

Co kryje się za słowami?

- ◆ **Coaching**
- ◆ **Mentoring rozwojowy**
- ◆ **EMCC Coach/Mentoring**
- ◆ **Psychoterapia wyzwania**
- ◆ **Coaching terapeutyczny**
- ◆ **Coaching psychologiczny**

Etykiety (jeszcze kilka)

- ◆ Krótkoterminowy
- ◆ Konstrukcja Osobowy
- ◆ Egzystencjalny
- ◆ Koaktywny
- ◆ Biznesowy
- ◆ Kierowniczy
- ◆ Przywództwo
- ◆ Wyzwanie
- ◆ Relacyjny
- ◆ Sportowy
- ◆ Życiowy
- ◆ Zespołowy
- ◆ Mindful
- ◆ Wewnętrzna gra
- ◆ Ontologiczny
- ◆ Out of the box

Grupy zawodowe

- ◆ EMCC, ICF, AC i inne
- ◆ Prowadzony także przez:
psychologów,
psychoterapeutów, doradców,
managerów, konsultantów

Dlaczego jako zawód?

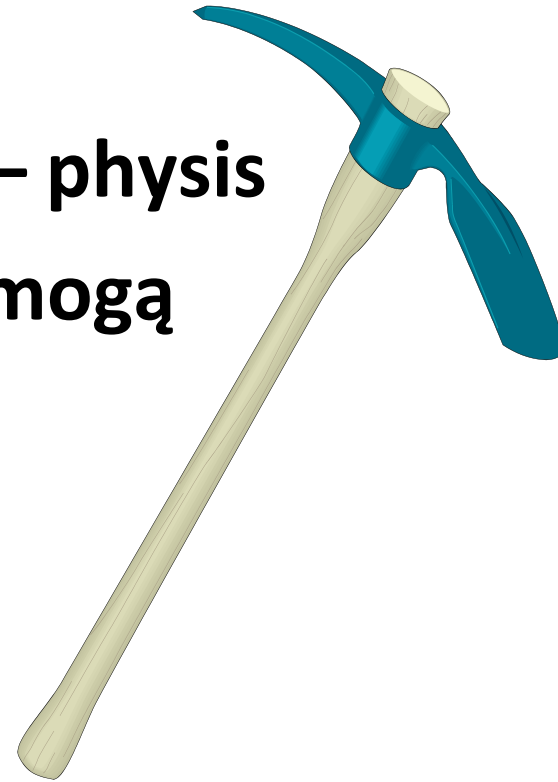
- ◆ Wyższe standardy
- ◆ Zróżnicowane kompetencje – wyższe stawki
- ◆ Większa widoczność – więcej klientów

ALE!

- ◆ Biurokracja
- ◆ Koszty akredytacji (i superwizji)
- ◆ Utrata różnorodności i innowacyjności

Filozoficzne założenia AT

- ◆ **Wszyscy chcemy wzrastać – physis**
- ◆ **Decyzje podjęte za młodu mogą być zmienione**
- ◆ **Ja jestem OK, Ty jesteś OK**



Konstruktywizm

“mózg nie jest odbiorcą i składem informacji, ale raczej czymś co tworzy, zawiaduje i kształtuje doświadczenie i wiedzę. Ludzki umysł jest niesłychanie innowacyjny jeśli chodzi o tworzenie związków pomiędzy wydarzeniami oraz doszukiwanie się przyczyn. Jednak nie wszystkie konstrukcje rzeczywistości wystarczająco dobrze wpasowują się w wymagania stawiane przez otoczenie, tak by mogły zostać zaakceptowane. Dlatego właśnie nie możemy tworzyć po prostu czegokolwiek.” (Allen, James & Allen, Barbara, 1997 s.90).

