

<b><u>Téma:</u></b>	Výcvik je zaměřený na prohloubení koučovacích dovedností, rozšíření repertoáru koučovacích technik o nástroje vybrané z rozmanitých psychologických a terapeutických škol, na procvičení metodik skupinového a týmového koučování, moderování skupinové práce a lektorské práce se skupinou.
<b><u>Obsah:</u></b>	Zaměřením ročního výcviku je rozšíření metodického základu i praktických dovedností účastníků při práci s lidmi o poznatky z nedirektivních psychologických a terapeutických škol a nácvik různých forem koučovací, moderační a výcvikové práce se skupinou.
<b><u>Zdroje:</u></b>	Inspiračním zdrojem pro tento ročník jsou psychologické a terapeutické školy a metodika čerpá z emocionálních a intuitivních přístupů k lidem.
<b><u>Náplň:</u></b>	Účastníci si rozdělí vybrané psychologické školy a na základě samostudia doporučené literatury si každý z nich připraví pro ostatní jednodenní zážitková cvičení vedoucí k sebepoznání, seberozvoji, k hlubšímu seznámení s danou školou a k aplikaci do koučování v osobní i pracovní pracovní oblasti – tím si vedoucí dne procvičí i vedení skupiny v oblasti lektorské a trenérské práce se skupinou a ve skupinové terapii. Dále si účastníci k supervizi své práce s jednotlivci i se skupinami do kurzu přinášejí videonahrávky, kazuistiky a zvou si hosty na skupinové koučování.
<b><u>Zakončení:</u></b>	Kurz je po úspěšném obhájení závěrečné videonahrávky skupinového koučování zakončen certifikátem:  <b>„Výcvik v koučování 2. stupně APCP – 105 hodin) – práce se skupinou a psychologické školy.</b>
<b><u>Forma:</u></b>	Koučovací sezení, moderované semináře a praktické nácviky koučování, moderování, a lektorské činnosti. Interaktivní výuka na základě podnětových listů, samostudia a zážitkových cvičení.
<b><u>Čas:</u></b>	Ročník je organizován jako <b>7 soustředění</b> po dvou dnech (celkem <b>105 hodin</b> výcviku).
<b><u>Kapacita:</u></b>	Kapacita skupiny = 8-12 účastníků.
<b><u>Účastníci:</u></b>	Manažeři, podnikatelé, interní koučové, vedoucí skupin, lektori, vedoucí pracovníci neziskových organizací, konzultanti, personalisté a „pomáhající“ profese.
<b><u>Pomůcky:</u></b>	Podnětové listy, výpisky ze studia, kazuistiky a cvičení účastníků, doporučená literatura.
<b><u>Vedoucí kurzu:</u></b>	Ing. Milan Bobek, MSc., FBE Praha.

**Obsah ročníku:**

- Úvod do výcviku a jeho obsah, zadání pro individuální práci mezi setkáními, pro zvaní hostů a supervizi
- Opakování koučování s jednotlivci - důraz na práci se zadáním a vedení rozhovoru se zapojením reflexí
- Metodika a nácvik různých forem skupinového a týmového koučování
- Metodika a nácvik moderování a facilitace skupinové práce
- Moderování skupinové práce k naplnění specifického zadání, skupinové řešení problémů
- Procvičení dovedností vytváření synergie v koučování a moderování se skupinou
- Supervize videonahrávek, kazuistik a práce s pozvanými hosty účastníků
- Uvedení do dalších koučovacích a terapeutických škol z okruhu humanistické a fenomenologické psychologie - zpracování hlubších emocionálních zážitků při práci ve skupině, rozšíření repertoáru použitelných metod při různých formách práce s lidmi:
  - Rozmanité formy projektivní práce s obrazovými a karetními symboly
  - Rozšíření prvků z Gestalt terapie - sestavování tvořivých experimentů, zážitková forma práce, využívání situace tady a teď, uvědomování a prožívání, uzavírání tvarů, reflexivní formy práce, invazivní a neinvazivní provokace
  - NLP - neurolingvistické programování - výběr technik z rodinné, Ericksonské a Gestalt terapie – např. pacing a leading, kotvení zdrojů, sochání, sestavování paradoxních intervencí

