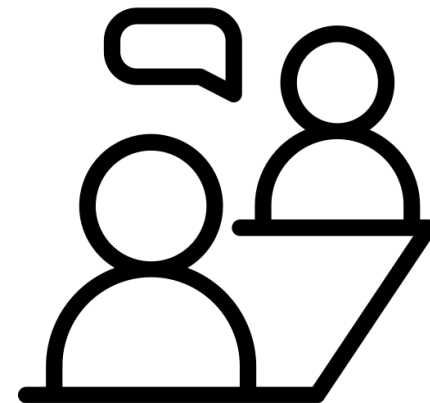


# Poradenský rozhovor

**PSYn5708**

## Čas na váš rozhovor!

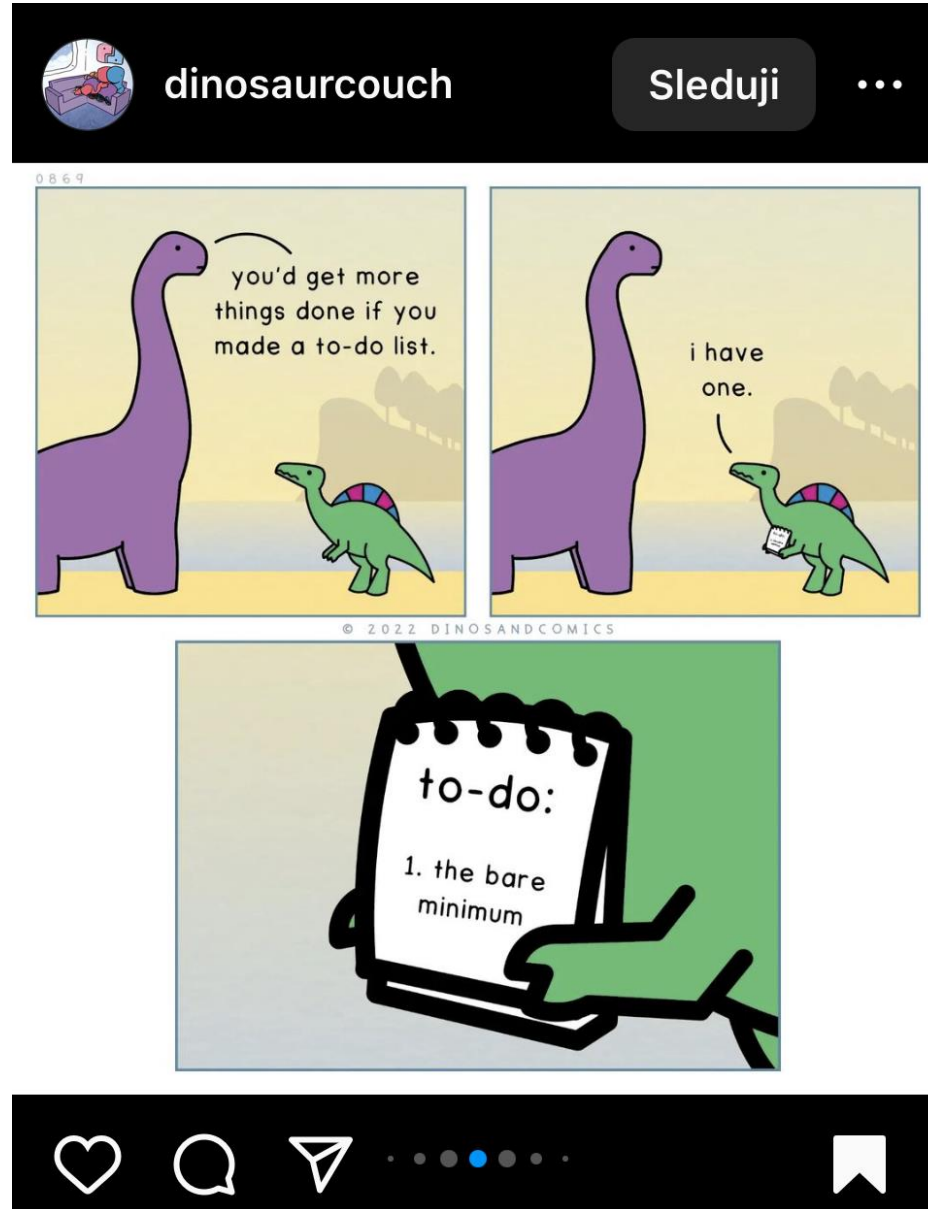
1. Puštění ukázky
2. Její rozbor
3. Dotazy



