekoľko stoviek ľudí, je veľmi dôležité vytvoriť prostredie, ktoré vytvára pocity intimity a neformálnosti. Hostia by si mali hneď po príchode uvedomiť, že to nie je bežná schôdza. Ak sa dá, vyberte miesto s denným svetlom a pekným výhľadom; vytvoríte vľúdnejšiu atmosféru. Vytvorte priestor podobný kaviarni so stolíkmi pre 4-5 ľudí. Ak sedia pri stole iba traja či dvaja ľudia, nie je dosť rôznorodosti. Ak je viac ako päť ľudí, znižuje sa počet vzájomných interakcií. Stoly usporiadajte nepravidelne náhodne, nie v radoch. Pouličné kaviarne po niekoľkých hodinách od otvorenia vyzerajú útulne a prívetivo. Používajte farebné obrusy a malú vázu s kvetom na každom stole. Ak to miesto umožňuje, pridajte sviečky na stoly. Navôkol by mali byť zelené rastliny. Na každý stôl položte najmenej dva veľké papiere a pohár s farebnými pastelkami alebo fixkami. To umožní čmárať a kresliť nápady, ak sa vyskytnú. Pripravte jeden stôl pre hostiteľa a rôzne materiály. Uctite a privítajte prichádzajúcich nástennými plagátmi, citátmi a hudbou. V súlade s miestnymi zvyklosťami pripravte nápoje a občerstvenie. Kaviareň nie je úplná bez jedla a pitia. Použite svoju fantáziu! Buďte kreatívni!

Vybavenie kaviarne

- Malé okrúhle stoly, ideálne 90-100 cm v priemere. Malý kartársky stôl je dobrý tiež.
- Dosť stoličiek pre všetkých účastníkov a moderátorov.
- Farebné obrusy.
- Každý stôl zakryť flipchartovým papierom alebo 2-3 bielymi papiermi formátu A0.
- Značkovacie perá v mnohých farbách. Odporúčame dobre čitateľné tmavé farby (zelená, čierna, modrá, fialová), na každý stôl dať aj 2-3 perá svetlých farieb (žltá, oranžová, svetlozelená, svetlomodrá, červená), ktoré môžu byť dôležité na zdôrazňovanie.
- Malé vázy s kvetmi, poháre na farbičky.
- Občerstvenie na bočných stoloch.
- Nástenka alebo flipchart na zviditeľnenie a výmenu skúseností.
- Prázdne steny cca 4m dĺžky (stačí pre 100 osôb). Voliteľné (závisí od veľkosti a účelu).
- Projektor a plátno.
- CD prehrávač. Vybraná hudba ako pozadie.
- Reproduktor a mikrofón pre moderátora a mikrofóny pre účastníkov.
- Stojany, flipcharty.
- Kancelárske potreby, zošívačka, spinky, gumy, lepiace pásky, zvýrazňovače, ceruzky.

- Svetlofarebné papiere alebo notesy na osobné poznámky (formát A5).
- Svetlofarebné nalepovacie lístky (Post-it 125X75 mm).

Rola hostiteľa

Úlohou hostiteľa Kaviarne je kontrolovať uplatňovanie šiestich zásad dialógu. Nie je dôležité doslovné plnenie. Dôležité je naplniť ducha zásad. Organizácia Kaviarne vyžaduje premyslenosť, skúsenosť a starostlivosť. Od hostiteľa bude závisieť, či sa vytvorí prostredie na zaujímavú a prevratnú konverzáciu. Spoločne s prípravným tímom sa zamyslieť nad dôvodom, účelom stretnutia a zostaviť zoznam pozvaných. Ďalšími úlohami sú:

- Zvoliť výstižný názov stretnutia, napr. Vodcovská kaviareň, Znalostná kaviareň, Strategická kaviareň, Objavujúca kaviareň atď.
- Pozvať účastníkov na spoluprácu.
- Spolupracovať s ostatnými na vytvorení správnej kaviarenskej atmosféry.
- Privítať prichádzajúcich účastníkov.
- Povedať účastníkom účel stretnutia.
- Zabezpečiť, aby všetci dobre videli otázky a témy jednotlivých kôl na flipchartoch alebo tieto napísať na kartičky, ktoré budú na všetkých stoloch.
- Vysvetliť kaviarenskú etiketu a usmernenia, umiestniť ich viditeľne alebo na stoloch.
- Vysvetliť logistiku Kaviarne, vrátane úlohy “správcov stolov” (dobrovoľníkov, ktorí zostanú na konci prvého kola pri stole a privítajú nováčikov).
- Počas rozhovorov pohybovať sa medzi stolmi.
- Povzbudzovať každého k aktívnej účasti.
- Pripomínať účastníkom, aby zaznamenali kľúčové nápady čarbaním a kreslením.
- Nenásilným spôsobom oznamovať čas na presun k ďalším stolom v nových kolách.
- Uisťovať sa, či boli dôležité poznatky poznačené a zverejnené.
- Byť kreatívny v aplikácii všeobecných zásad Kaviarne, aby najlepšie vyhovovali konkrétnej situácii.