- ◆ **Neuronauka – tworzymy wspomnienia – nie ma czegoś takiego jak system kodujący**
- ◆ **Współtworzenie – współtworzymy – więc uwaga na to, co mówimy**
- ◆ **Ostatnie przyzwolenie – aby stworzyć (nasze własne) znaczenie**

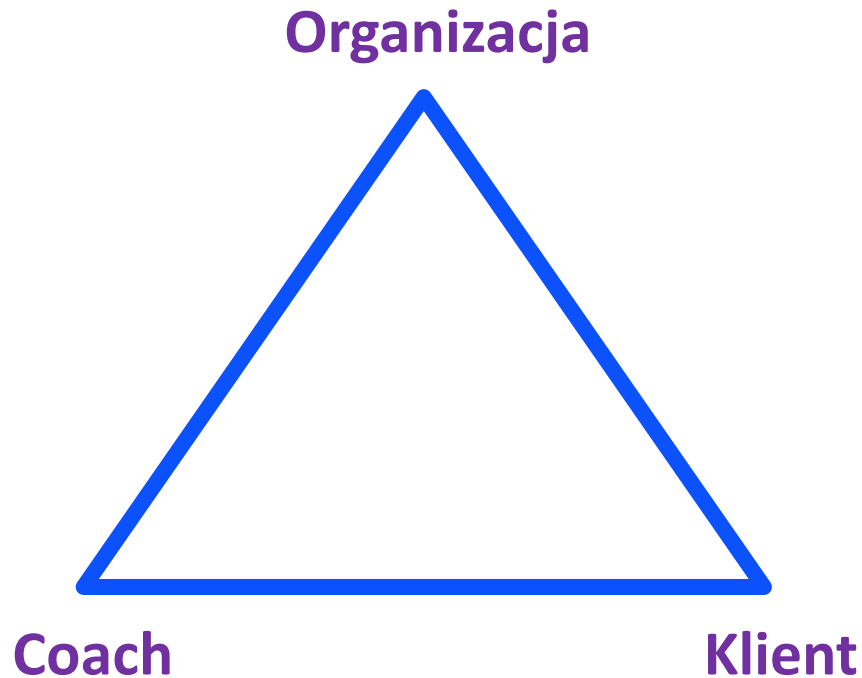
Obszary zastosowania AT

- ◆ **Counselling (poradnictwo)** – wzmacnianie autonomii w relacji do ich społecznego, zawodowego i kulturowego otoczenia.