- Jung a práce se symboly, výkladem snů, pohádek a mýtů, aktivní imaginace, katatymně imaginativní psychoterapie, individuace a nalézání životního zaměření a poslání
- Konstelace a rituály
- Narativní formy práce s příběhem a externalizace problému
- PCA - na osobu zaměřený přístup Carla Rogerse - nácvik akceptace, empatie a autenticity, metodika budování komunit
- Výběr použitelných prvků a cvičení z psychoterapií zaměřených na tělo - bioenergetika (Lowen), PBSP (Pesso, Boyden), biosyntéza (Boadella)
- Případně jiná psychologická nebo terapeutická škola podle preferencí účastníků
- Další metody skupinové práce:
  - Příprava a vedení zážitkového semináře na témata jednotlivých psychoterapeutických škol
  - Sestavování a provozování kreativních a sociálně psychologických cvičení a her k navození učebního zážitku a k naplnění konkrétního zadání
  - Supervidované koučování a moderování konkrétních potřeb účastníků navzájem
- Obhájení závěrečné videonahrávky skupinového nebo týmového koučování

### **1. soustředění:**

- Opakování koučovací metodiky z předchozího studia
- Přehled obsahu tréninkového ročníku zaměřeného na práci se skupinou a psychologické školy
- Požadavky na využití poznatků z výcviku v praxi - cíle a důrazy účastníků na daný ročník
- Opakování a hlubší procvičení metodiky reflektování
  - Cvičení: Koučování s jednotlivci - vedení rozhovorů se zapojením reflexí
- Rozdělení psychologických škol mezi účastníky pro samostudium a k vytvoření zážitkových cvičení pro ostatní
- Živlová typologie a živlové doteky - cvičení na čtyři různé modality práce se čtyřmi typy klientů a potřeb
- Metodika skupinového a týmového koučování
- Cvičení na různé formy práce s obrazovými symboly - psychologické využití obrázkových karet a dalších symbolických pomůcek, aktivní imaginace

DÚ: Úkol pro vybrané účastníky: Tematické studium a příprava zážitkových cvičení ke Gestalt přístupu, k rituálům a konstelacím  
 Úkol pro ostatní - nahrávat videa své práce s lidmi, připravovat své kazuistiky k supervizi

### **2. soustředění:**

- Hlubší uvedení do Gestalt přístupu, konstelací a práce s rituály
- Zážitková cvičení z Gestalt terapie - sestavování tvořivých experimentů, zážitková forma práce, využívání situace tady a teď, uvědomování a prožívání, uzavírání tvarů, reflexivní formy práce, invazivní a neinvazivní provokace
- Zážitková cvičení na práci se symboly, rituály a s využitím konstelací
  - Realizace několika skupinových konstelací
  - Příprava a realizace individuálního rituálu
- Skupinové koučování mezi účastníky
- Supervize a rozbor přinesených kazuistik účastníků

DÚ: Úkol pro vybrané účastníky: Tematické studium a příprava cvičení k PCA – Rogersovský přístup a budování komunit;  
 Úkol pro ostatní - nahrávat videa své práce s lidmi, připravovat kazuistiky k supervizi, zvat hosty

### **3. soustředění:**

- Zážitková cvičení z PCA - Rogersovský na osobu zaměřený přístup k poradenství a terapii
- Cvičení: Nácvik akceptace, empatie a autentičnosti (kongruence) kouče
- Cvičení: Nácvik vyjadřování zažívaných pocitů a harmonizace inkongruencí v roli klienta

- Cvičení: Zážitek z fungování Rogersovské encounterové skupiny a budování komunity
- Opakování a procvičování metodiky práce se zadáním
- Struktura manažerského koučovacího a mentoringového rozhovoru
- Návčik: koučování se zadáním v rámci manažerského koučovacího rozhovoru
- Práce s hosty - skupinové koučování se zadáním
- Supervize a rozbor přinesených kazuistik účastníků

DÚ: Úkol pro vybrané účastníky: Tematické studium a příprava zážitkových cvičení na téma Psychologické a sociální hry pro seberozvoj;  
Úkol pro ostatní - nahrávat videa své práce s lidmi, připravovat své kazuistiky k supervizi, zvat hosty

#### **4. soustředění:**

- Zážitková cvičení: Psychologické a sociální hry pro seberozvoj
- Metodika moderování skupinové práce a skupinového řešení problémů
- Cvičení: Moderování skupinové práce k naplnění specifického zadání
- Práce s hosty - skupinové koučování a moderování
- Supervize a rozbor přinesených kazuistik účastníků

DÚ: Úkol pro vybrané účastníky: Tematické studium a příprava zážitkových cvičení z psychoterapií zaměřených na tělo;  
Úkol pro ostatní - nahrávat videa své práce s lidmi, připravovat své kazuistiky k supervizi, zvat hosty

#### **5. soustředění:**

- Zážitková cvičení z psychoterapií zaměřených na tělo - bioenergetika, PBSP a biosyntéza
- Cvičení: Dovednosti vytváření synergie v koučovací a moderační práci se skupinou
- Další metody skupinové práce:
  - Příprava a vedení tréninku konkrétních dovedností
  - Sestavování a provozování kreativních, projektových a sociálně psychologických cvičení a her k navození učebního zážitku a k naplnění konkrétního zadání
- Práce s hosty - skupinové koučování a moderování se zadáním
- Supervize a rozbor přinesených kazuistik účastníků

