

ADAM WALERJAŃCZYK

EVENT

Zaufaj mi...
Zasługujesz na wyjątkowe życie.

Współautorzy:
Maciej Pawlik
Jarosław Sobkowiak
Marcin Szpak

Ten ebook zawiera darmowy fragment publikacji ["Event"](#)

Darmowa publikacja dostarczona przez
ZloteMysli.pl

Copyright by Złote Myśli & Adam Walerjańczyk, rok 2017

Autor: Adam Walerjańczyk

Tytuł: Event

Data: 25.09.2017

Złote Myśli Sp. z o.o.

ul. Kościuszki 1c

44-100 Gliwice

www.zlotemysli.pl

email: kontakt@zlotemysli.pl

Niniejsza publikacja może być kopiowana, oraz dowolnie rozprowadzana tylko i wyłącznie w formie dostarczonej przez Wydawcę. Zabronione są jakiegokolwiek zmiany w zawartości publikacji bez pisemnej zgody Wydawcy. Zabrania się jej odsprzedaży, zgodnie z regulaminem Wydawnictwa Złote Myśli.

Autor oraz Wydawnictwo Złote Myśli dołożyli wszelkich starań, by zawarte w tej książce informacje były kompletne i rzetelne. Nie biorą jednak żadnej odpowiedzialności ani za ich wykorzystanie, ani za związane z tym ewentualne naruszenie praw patentowych lub autorskich. Autor oraz Wydawnictwo Złote Myśli nie ponoszą również żadnej odpowiedzialności za ewentualne szkody wynikłe z wykorzystania informacji zawartych w książce.

Wszelkie prawa zastrzeżone.

All rights reserved.

SPIS TREŚCI

PODZIĘKOWANIA	5
PRZEDMOWA	7
PROLOG STYCZEŃ 2016	9
MARTA MARZEC 2015	13
ALEKS PAŹDZIERNIK 2015	19
MARTA MAJ 2015	29
WIKTOR MAJ 2015	47
ALEKS LISTOPAD 2015	53
MARTA WRZESIEŃ 2015	67
WIKTOR WRZESIEŃ 2015	79
MARTA PAŹDZIERNIK 2015	89
ALEKS GRUDZIEŃ 2015	101
MARTA GRUDZIEŃ 2015	121
WIKTOR STYCZEŃ 2016	139
EVENT STYCZEŃ 2016	151
ALEKS LUTY 2016	163
MARTA LUTY 2016	189
WIKTOR MARZEC 2016	207
ALEKS MARZEC 2016	217
MARTA MAJ 2016	237
ALEKS MAJ 2016	249

NARZĘDZIA	261
Afirmacja	261
Bitcoin	261
Coaching	262
Emocje jako źródło informacji	262
Instruktaż	263
Koło emocji Plutchika	263
Kontraktowanie sesji coachingowej	264
Kotwiczenie w NLP	264
Mentoring	264
Metaprogramy	265
Model Grow	265
Model Milтона	266
NLP	266
Odzwierciedlanie emocji i treści	267
Patterny w NLP	267
Platform selling	268
Prawo przyciągania	268
Rapport/mimikra	269
Słowo „Nie”	269
Submodalności	270
Szkolenie	270
Technika echa	270
Wizualizacja wizji	271

PODZIĘKOWANIA

Najkrócej, jak potrafię.

Maćku, Jarku. Dziękuję Wam za odciążenie mnie z obowiązków i zorganizowanie pracy całego zespołu w taki sposób, żebym mógł skoncentrować się na pisaniu. Gdyby nie Wy, ta książka prawdopodobnie by nie powstała, a gdyby nawet powstała, musiałbym przez blisko cztery miesiące karmić siebie i rodzinę energią słoneczną.

Marcinie, Tobie za napisanie definicji pojęć, którymi posługuję się w treści.

Ania Sawa, Tobie za wsparcie w promocji książki, projekt okładki i całą resztę, o której jeszcze nie wiem, kiedy piszę te słowa.

Ania Poławska, Tobie za pierwsze czytanie, informację zwrotną i wstępne poprawki językowe.

PRZEDMOWA

Event nie jest kolejnym podręcznikiem dla coachów. Niech podręczniki piszą ci, którzy robią to znacznie lepiej ode mnie. *Event* to historia napisana z zawodowej potrzeby pokazania, jak działają „guru rozwoju osobistego”, którzy mają świetny marketing, są ekspansywni i popularni, oraz jak działa coaching jako metoda cicha, mniej spektakularna i kolorowa, intymna, a jednocześnie skuteczna.