- ◆ **Organizacja** – dalszy osobisty i zawodowy wzrost, zarówno naukowy jak i społeczny.
- ◆ **Edukacja** – rozwój, wzrost i większa efektywność ludzi pracujących w organizacjach
- ◆ **Psychoterapia** – facylitacja zdolności klienta do samorealizacja, zdrowienia i zmiany

Kontraktowanie

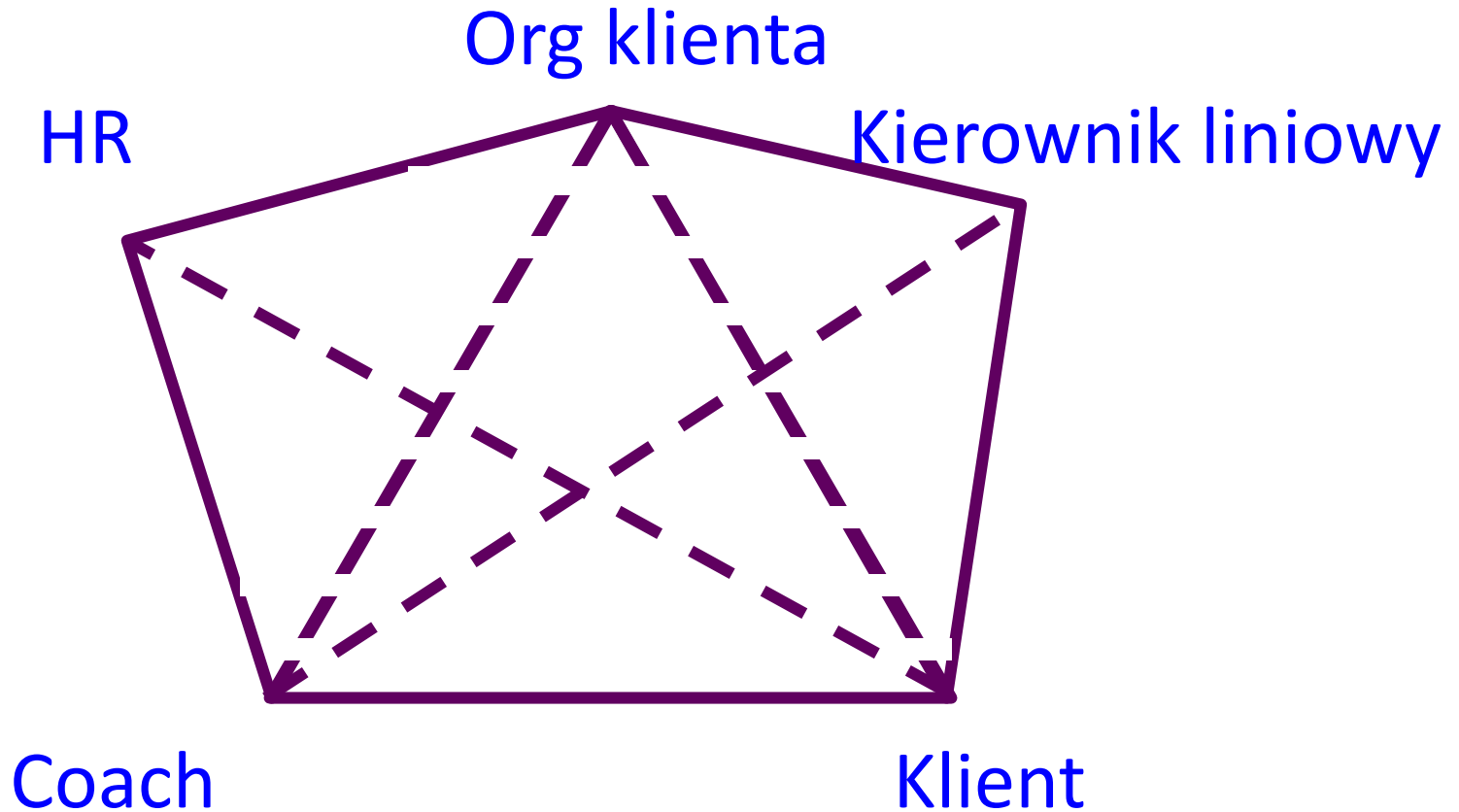
- ◆ **Wielostronne**
 - ◆ **Wielopoziomowe**
 - ◆ **Dystansy psychologiczne**
-