DÚ: Úkol pro vybrané účastníky: Tematické studium a příprava zážitkových cvičení k NLP a taneční terapii;  
Úkol pro ostatní - nahrávat videa své práce s lidmi, připravovat své kazuistiky k supervizi, zvat hosty

#### **6. soustředění:**

- Představení NLP (neurolingvistické programování) a realizace zážitkových cvičení
- Práce s hosty - skupinové koučování, moderování a výcvik se zadáním a reflektováním
- Rozbor přinesených kazuistik účastníků

DÚ: Úkol pro vybrané účastníky: Tematické studium a příprava zážitkových cvičení z Jungovské psychologie;  
Úkol pro ostatní - nahrát závěrečnou videonahrávku skupinového nebo týmového koučování

#### **7. soustředění:**

- Zážitková cvičení z Jungovské psychologie: práce se symboly, výkladem snů, pohádek a mýtů, aktivní imaginace, katatymně imaginativní psychoterapie, individuace a nalézání životního zaměření a poslání
- Supervize videonahrávek účastníků z jejich koučovací práce se skupinou nebo týmem
- Předání závěrečných certifikátů z výcviku

**Doporučená literatura:**

	<b>Systemické, narativní a rodinné přístupy:</b>		
Freedman, J., Combs, G.	Narativní psychoterapie	Portál	2009
Gjuričová, Š., Kubička, J.	Rodinná terapie: Systemické a narativní přístupy	Grada	2009
Ludewig, K.	Systemická terapie: Základy klinické teorie a praxe	Pallata, Praha	1994
Parma, P.	Umění koučovat	Alfa, Praha	2006
Rieger, Z.	Ostrov rodiny: Integrovaný přístup pro práci s rodinou	Konfrontace, HK	1996
Satir, V.	Společná terapie rodiny	Portál	2007
Satirová, V., Banmen, J. a kol.	Model růstu: Za hranice rodinné terapie	Cesta, Brno	2005
Shazer, S. de, Dolan, Y. M.	Zázračná otázka: Krátká terapie zaměřená na řešení	Portál	2011
Schlippe, A. von, Schweitzer, J.	Systemická terapie a poradenství	Cesta, Brno	2006
Trapková, L., Chvála, V.	Rodinná terapie psychosomatických poruch	Portál	2009
Úlehla, I	Umění pomáhat: Učebnice metod sociální práce	Portál	2003
	<b>Systemické konstelace:</b>		
Bílý, J.	Láska, vztahy, konstelace: Partnerství jako možnost růstu a transformace	Maitrea	2008
Bílý, J.	Úžasná síla celku	Pragma	2007
Hellinger, B.	Skrytá symetrie lásky	Pragma	1998
Hellinger, B.	Láska ducha: Co k ní vede a jak jí lze dosáhnout	Maitrea	2011
Hellinger, B.	Rodinné konstelace: Imperativy lásky	Triton	2007
Hellinger, B.	Uzdravení: Zdravým se stát, zdravým zůstat	Maitrea	2011
Hellinger, B., Neuhauser, J.	Partnerské terapie Berta Hellingera: Jak žít v lásce	Pragma	2005
Hellinger, B., Ten Hovel, G.	Rodinné konstelace: Objevná síla	Triton	2004
	<b>Budování komunit:</b>		
Peck, M. S.	Svět, který čeká na zrození: Návrat k civilizovanosti	Argo	2003
Peck, M. S.	V jiném rytmu: Vytváření komunit	Votobia, Olomouc	1995
	<b>Gestalt terapie:</b>		
Joyce, P, Skills, Ch.	Základní dovednosti v gestalt psychoterapii	Portál	2011
Mackewn, J.	Gestalt psychoterapie: Moderní holistický přístup k psychoterapii	Portál	2004
Oaklander, V.	Třinácté komnaty dětské duše: Využití Gestalt terapie ve výchově	Drvoštěp	2003
Perls, F.	Gestalt terapie doslova	Votobia, Olomouc	1996
Perls, F., Hefferline, R. F., Goodman, P	Gestalt terapie: Vzrušení a růst lidské osobnosti	Triton	2004
Polsterovi, E. a M.	Integrovaná Gestalt terapie	Albert, Boskovice	2000
Yontef, G. M.	Gestalt terapie: Uvědomování, dialog a proces; Historie a současnost	Triton	2009
Zinker, J.	Tvůrčí proces v Gestalt terapii	Era, Brno	2004
	<b>Neurolingvistické programování:</b>		
Alder, H.	NLP pro manažery	Pragma	1997
McDermott, I., O'Connor, J.	Neurolingvistické programování v manažerské praxi	Management Press	1999
O'Connor, J., Seymour, J.	Úvod do neurolingvistického programování (NLP)	Institut pro NLP	1998
	<b>Ericksonská strategická terapie:</b>		
Erickson, M., H., Rossi, E. L.	Hypnotická psychoterapie: Kniha případových studií	Emitos, Brno	2010
Erickson, M., H., Rossi, E. L.	Hypnotické světy: Klinická hypnóza a nepřímé sugesce	Emitos, Brno	2009
Haley, J.	Neobvyklá psychoterapie Milтона Ericksona	Triton	2003
Zeig, J. K.	Výukový seminář s Miltonem H. Ericksonem: Netradiční hypnoterapie	Emitos, Brno	2010
Zeig, J. K., Munion, W. M.	Milton H. Erickson	Triton	2007