Książka jest fikcją literacką, została zainspirowana obserwacjami, przeczytanymi tekstami, zasłyszаныmi historiami oraz wędrówką po czeluściach internetu, od linku do linku. Żadna z opisanych tu postaci nie jest autentyczna, z wyjątkiem przykładu niejakiego Juliana, który kazał się policzkować studentom SGH.

Książka nie jest też obiektywna ze względu na moje przekonania dotyczące rozwoju osobistego i kierunku, który uznaję za wartościowy. Nie przekreślam jednocześnie metod, których nie stosuję, pod warunkiem że nazywane będą po imieniu.

Miłej lektury!

PROLOG

STYCZEŃ 2016

Aleks stał jak ogłuszony. Jak zza szyby obserwował ludzi znajdujących się wokół niego w ciemnej, nie licząc mocno doświetlonej sceny, sali łódzkiej Atlas Areny i skandujących słowa, których znaczenia jeszcze nie rozumiał. Czuł jedynie, że wzbiera w nim fala entuzjazmu. Ten stan, kiedy ma się wrażenie, że za chwilę coś w człowieku eksploduje, jeśli nie znajdzie ujścia.

Dziewczyna obok, drobna, z burzą rudych loków, odwróciła wzrok od sceny i spojrzała na niego roześmianymi, pogodnymi oczami. Identyfikator, który miała na szyi, oznajmiał, że ma na imię Jagoda. Jagoda delikatnie podskakiwała z wyciągniętymi w górę rękami i wyrazem ekstazy na twarzy. Wyglądała na szczęśliwą i wzruszoną. Zresztą wszyscy wokół na takich wyglądali. On też czuł rozplywający się po jego ciele nieznanym wcześniej rodzaj energii tak silnej, że również musiał zacząć krzyczeć.

— Jestem ci mega wdzięczny za te emocje, bo to ty, wy wszyscy jesteście autorami tego, co się tutaj dzieje! Przecież mogłeś teraz pić trzecie piwo przy pieprzonym grillu ze znajomymi, jak dziewięćdziesiąt procent ludzi w tym kraju, ale ty jesteś tutaj i działasz! — krzyczał ze sceny prowadzący.

— Jeeee! — odpowiedział tłum.

— Ty wiesz, że nic nie robi się samo, i właśnie dlatego dzisiaj zrobiłeś pierwszy krok w kierunku twojej misji, poczucia sensu tego, po co tutaj jesteś i jakie dziedzictwo po sobie zostawisz!

— Jeeee! — krzyczało ponad osiem tysięcy osób.

Prowadzący wykonał ręką gest uciszający salę. Po chwili zapadła cisza, słychać było tylko delikatną muzykę w tle i czuło się emocje, które na moment przygaszone, kotłowały się w każdej z osób stojących w tej sali. Jak w najlepszych hollywoodzkich produkcjach, w których przywódca zagrzewa

do boju swoich żołnierzy albo zawodników tuż przed kluczową batalią. To ten właśnie rodzaj napięcia i skupienia widoczny był na twarzach zgromadzonych tutaj ludzi.

— Bo o to właśnie chodzi. — Mówca ściszył głos. — Nie o ciebie ani nie o mnie. O coś większego i ważniejszego od nas. Jesteś tutaj, bo ty już wiesz, że ograniczenia istnieją tylko w twojej głowie i że to ty tworzysz własną rzeczywistość. Dlatego wybierasz bycie tutaj zamiast wygodnej kanapy i oglądania kolejnego sezonu *Gry o tron*. Bo nie zgadzasz się na bylejąkość i wiesz, że musisz wymagać od życia więcej, odważnie wyciągać rękę po swoje. I wiesz, że to dostaniesz, jeśli tylko dostatecznie mocno będziesz o to walczyć...

Widownia milczała, powietrze miało konsystencję budyniu. Ludzie wpatrywali się w oświetloną fioletowym światłem scenę, na której na wysokim barowym krześle siedział mówca. Ciemnoszare spodnie, czarne buty na skórzanej podeszwie, błękitna koszula z podwiniętymi rękawami, okulary w modnej oprawie i połyskujący subtelnie zegarek. Żadnych krzykliwych strojów, jedynie tyle, ile trzeba, żeby nie stać na tej scenie nago. Bo to nie strój o nim świadczył, ale to, co mówił, a przede wszystkim to, kim był. Obok niego flipchart zapisany luźnymi notatkami, w tle slajd z wyświetlonym na czarnym tle jednym słowem: „Napieraj”.