Wielostronne – 3-kątne



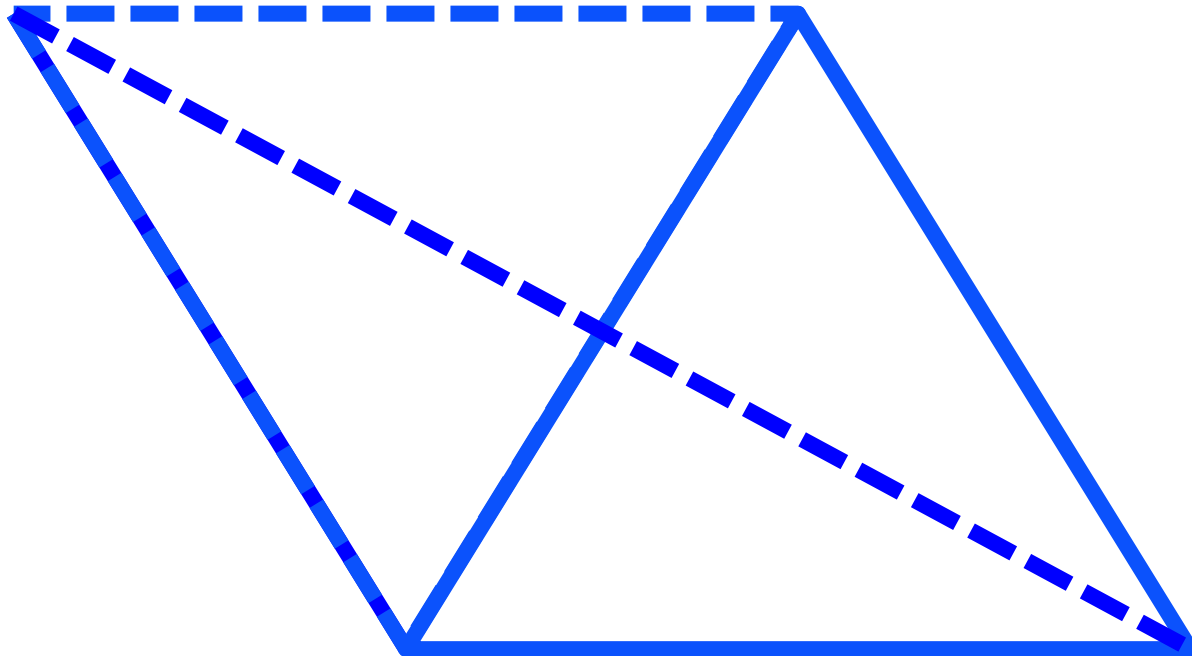
English 1975

Wielostronne kontrakty



Superwizor

Organizacja



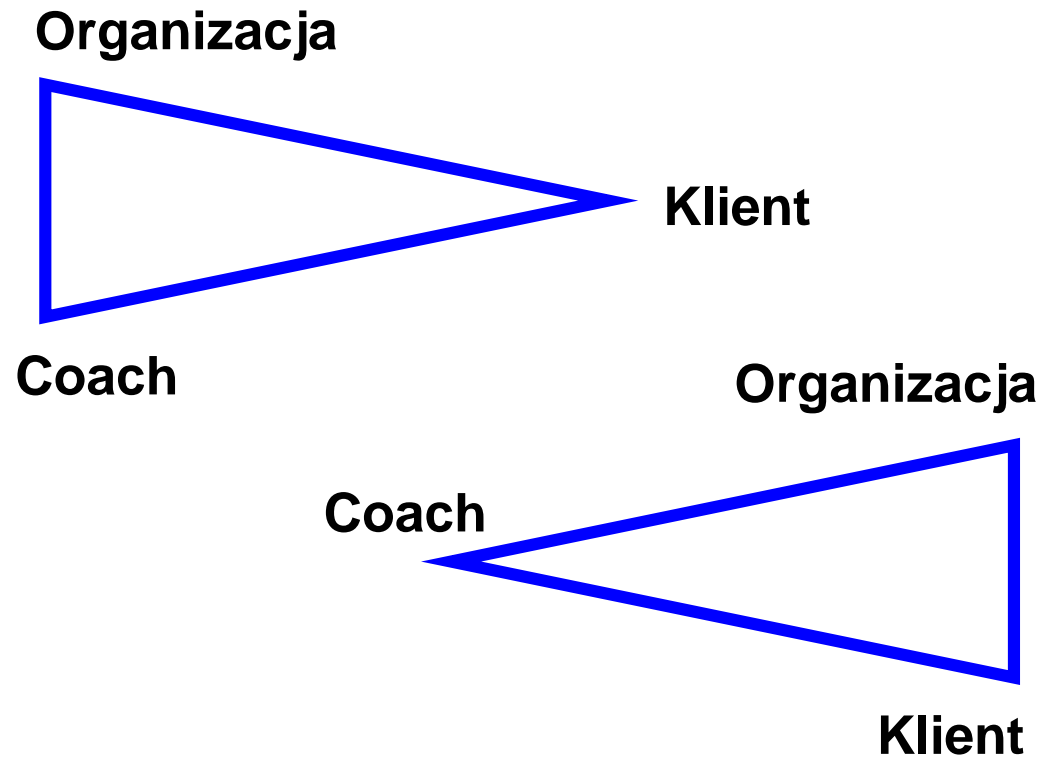
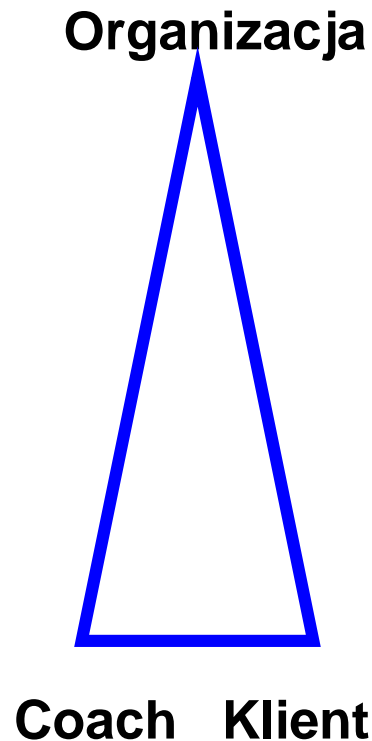
Coach

