

Zpětné vazby z výcviku Kontaktní práce

Blíží se uzávěrka výcviku Kontaktní práce, který vedou Mgr. Michal Zahradník a Mgr. Eva Vernerová. Frekventantů druhého běhu výcviku jsme se zeptali, co by o výcviku řekli těm, kteří zvažují přihlášení.

Položili jsme 4 jednoduché otázky:

- 1) Jaký výcvik byl?
- 2) Co přinesl pro Vaši práci a pro Vás osobně?
- 3) Doporučení pro změny a zlepšení?
- 4) Případné vzkazy pro další, kteří zvažují přihlášení do dalšího pokračování výcviku.



A tady jsou reakce:

- 1) Jaký výcvik byl? - někdy intenzivní, někdy odpočinkový. V každém případě nebyl nudný, ani neopakoval stále stejné známé fráze. Pokud bych měl jedním slovem odpovědět, řekl bych, že byl potřebný.
- 2) Co přinesl pro mě a pro práci? Mě přinesl možnost jiného náhledu na sebe samotného i na práci, kterou vykonávám. Těch náhledů vlastně bylo několik. Měl jsem možnost v bezpečném prostoru vyzkoušet nové věci nebo reflektovat zaběhlé způsoby. Naučil mě tvořivěji přistupovat k práci a lépe naslouchat, když někdo mluví.
- 3) Doporučení pro změny? Víc dní. Myslím setkání doplnit o den navíc. Jsem rád, že nejsem lektorem. Bylo cítit, že je mnoho věcí, co by nám mohli předat (ukázat), ale časová dotace a myslím, že i naše síly - vše omezené.
- 4) Zpětně bych měl doporučení pro budoucí účastníky - intenzivněji pracujte s a na vlastním deníku - stojí to za to!

K výcviku mě napadají v zásadě dvě věty:

- Méně je někdy více - úzké zaměření na kontakt, ale do hloubky.
- Kolik dám, tolik dostanu - časově náročné, úkoly, zapojení, nemám-li chuť, sílu, iniciativu se zapojit, moc toho nezískám.

Kontakt je něco, co mě zajímá a bavilo mě dívat se na něj z různých úhlů pohledu. V tom byl pro mě zajímavý přístup lektorů, kteří se velmi dobře doplňovali. Osobně bych vyzdvihla vzájemné stínování - považuji za přínosné, byť nedokážu popsat konkrétní přínosy pro mou práci.

Pro Ty, kteří se na výcvik chystají - zajistěte si podporu svého šéfa (finanční, ale i časovou), abyste mohli absolvovat celý výcvik bez vynechání a aby podpořil úkoly, které budete v práci vypracovávat, zkoušet změny. Počítejte s vedením deníku, domácími úkoly a vedením portfolia! Výtečný nástroj k zamýšlení, sebereflexi, možnost vracet se k němu.

Výcvik se mi líbil a myslím, že mi hodně dal. Jen mám problém to psát po tak dlouhé době. Obávám se, že moje odpovědi na otázky jsou zbytečně stručné a moc obecné.

- 1) Někdy trochu hektické; nabitě aktivitami; zaměření především na praxi; rozvíjející kompetence pro práci s klientelou a podporující jak profesní, tak osobnostní růst.
- 2) Byla to pro mě jedinečná příležitost poznat různé styly práce, seznámit se s řadou zajímavých kolegů a kolegyně z oboru a dozvědět se něco o sobě.
- 3) Dokázal bych si výcvik představit i jako tříletý; některým technikám a tématům by se mohl dát mnohem větší prostor.
- 4) Dle mého názoru ideálně pro toho, kdo na sobě chce systematicky pracovat, ale nepotřebuje pro svou práci psychoterapeutický výcvik.

-
- 1) Jaký výcvik byl? Objevů plný.
 - 2) Co přinesl pro Vaši práci

Výlet do hlubin mé kontaktní duše přinesl mnoho překvapivých zjištění. Zjištění jsem měla možnost prozkoumat, některé vyřešit, některé nechat být, některé opustit a poté se poposunout dál. To je zřejmě to hlavní, co mi kurz přinesl osobně, což se pak přirozeně odrazilo v práci.

Myslím, že neocenitelnou součástí kurzu pro mne byly kuloáry. Setkávání se se zajímavými osobnostmi kolegů a rozhovory na nejrůznější témata byly obohacující a z mnohého čerpám dodnes.

3) Doporučení pro změny a zlepšení?

Vzhledem k tomu, že proběhl již další běh kurzu, nevím, co napsat. Lovím v paměti a jediné, co mě napadlo je boj s časem zlepšit (i když to zní stejně jako boj s větrnými mlýny).

4) Případné vzkazy pro další, kteří zvažují přihlášení do dalšího pokračování výcviku. Život je jak bonboniéra, nikdy nevíš, co ochutnáš...

1) Jaký výcvik byl?

V mnoha ohledech přínosné, živé, dost hravé a určitě dobré v tom, že často byla nechána volnost tomu, co se ukázalo jako podstatné, bez toho, že by se tlačilo na to, co by se "mělo udělat - stihnout".

2) Co přinesl pro Vaši práci a pro Vás osobně?

Pro mou práci přinesl hlavně mnohem větší pozornost tomu, co se mi děje v procesu kontaktu s klientem, jak s tím být, či to změnit pro můj větší komfort a tím pádem i komfort kontaktu. Pro mě osobně přínos ve formě intenzivního náhledu na způsob mé práce a tím pádem i určitých stereotypů, osobního nastavení k okolnímu světu. A v neposlední řadě mnoho krásných setkání a poznání s frekventanty i lektory.