— Teraz już wiesz, ile masz siły. Najwyższa pora, żeby wyjść z cienia, z filtra krzywdzących przekonań o sobie, z ciasnych opinii tych wszystkich ludzi, którym się wydaje, że mają patent na twoje życie, a tak naprawdę cię nie znają. Pora zacząć robić to, o czym zawsze marzyłeś.

Mówca zamilkł, pozwalając wybrzmieć spokojnym taktom muzycznego tła.

— To jest ten moment, lepszego nie będzie — kontynuował po chwili spokojnym głosem. — Moment na przełamanie twoich barier i obalenie kłamstw, których ci naopowiadali na twój temat: że się nie nadajesz, że to niemożliwe...

Aleks spojrzął na rudowłosą Jagodę. Oczy miała szkliste, rozmazał jej się makijaż, zaplecione w koszyczek dłonie trzymała przy ustach. Muzyka w tle przybierała stopniowo na sile, stawała się bardziej dynamiczna i podniosła. Wyrobione ucho rozpoznałoby w niej *Heart of Courage* wytwórni Two Steps from Hell z Santa Monica w Kalifornii.

— Nadal w to wierzysz? — Mówca delikatnie podniósł ton.

Na sali wciąż panowała cisza.

— Nadal w to wierzysz? — Tym razem powiedział trochę głośniej.

Przez salę przeszedł szmer.

— Ile razy jeszcze musisz usłyszeć to pytanie, żeby odpowiedzieć? — Mówca wstał. Teraz brzmiał już stanowczo: — Nadal w to, kurwa, wierzysz?

— Nieee! — Pierwsze rzędy słyhać było dość wyraźnie.

— Więc zacznij działać, bo najlepszy na to moment jest właśnie TERAZ!

Muzyka wybuchła fanfarami, chórem i perkusją.

— Gdybyś nie był gotowy, nie byłoby cię tutaj! — krzyczał mężczyzna ze sceny.— Ale jesteś, bo jesteś wartościowym człowiekiem, mądrą kobietą, silnym mężczyzną i nareszcie trzymasz swój los w swoich rękach! Nie daj sobie wmówić, że jesteś gorszy, nie wierz im, że czegoś nie możesz! Napieraj, z całą siłą, którą dzisiaj w sobie obudziłeś! Przestań szukać wzorców. — Mówca wskazał na siebie obiema rękami. — Szukaj wyłącznie swojej drogi, swojej doskonałości, bo nikt nie będzie lepszy od ciebie w byciu tobą! Zawsze to ty będziesz najlepszy, bo w skali wszechświata jesteś absolutnie unikalnym bytem, jesteś wyjątkowym człowiekiem! Jesteś ar-cy-dzie-łem!

Tłum był w ekstazie. Mówca zamilkł i stanął wyprostowany, z głową nieznacznie zadartą ku górze, nogami rozstawionymi na szerokość bioder i rękoma opuszczonymi wzdłuż ciała. Patrzył spokojnie na tłum skandujący: „Na-pie-raj!”. Aleks miał spocone dłonie, drżał na całym ciele. To wszystko było o nim. O człowieku, który wiódł poprawne albo, jak mówiło wielu, dobre życie. Życie wiecznie ustawiane i kontrolowane, najpierw przez rodziców, potem przez nauczycieli, potem przez szefów i klientów i przez własną żonę, która stale bardziej dbała o dziecko niż o niego. Koniec z tym, pomyślał. Koniec!

MARTA

MARZEC 2015

— Mamo... — Ton głosu siedmiolatka dochodzący z pokoju o godzinie siódmej trzydzieści dwie pozwalał się domyślać, że wyprawa do szkoły, po raz kolejny, nie odbędzie się bez przeszkód.

Marta zignorowała wołanie, zajęta robieniem kanapek.

— Mamo! — tym razem mały już krzyczał.

— Tak, synku? — odpowiedziała znad kanapki z pastą z tuńczyka.

— Gdzie jest ten mój ludzik?

— Jaki ludzik?

— No ten, co dostałem od cioci Beaty na urodziny.

— Który — powiedziała twierdząco.

— No ten, taki, z tym takim hełmem.