Klient

Kontraktowanie wielopoziomowe

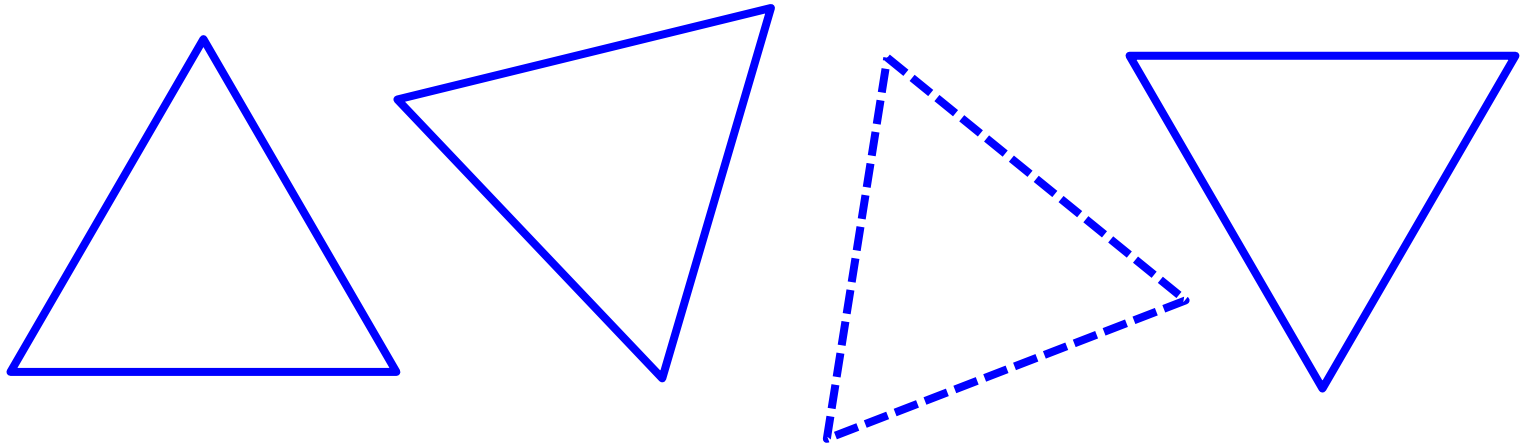
- ◆ **Proceduralne**
- ◆ **Profesjonalne**
- ◆ **Psychologiczne**

