

COACHING

systemowy i transformacyjny

Wspieram w rozwoju ludzi, pomagając im w przezwyciężeniu słabości i motywując ich do podjęcia innych działań niż do tej pory.

We wspólnym dialogu towarzyszę mojemu Klientowi, by dostrzegł własny potencjał, zmienił zachowania, które mają w efekcie tej zmiany, przynieść Mu korzyść w postaci postępu.

Pasja:

Służę ludziom poprzez pomaganie im w poznawaniu siebie i dążeniu do jak najlepszego funkcjonowania w życiu i pracy.

Podejście:

W mojej pracy z Klientem wykorzystuję podejście systemowe. Korzystam z mojej wieloletniej wiedzy praktycznej i teoretycznej, zdobytej podczas studiów na Uniwersytecie SWPS i Uniwersytecie Wrocławskim, licznych wykładów, warsztatów, seminariów i zajęć z wykorzystaniem ustawień systemowych w zarządzaniu i doradztwie /tzw konstelacji/ zarówno w obszarze pracy, zarządzania i doradztwa, jak i osobistym.



Sesje z wykorzystaniem metody ustawień systemowych na planszach i figurkach.

Metody pracy, modele, techniki:

Sesja ma ramy w modelu -

- GROW, a także SMART – praca z celem. **Wyjaśniam model procesu U Clausa Otto Scharmera i wraz z Klientem poszukujemy przestrzeni na ujawnienie się tego co NOWE, INNE, TWÓRCZE.**



Sesja, w której Klientka pracuje na skali i wyciąga wnioski dotyczące dalszych planów w rozwoju swojej kariery fotograficznej.

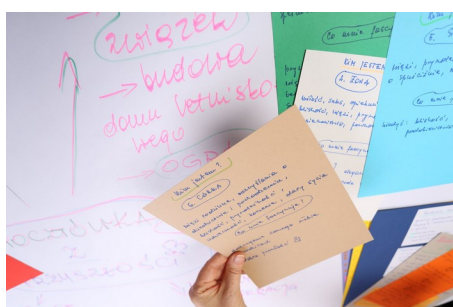
Sz szczególnie bliski jest mi coaching systemowy i transformacyjny, który polega na zmianie tego, kim jest Klient, w celu uzyskania zmiany w tym, co robi, myśli i czuje.

Coaching transformacyjny zajmuje się światem wewnętrznym osoby – jej wartościami, podstawowymi przekonaniem, tożsamością, poczuciem przeznaczenia. Pomaga dokonać głębokiej przemiany, trwałej i znaczącej. Coaching systemowy to praca z obrazem, wglądem uzyskiwanym w toku ustawienia systemowego

Klienci często poddają się temu procesowi, gdy przechodzą przez okres ważnych zmian życiowych, oznaczających stres i ból i mają świadomość, że chcą się na nowo odnaleźć.

- Pracuję z Klientem również w **ustawieniu systemowym. Moja sesja ustawieniowa prowadzona jest indywidualnie i ma charakter sesji coachingowej. Składa się z 3 etapów:**
 - I etap - rozmowa badająca rzeczywistość, fakty, zdarzenia – wywiad, na czym mamy skoncentrować uwagę w II etapie, jaki cel chce osiągnąć Klient, jakiego rezultatu oczekuje, jakiej zmiany chce
 - II etap - praca sceniczna, ustawienie, mapowanie, konstelacja – wraz z Klientem poszukujemy przestrzeni na ujawnienie się tego co NOWE, INNE, TWÓRCZE
 - III etap - od scenicznego do dialogowego procesu – przyglądamy się poszczególnym scenom, wyjaśniamy w modelu warsztatowym czego jeszcze brakuje, jakie możemy zrobić kolejne kroki – III etap /od niewiedzy do działania/

(*) wykorzystuję w pracy flipchart, kolorowe plansze, pisaki do rysowania, wycinanki samodzielnie robione przez Klienta, który układa elementy swojego tematu na stoliku w poszukiwaniu najlepszego rozwiązania



Dla kogo:

- osób pragnących określić swoje cele i role życiowe
- chcących zrealizować swoje cele prywatne i zawodowe
- osób poszukujących pasji życia i pracy marzeń
- znajdujących się w okresie zmian i podejmowania decyzji
- osób pragnących pracować nad swoim rozwojem osobistym, rozwojem wybranych kompetencji, zdolnościami interpersonalnymi i relacjami
- osób chcących poprawić swoją efektywność osobistą i poziom swojej motywacji w realizacji celu

Proces coachingu:

Proces coachingowy składa się zwykle z 5-10 sesji i trwa około 6 miesięcy.

Etapy:

- analiza Klienta i jego środowiska – życie osobiste, praca
- ustalanie celów, priorytetów, planowanie działań
- wdrażanie nowych rozwiązań, konceptów
- refleksja związana ze zmianami
- dopasowanie pasji, umiejętności i systemu wartości Klienta do jego pracy i życia
- ewaluacja i utrzymanie rezultatów

Korzyści:

- poznasz siebie, swoje wartości i cele życiowe
- zrewidujesz swoje przekonania i nastawienie
- poczujesz co jest twoim przeznaczeniem i sensem oraz pasją
- dokonasz zmiany na poziomie serca i rozumu
- zaangażujesz się w życie – staniesz się sprawczy, odpowiedzialny i witalny
- będziesz miał więcej energii do pozytywnych zmian w życiu osobistym i pracy



Marta Heinze – Okońska – pedagog, menedżer, business coach, trener biznesu. Dyplom w Szkole Wyższej Psychologii Społecznej (USWPS) we Wrocławiu **kierunek Coaching**, Absolwentka Uniwersytetu Wrocławskiego kierunku Pedagogika kulturalno-oświatowa w pracy z dorosłymi oraz Public Relations w Wyższej Szkole Bankowej w Poznaniu. **Zaawansowany trener biznesu**, dyplom w szkole MODERATORA. Posiadam 25 letnie doświadczenie w obszarze zarządzania i wdrażania dużych kampanii reklamowych dla klientów z różnych branż. Praca mojego zespołu zaowocowała nagrodą Effie Awards 2012 w kategorii Bankowość i Finanse dla KRUK SA oraz wyróżnieniem w Konkursie Reklamy Złote Orły. Odpowiadałam za reklamę kontekstową, sponsoring i marketing eventowy w Harvard Business Review Polska. Od 2000 roku prowadzę własną firmę. Własna praktyka w obszarze doradztwa i ustawień systemowych oraz coachingu biznesowego od 2013 roku. Ustawieniami zajmuję się od 2008 roku uczestnicząc w seminariach i warsztatach prowadzonych przez: Guntera Schrickera, Marię Piegowską, Marka Wilkirskiego, Claude'a Rosselet, Ilse Kutschere, Heiko Hinrichsa. W sumie ponad 5.000 godzin w ustawieniach i 1.500 godzin sesji coachingowych. Szkolenia dla firm: DOMODI, HOMEBOOK, FORUM ZN (Zarządzanie Nieruchomościami). Liczne sesje coachingu biznesowego oraz mentoringu biznesowego w podejściu systemowym dla menedżerów wysokiego i niższego szczebla i właścicieli firm oraz pracowników.

(*) do wglądu na życzenie – ukończone kursy, zaświadczenia, dyplomy, zakres tematyczny, referencje