Úlohy správcu stola

- Pripomína prísediacim, aby kľúčové pojmy, myšlienky, nápady a zložitejšie otázky poznamenali alebo nakreslili na papier na stole.
- Zostáva pri stole, keď ostatní idú ďalej, a víta nových prichádzajúcich.
- Stručne vysvetlí obsah predchádzajúcich rozhovorov, na ktoré môžu noví prichádzajúci nadviazať svoje vlastné myšlienky a nápady.

# Akcie a podujatia

## ONLINE

**PRÁCA S PÁROM A RODINOU – SÉRIA WEBINÁROV**
**14. január – 9. december 2026**

Zámer kurzu

Ak sa pri práci stretávate nielen s jedným klientom, ale aj s jeho rodinou (partnermi, deťmi, širšou rodinou, či inými členmi systému), táto séria webinárov vám na video ukážkach a ich analýze, v teoretických vstupoch a ich reflexii a prostredníctvom kazuistík z praxe ukáže, aké zručnosti, vedomosti aj postoje pomáhajú v práci so vzťahmi a vzťahovou dynamikou v poradenskom, ale aj psychoedukačnom kontexte.

Tento 12-mesačný online program pre širokú odbornú verejnosť (psychológovia/čky, psychoterapeuti/ky, mediátori/ky, kouči/ky, špeciálni a liečební pedagógovia/čky, duchovní/né..., ale aj študenti/ky týchto pomáhajúcich profesií...) ponúkne komplexný pohľad na párové a rodinné poradenstvo a terapiu cez prizmu integratívnych prístupov – od vzťahovej väzby cez transgeneračné témy až po naratívnu rekonštrukciu vzťahu.

Cena
Frekventanti si môžu zakúpiť jeden webinár, sadu troch, alebo celú sériu webinárov.

Celoročný cyklus všetkých 12 webinárov: 350 Eur (odporúčané)
Sada 3 webinárov: 119 Eur
Cena 1 webinár: 49 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

14. 1. Úvod do vzťahovej práce a systémového myslenia
25. 2. Teória vzťahovej väzby a jej aplikácia v párovej a rodinnej práci
18. 3. Komunikačné vzorce a konfliktné cykly
15. 4. Emócie ako nástroj zmeny
13. 5. Transgeneračné témy a rodinné témy a ich vplyv na deti
10. 6. Sexualita, intimita a telesnosť vo vzťahu
8. 7. Nevera, strata dôvery a proces obnovy
26. 8. Rodinné role, triangulácia a dynamika
16. 9. Párové poradenstvo a terapia v kríze a separácii
14.10. Práca s deťmi v kontexte práce s rodinou
11.11. Multimodálne techniky a flexibilita v párovej práci
9.12. Multimodálne techniky a flexibilita v práci s rodinou

Prihlášky:
https://www.coachingplus.org/viac-informacii.php?FILE=vzdl-dlh_2025_07

## PREZENČNE

**2026**

**ZVLÁDANIE NÁROČNÝCH ROZHOVOROV A ŤAŽKÝCH SITUÁCIÍ S ĽUĎMI**
**10 modulový tréningový program**
**29. január - 11. december 2026**

Rozvojový program má za cieľ sprostredkovať účastníkom poznanie a možnosť nácviku praktických komunikačných zručností, ktoré pomáhajú viesť náročné rozhovory v rôznych settingoch. Okrem nácviku interpersonálnych kompetencií sa v jednotlivých moduloch budeme venovať aj tréningu intrapsychických zručností, ktoré pomáhajú zvládať tlak a regulujú emócie v rôznych náročných kontextoch. Obsah výcviku pokrýva okruhy vedenia rozhovorov v dyádach, ale aj špecifiká rozhovorov v skupinách, či tímoch. Ku každému modulu dostanú účastníci aj webinár s teóriou a video ukážkami k danej téme.