Dystansy psychologiczne



Dystansy psychologiczne

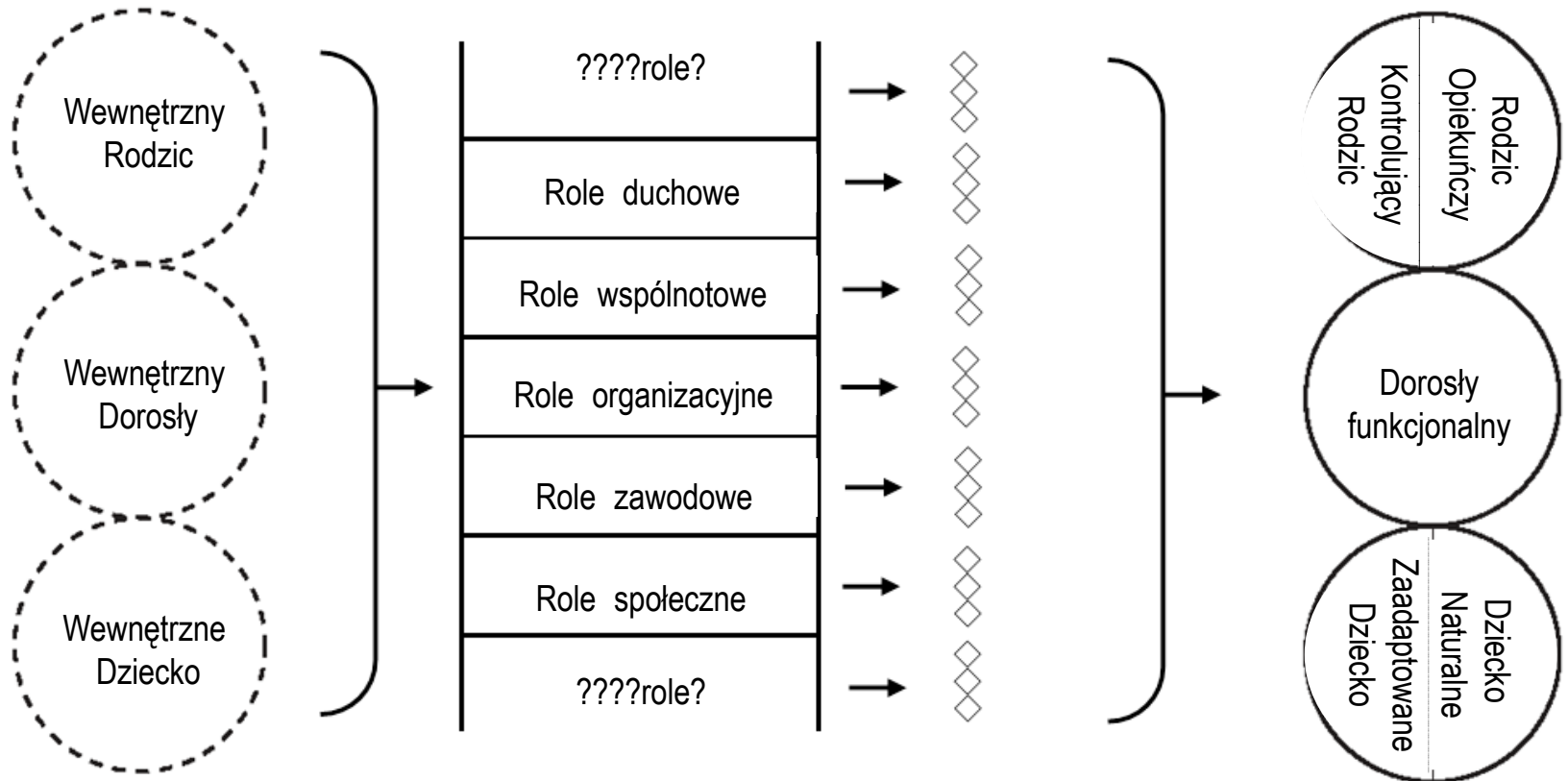
Każdy trójkąt powinien być równoboczny



Bezpośrednio lub pośrednio,
uwzględniając poziom psychologiczny

Role

- ◆ **Role prywatne, zawodowe i organizacyjne (Schmid 2006)**
- ◆ **Role społeczne, wspólnotowe, duchowe**
- ◆ **Wyższe, równe lub niższe (Crespelle m 1998)**