	<b>Rogersovský PCA přístup:</b>		
Nykl, L.	Pozvání do rogersovské psychologie: Přístup zaměřený na člověka	Barrister & Principal	2004
Rogers, C. R.	Způsob bytí	Portál	1998
Šiffelová, D.	Rogersovská psychoterapie pro 21. století	Grada	2010
Tolan, J.	Na osobu zaměřený přístup v poradenství a psychoterapii	Portál	2006
Vymětal, J.	Rogersovská psychoterapie	Čs. spisovatel	1996
Vymětal, J., Rezková, V.	Rogersovský přístup k dospělým a dětem	Portál	2001
Peck, M.S.	V jiném rytmu: Vytváření komunit	Votobia	1995
Peck, M.S.	Svět, který čeká na zrození: Návrat k civilizovanosti	Argo	2003
	<b>Jungovský přístup, práce se symboly a imaginací:</b>		
Banzhaf, H.	Tarot: Cesta hrdiny jako mytologický klíč	Fontána	2008
Brečka, T. A.	Tarot a terapie	Triton	2008
Fontana, D.	Tajemný jazyk symbolů: Názorný klíč k symbolům a jejich významům	Paseka, Praha	1994
Jung, C. G.	Červená kniha	Portál	2012
Jung, C. G.	Vzpomínky, sny, myšlenky		
Kastová, V.	Dynamika symbolů: Základy jungovské psychoterapie	Portál	2000
Kastová, V.	Imaginace jako prostor setkání s nevědomím	Portál	1998
Leuner, H.	Katymně imaginativní psychoterapie	Portál	2007
Reddemann, L.	Léčivá síla imaginace	Portál	2009
Riedel, I.	Obrazy v terapii, umění a náboženství: Interpretace obrazů z pohledu hlub. psych.	Portál	2002
Seifert, A. L., Seifert, T., Schmidt, P.	Aktivní imaginace: Práce s fantazijními obrazy a jejich vnitřní energií	Portál	2004
Von Franz, M.-L.	Psychologický výklad pohádek	Portál	1998
Vurm, B.	Tarot a hledání smyslu života: ve světle psychologie C.G. Junga a obrazů H. Bosche	Praga Mystica	2007
Wollschlager, M. a G.	Symbol v diagnostice a terapii	Portál	2002
	<b>Psychoterapie zaměřené na tělo:</b>		
Boadella, D, Frankel, E., Correa, M.	Biosyntéza: Výběr z textů	Triton	2009
Gendlin, E. T.	Focusing: Tělesné prožívání jako terapeutický zdroj	Portál	2003
Hoffmann, R.	Bioenergetická cvičení	Portál	2003
Johnson, S. M.	Charakterová proměna člověka: Terapeutický přístup k raným poruchám	Computer Press, Brno	2006
Johnson, S. M.	Charakterové typy člověka: Terapeutická léčba raných poruch	Computer Press, Brno	2007
Keleman, S.	Anatomie emocí: Emoce a jejich vliv na lidské tělo	Portál	2005
Lowen, A.	Bioenergetika: Terapie duše pomocí práce s tělem	Portál	2009
Pesso, A., Boyden D., Vrtbovská, P.	Úvod do PBSP - Pesso Boyden Systém Psychomotor: PBSP jako terapeutický systém	Scan, Tišnov	2009
Reich, W.	Funkce orgasmu: Sex-ekonomické problémy biologické energie	Concordia	1993
Smith, E. W. L.	Tělo v psychoterapii	Portál	2007
Schwarz, A., Schweppe, R.	Bioenergetika: Cvičení prosti stresu	Alternativa	2004
	<b>Psychosociální hry a cvičení:</b>		
Jarošová, E. a kol.	Trénink sociálních a manažerských dovedností	Management Press	2001