**Hodnocení: kvalita rozhovoru/reflexe/reakcí**

**Hodnocení: kvalita analýzy a její odbornost**





## Jaký jste zažili hodně dobrý rozhovor?

1. S kým to bylo?
2. Co vám na něm tak pomohlo?



**Udělejte 2-jice; máte max 15 minut**

## Jdeme si to zkusit?

1. Prosím vyberte si nějaký běžný problém
2. Pozorujte: jak se to daří, co je podle vás dobře/špatně?
  - Jaký má prostor účastník?
  - Atmosféra
  - Bude vědět, co dělat?
  - Spokojenost?
  - Emoce?



## Co je hlavní?

1. Otevřené otázky
2. Víc poslouchám než mluvím
3. Nedávám rady!







## Terapie vs poradenství

1. **Poradenství:** zaměření na řešení současné situace (opíráme se o aktuální zdroje, cílí na přítomnost, posílení hranic, nediagnosticskují)
2. **Terapie:** zaměření na minulost, minulé zážitky a obsahu, které mě ovlivnily (dávám zázemí, i mimo dospělý ego stav, delší doba, změny osobnosti)



**Vždy by měl provádět člověk s odpovídajícím vzděláním!**

## Poradenství ve firmách

1. V čem vám přijde, že může být užitečné?
2. Jaké mohou být jeho cíle/témata?

**Udělejte prosím skupinky po 3, máte 10 minut**



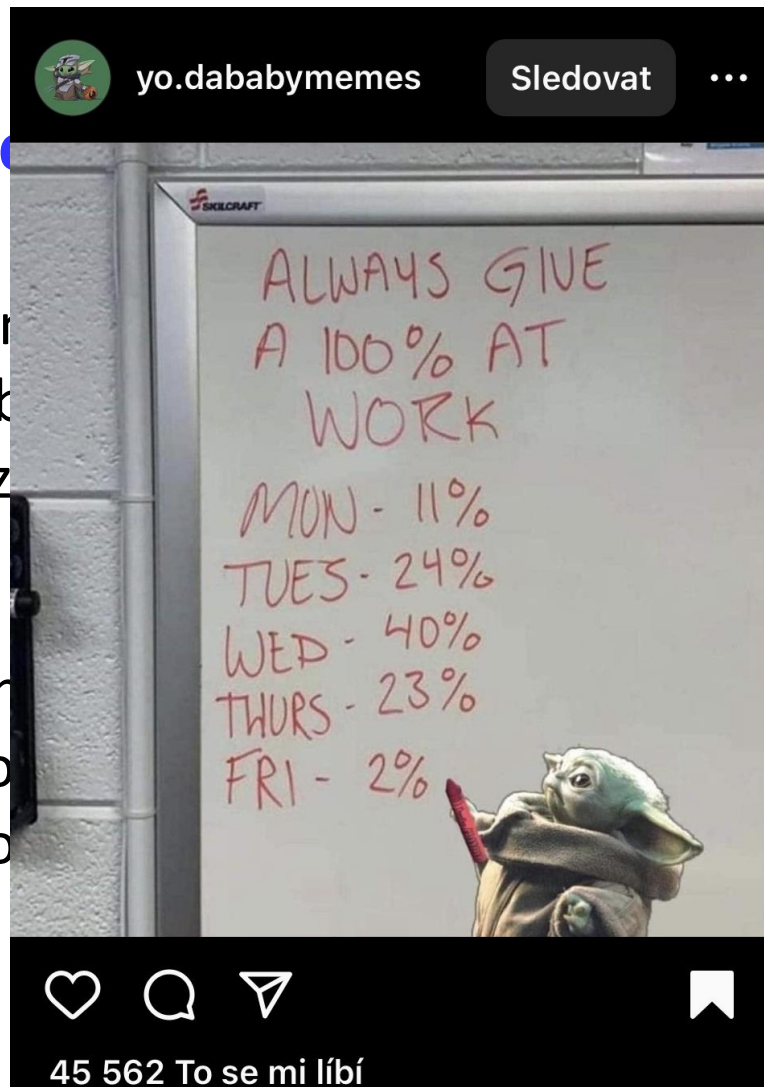
## Poradenství ve firmách

- Krok směrem k lidem (inovativní) – úspěch záleží na nich
- Přenášení stresu = pomoci jim s ním
- Snížení nemocnosti a absence
- Naplnění potenciálu