Hay 2011

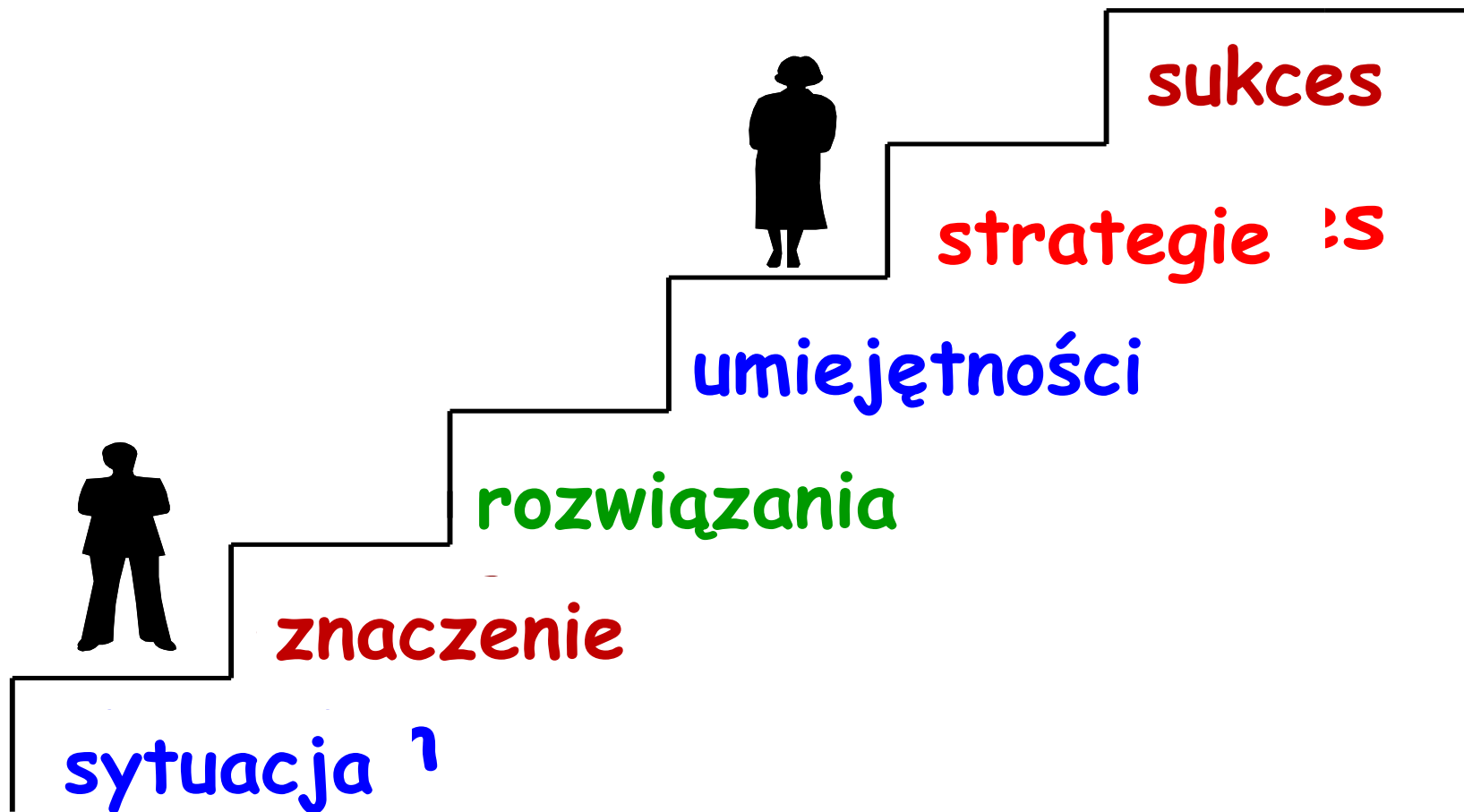
Nierozpoznanie

- ◆ Umniejszanie lub ignorowanie
- ◆ Nieostrzeżenie bodźca by pozostać zdrowym!
- ◆ Nie wiemy, czego nie wiemy!
- ◆ Inni mogą dostrzec, ale my jesteśmy nieświadomi.
- ◆ „Nie dostrzegamy” tego, co nie wpisuje się w nasze ramy odniesienia

Matryca nierozpoznań

POZIOM	TYP NIEROZPOZNAŃ		
Istnienia	T1 Istnienia bodźca	T2 Istnienia problemu	T3 Istnienia opcji
Znaczenie	T2 Znaczenia bodźca	T3 Znaczenia problemu	T4 Znaczenia opcji
Możliwości zmiany	T3 Możliwości zmiany bodźca	T4 Rozwiązywalność problemu	T5 Dostępności opcji
Osobistych zdolności	T4...innego zareagowa- nia	T5..rozw. Problemu	T6..wykorzysta nia opcji

Kroki do sukcesu



Bibliografia

Allen, James & Allen, Barbara (1997) A new Type of Transactional Analysis and One Version of Script work with a Constructionist Sensibility *Transactional Analysis Journal* 27:2 89-98

Crespelle, A (1998) Self, Role and Personhood: Difference and Interferences. *Transactional Analysis Journal* 28:3 July 251-258

English, Fanita (1975) The Three Cornered Contract *Transactional Analysis Journal* 5:4 383-384

EATA Training and Examinations Handbook May 2016

Hay, Julie (2009) *Transactional Analysis for Trainers* 2nd edition Hertford: Sherwood Publishing

Hay, Julie (2011) 'Transactional Analysis and Social Roles' in *IDTA Newsletter* 6:4 8

Mellor Ken & Schiff Eric (1975) Discounting *Transactional Analysis Journal* 5:3 295-302

Micholt, Nelly (1992) Psychological Distance and Group Intervention *Transactional Analysis Journal* 22:4 228-233

Schmid, B 2006 'Transactional Analysis and Social Roles' in Möhr, G & Steinert, T(eds) *Growth and Change for Organisations: Transactional Analysis New Developments 1195-2006*, 32-61 Bonn: Kulturpolitische Gesellschaft

- ◆ julie@juliehay.org
- ◆ www.psychologicalintelligence.com
- ◆ www.pifcic.org – fundacja edukacyjna non-profit: kwalifikacje
- ◆ www.ijtar.org – badawcze czasopismo AT
- ◆ <http://www.instdta.org/ta-proficiency-awards.html> - Nagrody Biegłości w AT