3) Doporučení pro změny a zlepšení?

Změna, pro mě bylo důležité i místo, určitě bych pro příště nedoporučil Jůnův statek a snažil se najít více příjemnější prostředí. Protože se mi zdálo, že s běžícím výcvikem vylézalo lektorům více a více témat a občas bylo cítit, že se nestíhá vše, co bylo v plánu. Tak určitě navýšit časovou dotaci. Pro pohodlí všech zúčastněných

4) Případné vzkazy pro další, kteří zvažují přihlášení do dalšího pokračování výcviku.

Do toho! Nemůžete nic ztratit, jediné získat. Upřímnost práce lektorů je všudypřítomná a opravdu jim to jde, když jim to dovolíte. Dle mého zdání není důležitějšího, než naučit se smysluplně a přirozeně vztahovat k lidem kolem nás. A ještě si užijete mnoho srandy.

Jaký výcvik byl?

S více než ročním odstupem můžu říci, že výcvik byl podařený a šitý na míru potřebám kontaktních pracovníků. Výcvik podle mého směřoval k poznání sebe v pozici kontaktního pracovníka a k osvojení „umění“ kontaktní práce.

Pracovalo se hodně s tělem, obrazem, fantaziemi, využívaly se konstelace, sochání, hraní rolí apod. Takto postavený výcvik mně osobně velmi vyhovoval, neb zapojoval intuici a nejen rozum, dalo by se říci, že byl „pravo-levo hemisférový“ vyvážený a tudíž dynamický.

Měli jsme možnost seznámit se s mnohými modely kontaktních dějů a s nástroji, které může pracovník využívat. I když jsme někdy jen nahlédli, získali jsme alespoň mustr pro další prostudování.

Myslím, že výcvik ve mně zanechal trvalé stopy, což potvrzují znovu a znovu se vyjevující obrazy, tělesné vzpomínky a integrované zážitky.

Co přinesl pro Vaši práci a pro Vás osobně?

Mně osobně (a potažmo pro mou práci) přinesl výcvik poznání, že kontaktní pracovník pracuje celou svou osobností, která je přirozeně nastavena na kontakt s druhým člověkem. Kontaktní práce se mi daří jediné, pokud přicházím do kontaktu se všemi rovinami své osobnosti. Přičemž je důležité porozumět kontaktnímu ději, jeho fázím a umět s tímto dobře zacházet. Naučila jsem se kontakt neuspěchat, na začátku využívat mini kontaktní děje, z nichž plyne první uspokojení (flow) a postupně tak připravovat pole pro hlubší kontakty. Dále kontakt nechat doznít, dát čas na integraci apod.

Někdy využívám i prvotní napětí, které plyne z očekávání kontaktu na obou stranách, což způsobí, že druhá strana sama započne kontakt, aniž bych se já o to musela nějak snažit.

V hlavě mi pořád leží, jaký typ intervence (je-li nutný) do kontaktu vložit (zda využít konfrontaci, porozumění či doporučením či jen empaticky naslouchat apod.) a jak to udělat, aby se ten kontakt tím nerozbil. Toto bych si potřebovala ještě více osvojit.



Doporučení pro změny a zlepšení?

Když se po roce vrátím ke zpětné vazbě, kterou jsme lektorům podávali, vypíchla bych asi toto: Vyhnout se nakusování koláčů a z toho důvodu až přejetí, místo toho spíše vychutnávat jeden koláč po druhém s dostatečným prostorem pro zažití.

Případné vzkazy pro další, kteří zvažují přihlášení do dalšího pokračování výcviku.

Pokud máte v práci pocit, že stagnujete a kontakt s klienty vás energeticky nenabíjí, tak výcvik je tou správnou cestou, jak se posunout dál. A i pokud tento pocit nemáte, ale máte chuť se rozvíjet a hrát si, tak jděte do toho. Možná pro vás bude překvapením zjištění, kde se nachází vaše „Achillova pata“ a kde naopak váš zdroj síly a energie.

Jaký výcvik byl?

Výcvik byl celkem náročný. Byla to pro mě první zkušenost s takto dlouhým výcvikem. Navíc pokud chtěl člověk na sobě opravdu „zamakat“, věnoval se úkolům a nejen jim i mimo jednotlivé setkání.

Co přinesl pro Vaši práci a pro Vás osobně?

Mně osobně přinesl více zkušeností s některými formami práce ve skupině (modelování, sochání apod.). Přinesl mi větší vhled do mé práce a mých reakcí na klienta, lepší orientaci ve vlastních přednostech i slabínách při práci s klientem (ale i osobně). Také jsem získala úplně jiný pohled na pojem „kontaktní práce“.

Doporučení pro změny a zlepšení?

Snad jen nechat některá témata do kurzů a výcviků, které se na ně přímo zaměřují a více se věnovat kontaktní práci samotné - jednoduše řečeno méně „ochutnávat“ a více trénovat.

Případné vzkazy pro další, kteří zvažují přihlášení do dalšího pokračování výcviku.

Účast doporučuji především těm, kteří mají prostor se tématu věnovat i mimo jednotlivá setkání. Jen tak se dá z výcviku odnést maximum.

Děkujeme velice za odpovědi

Aleš Herzog

[Zde dát odkaz na aktuální běh výcviku a další odkazy na ty zbývající články apod....](#)