Program je vhodný pre všetkých, ktorí vo svojej práci komunikujú s ľuďmi a vedú rozhovory, v ktorých sú prítomné silné emócie, záleží na ich výsledku, môžu obsahovať nesúlad, odpor, alebo konflikt a je potrebné medzi účastníkmi, resp. rôznymi stranami budovať vzťah. Z obsahu programu budú benefitovať nielen riadiaci pracovníci, ale aj odborníci z pomáhajúcich profesií, kouči, mediátori, lektori a facilitátori mäkkých zručností, ale aj rodičia, či všetci, ktorí sa chcú učiť byť efektívni v interpersonálnom kontakte s druhými ľuďmi.

Výcvikom vás budú sprevádzať Mgr. Vladimír Hambálek a Mgr. Zuzana Zimová. Na vybraných dvojdňovkách budú prizvaní hostia/ky.

Termíny jednotlivých dvojdňových stretnutí

29. - 30. 1. 2026
26. - 27. 2.
26. - 27. 3.
23. - 24. 4.
21. - 22. 5.
25. - 26. 6.
24. - 25. 9.
22. - 23.10.
19. - 20.11.
10. - 11.12. 2026

**NADSTAVBOVÝ PROGRAM PRE SUPERVÍZOROV**
**6. máj - 27. november 2026**

Cieľom programu je aj rozvíjať pokročilé supervízne kompetencie, aplikované zručnosti riešenia etických dilem a cielenú kritickú reflexiu v daných kontextoch. Program kladie dôraz na schopnosť frekventanta uplatniť rozšírené supervízne kompetencie v individuálnom, skupinovom aj tímovom settingu, pričom frekventant bude schopný zdôvodniť použitie rôznych aplikovaných teórií, zvoliť vhodné supervízne stratégie a adekvátne štruktúrovať supervízny proces, ako aj vybrať etické rámce na riešenie dilem v supervízii v rámci uvedených oblastí.

Cieľovú skupinu tvoria supervízori poradenstva, psychoterapie a sociálnej práce (prípadne iných pomáhajúcich profesií, napr. koučovanie a mediácia), ktorí sú zvyčajne skúsení odborníci pracujúci vo svojej profesii a pravidelne supervidujú.

Program pozostáva z 5 modulov, ktoré sa uskutočnia v termínoch:
1. Úlohy a kompetencie supervízora 6. – 7. máj 2026
2. Supervízne kompetencie v párovej a rodinnej práci 4. – 5. jún
3. Teórie supervízie multidisciplinárnych tímov 27. – 28. august
4. Supervízia krízovej intervencie a prípadov traumy 1. – 2. október
5. Implementácia supervízie v systéme organizácie 26. – 27. november 2026

Metodika tréningového programu
Komplexný nadstavbový program v praxi kombinuje pri každom module teoretické webináre, video ukážky, cvičenia, simulácie a kazuistiky a praktické supervízne sedenia zamerané na supervíziu supervízie.

**SUPERVÍZIA V POMÁHAJÚCICH PROFESIÁCH**
**- akreditovaný výcvik MŠVVaŠ SR 16 dvojdňových modulov, celoživotné vzdelávanie**
**8. MÁJ 2026 – 9. NOVEMBER 2027**

Coachingplus v roku 2026 otvára ďalší 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 8 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:
8.-9. máj 2026
2.-3. júl
7.-8. september
12.-13. október
9.-10. november
7.-8. december
11.-12. január
8.-9. február 2027
15.-16. marec
26.-27. apríl
24.-25. máj
28.-29. jún
28.-29. júl
6.-7. september
4.-5. október
8.-9. november

**MOTIVAČNÉ ROZHOVORY V SKUPINÁCH A TÍMOCH**
**18. – 19. MÁJ 2026**
**15. – 16. JÚN**
**6. – 7. JÚL**

**Lektori: Mgr. Marta Špaleková, Mgr. Vladimír Hambálek**

Pozývame vás na 6 dňový nadstavbový program Motivačné rozhovory v skupinách a tímoch, na ktorom budete mať možnosť prehĺbiť svoje zručnosti motivačných rozhovorov a rozšíriť vaše kompetencie o stratégie ich aplikácie v skupinách a tímoch. Marta Špaleková a Vlado Hambálek vám priblížia nielen „klasické“ postupy MI (práca s odporom, jazyk zmeny, OARS...), ale najmä to, ako tieto princípy a duch MI využívať pri facilitácii skupín a tímov.

