

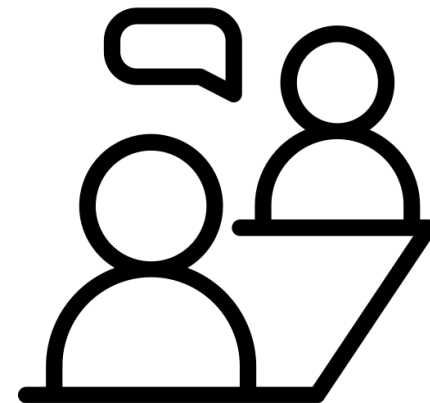
MUNI
FAKULTA
SOCIÁLNÍCH
STUDIÍ

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 NEJLEPŠÍ 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, nediagnosticskuji)
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

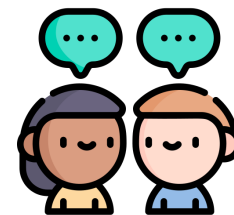
PORADENSTVÍ VE FIRMÁCH

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



PORADENSTVÍ VE FIRMÁCH

- **Cíle:** porozumět sobě, rozhodnutí, vytvoření cílů, plánování do budoucna, coping s těžkou situací, kontrola emocí, konverzace, podpoření pozitivního vnímání sebe
- **Výhody:** dívání se na situace jinak, zvýšení produktivity, snížení odchodů a absencí, lepší work-life balance, objektivní porozumění situaci, motivace k řešení 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?!**



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!!**

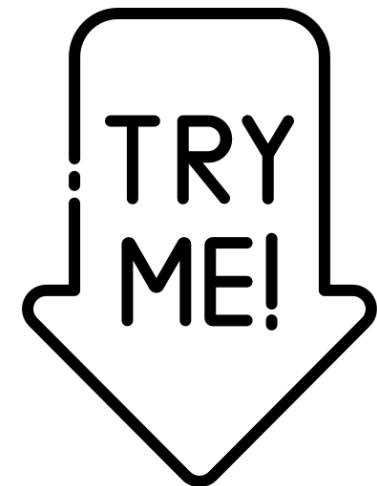


TECHNIKY (BERNE)

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
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 svoje hranice
5. Zkoušet



CO MÁME DNES ZA SEBOU?

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