## Poradenství ve

- **Cíle:** porozumění, plánování do budoucna, emocií, konverzace
- **Výhody:** dívání, snížení odchodu, objektivní porada



vytvoření cílů,  
situací, kontrola  
ímání sebe

í produktivity,  
-life balance,  
šení problémů



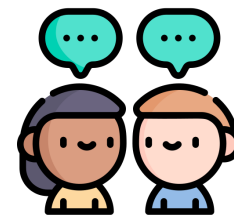
## Poradenství ve firmách

- Už po 6-8 setkáních hodnotí zlepšení (76 % zlepšilo výkon/60 % potvrdilo, že problémy zasahují do jejich práce)
- Pomohl i manažerům – 90 % odpovídalo pozitivně
- In house?!
- I skupina (do 8)



## Poradenství ve firmách

- Jednoduchý přístup
- Podpora z vedení
- Ten člověk má na to fakt vzdělání
- Placení?
- Odděleno od hodnocení práce
- Follow-up a hodnocení





## Jak na něj?

- Aktivní naslouchání
- Potlačení kritiky
- Empatie
- Přátelskost
- Pomocť jim najít a kultivovat vlastní zdroje
- Podpora, pomoc





## Jak na něj?

- Definovat problém
- Co ho udržuje
- Historie problému
- Návrhy řešení od klienta
- Vybrat si cíle
- **Pořádně definovat zakázku!!**

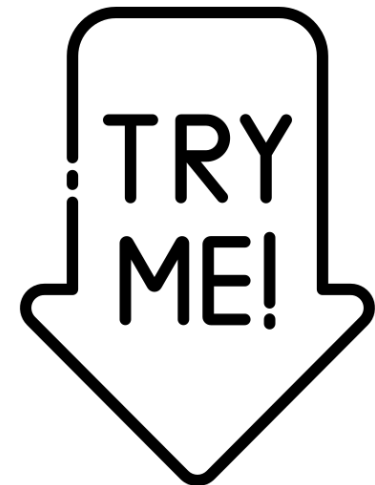


## Techniky (Berne)

1. Dotazování *(Jak reagovalo vaše okolí na to, že jste přišel o práci?)*
2. Specifikace *(Co pro vás znamená být více sebevědomý?)*
3. Konfrontace *(Všimla jsem si, že vždy když se vás zeptám, jak se cítíte, odvedete pozornost jinam ...)*
4. Vysvětlování *(Např. vysvětlíme fungování podpory a její druhy)*
5. Ilustrace *(Je to jako batoh, který je pořád těžší a těžší...)*
6. Potvrzení *(To jste skvěle vystihl. To dává smysl, jak to popisujete)*



**Vyzkoušíme si to?**



## Vyzkoušíme si to?

1. Vylosujte si kartičky emocí – jak jste se cítili tenhle týden/Vyberte si nějakou situaci, co vám v poslední době trápí a chcete ji sdílet
2. Jeden vypráví a druhý si zkusí vybrat jednu z technik a využít ji



**Udělejte skupinky po třech – 3. pozoruje a zaznamenává – pak zpv (15 a 10 minut)**

## Techniky (Berne)

1. Dotazování *(Jak reagovalo vaše okolí na to, že jste přišel o práci?)*
2. Specifikace *(Co pro vás znamená být více sebevědomý?)*
3. Konfrontace *(Všimla jsem si, že vždy když se vás zeptám, jak se cítíte, odvedete pozornost jinam ...)*
4. Vysvětlování *(Např. vysvětlíme fungování podpory a její druhy)*
5. Ilustrace *(Je to jako batoh, který je pořád těžší a těžší...)*
6. Potvrzení *(To jste skvěle vystihl. To dává smysl takhle, jak to popisujete)*



## Shrnutí

1. Poslouchat
2. Nebát se ticha
3. Všímat si rozporů
4. Znat své hranice
5. Zkoušet



## Co máme dnes za sebou?

1. Úkol
2. Můj suprový rozhovor
3. Jak (ne)dělat poradenství
4. Terapie vs poradenství
5. Poradenství ve firmě
6. Techniky
7. Zkoušení si poradenského rozhovoru