Program je rozdelený do troch na seba nadväzujúcich modulov:
- Motivačné interview ako stratégia facilitácie
- Dynamika skupín a tímov v kontexte práce s jazykom zmeny
- Špecifiká práce s odporom v rôznych typoch skupín

Program reflektuje MI facilitáciu rôznych skupín (vzdelávacie, terapeutické, poradenské, svojpomocné) aj rôzne klientske skupiny podľa veku a typológie

Cena: 600 Eur za celý program (možná platba po stretnutiach)

### OBJAVOVANIE SEBA – SKÚMANIE DYNAMIKY VZŤAHOVEJ VÄZBY V DOSPELOSTI

1. jún – 25. august 2026

V roku 2026 sme sa rozhodli otvoriť sebaskúsenostnú zážitkovú skupinu, ktorú budeme viesť cez model vzťahovej väzby Uny McCluskey. Skupina bude pracovať intenzívne, 7 dní, v troch blokoch: Úvodná trojdňovka bude 1 až 3 júna, nasledovať bude dvojdňovka 22 až 23 júna a záverečné follow up stretnutie 24 a 25 augusta 2026.

Skupinu budú viesť Alena Molčanová a Vlado Hambálek, facilitátori vycvičení Unou McCluskey, psychoterapeutkou a výskumnou pracovníčkou, zakladateľkou modelu Cieľom korigovanej exploračnej psychoterapie a bude sa opierať o Teóriu zdieľania záujmu skúmať na základe vzťahovej väzby (Theory of Attachment Based Exploratory Interest Sharing, TABEIS), ktorý autorka vytvorila spolu s kolegami Johna Bowlbyho psychiatrami Dorothy Heardovou a Brainom Lakeom.

### SUPERVÍZIA VZŤAHOVEJ VÄZBY

14. mája 2026 od 9:00 do 17:00
- 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 kazuistík s diskusiou a následne mini vstupy, ktoré vám pomôžu prehĺbiť 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

4. marca 2026 od 9:00 do 17:00
- dvojdňový 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.

### SUPERVÍZIA V MOTIVAČNÝCH ROZHOVOROCH

- s Martou Špalekovou a hostia z Coachingplus
9. – 10. 9. 2026 – 1. deň od 9:00 do 17:00, 2. deň 8:30 – 15:30

Ak chcete vedieť aké sú novinky v oblasti aplikácie motivačných rozhovorov, alebo čo sa v motivačných rozhovoroch v poslednom období mení, ak chcete reflektovať svoju prax a prípady, alebo ak chcete prehĺbiť svoje zručnosti aj spirit MI v práci s nedobrovoľnými klientmi, pasivitou, či násilím, tento workshop bude možnosťou zažiť nielen supervíziu prípadov, ale aj cvičenia a kúsok teórie, ktoré vaše zručnosti prehlbujú a obohacujú.

V rámci motivačných rozhovorov sa v posledných rokoch dejú novinky, poznanie aj prax motivačných rozhovorov sa rozširuje do rôznych kontextov a workshop, ktorý bude viesť Marta Špaleková (a pridajú sa aj iní z Coachingplus) vám umožní tieto novinky spoznať, nové zručnosti precvičiť a lepšie tak (cez seba) porozumieť tomu, čo vaši klienti potrebujú.

Cena dvojdňovky je 149 Eur a sú v nej zahrnuté aj video ukážky MI práce, krátky manuál k témam práce s pasivitou a agresivitou u nedobrovoľných klientov, cvičenia, 2 bloky supervízie a materiály k cvičeniam aj k teórii MI ktorá vychádza zo štvrtého vydania Millerovej a Rollnickovej základnej knihy.

Viac info a prihláška napíšte na mihalkova@coachingplus.org

## 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. Webináre vedú Zuzana Zimová a Vladimír Hambálek.

### PRÁCA S EMÓCIAMI V PORADENSKOM (TERAPEUTICKOM, KOUČOVACOM, MEDIAČNOM) PROCESE

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

Webináre sú vhodné pre všetky pomáhajúce profesie, psychológov, 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. Webináre 1-3 vedú lektori Vlado Hambálek a Zuzka Zimová a webináre 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 prijemný aj užitočný.

Na podujatia sa môžete prihlasovať 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 dostaviť na niektoré zo stretnutí vzdelávania osobne, po dohode s lektormi sa môže pripojiť online cez platformu ZOOM.