— Który, mówi się *który*. *Ludzik, który dostałem od cioci Beaty*.

A właściwie, *którego*, dodała w myślach.

— To gdzie on jest?

— Synku, nie wiem... — jęknęła. — Jaki ludzik?

— Który — zripostował malec.

— Ty nie bądź taki do przodu, tylko się pośpiesz, bo jak zaraz nie będziesz gotowy, to nie zdążymy do szkoły. — Do kuchni wszedł Piotr. Minęło prawie dwadzieścia lat, odkąd go poznała, a jego widok nadal sprawiał jej przyjemność. Nie przytył z wiekiem, jak większość ich znajomych, był szpakowaty, ale nie łysiał. — W czymś ci pomóc?

— Znajdź mu tego ludzika albo przemów mu do rozsądku, bo za chwilę urządzi nam tutaj kolejny dżihad.

— I co, masz? — rzucił Piotr, kierując się w stronę dzieciennego pokoju.

— Nie!

Idąc do pokoju młodszego syna, minął w przejściu starszego.

— Elo — burknął czternastolatek, nie podnosząc wzroku znad ekranu smartfona.

— Cześć, synek. — Uśmiechnął się Piotr. — Idź, mamusia zrobiła ci kanapeczki z tuńczykiem.

— Bez sensu — mruknął starszy.

— Jutro sam sobie zrobisz — odparowała Marta.

— Nie no, jest spoko. Tuńczyk, spoko. — Zreflektował się starszy.

— Jaki ludzik? Ten z Lego? — spytał Piotr młodszego syna.

— No ten.

Piotr zrobił krok w kierunku syna i poczuł dotkliwy ból w środkowej części stopy. Wrzasnął. Schylił się, żeby sprawdzić, czy przyczyną bólu jest to, czego się domyślał.

— No, to hełm już mamy. A właściwie kask — powiedział, podnosząc z wykładziny miniaturowy brązowy kask budowlańca z kompletu klocków.

— O, super, o to mi chodziło — krzyknął malec. — Teraz już mi pasuje, bo tego ludzika to tutaj miałem, ale bez hełmu, to myślałem, że to inny. Olaf też przyniesie dzisiaj swojego.

— Idź na śniadanie. — Piotr siedział, rozmasowując sobie bolącą stopę, zadowolony, że potencjalny pożar został ugaszony, zanim rozhulał się na dobre.

Jak tylko Marta usłyszała trzaśnięcie drzwi samochodu, które oznajmiało, że jej mężczyźni jadą już do swoich szkół i biura, włączyła przycisk w ekspresie do kawy i patrząc w okno, czekała, aż ceramiczny młynek zmieli ziarna, a potem ciepły zapach rozejdzie się po całej kuchni. Cieszyła się ostatnim

dniem urlopu, który jej pozostał po powrocie ze wspólnych wakacji. Lubiła szczególnie poranki, kiedy cały gwar wynosił się z domu i mogła wziąć sobie kawę, papierosa, tego jedyne, na którego sobie pozwalała codziennie od wielu lat, usiąść na tarasie i raczyć się kilkoma minutami, jakie miała wyłącznie dla siebie. Zamykała drzwi balkonowe od zewnątrz, wyciszała telefony i siedziała tak bezmyślnie przez kilkanaście minut. Na dłużej nie pozwalał jej kierat. Myśl, że marnuje czas, który jest przecież jedynym nieodnawialnym zasobem na tym świecie. Trzeba go potrafić planować, zarządzać nim, nie, zarządzać sobą w nim, w czasie... Ech. Już jej się pomieszało, co tam mówili na szkoleniach i co mówił jej szef.

„Naszym celem jest target” — brzmiały jej w uszach słowa dyrektora generalnego sprzedaży. Chłopca, miał szczęście pojawić się w firmie w fazie jej największego rozwoju, w związku z czym awansował z asystenta na dyrektora w ciągu zaledwie czterech lat. Nie żeby był jakiś szczególnie utalentowany; po prostu firma była na rynku nowym graczem, oferowała naprawdę innowacyjny jak na tamte czasy produkt, w związku z czym słupki sprzedaży rosły w postępie geometrycznym i miernoty obejmowały coraz wyższe stanowiska. Nie wiedziała, jakim cudem ten chłopak utrzymał się na stołku przez kolejnych dziewięć lat, ale to nie zmieniało faktu, że wciąż tam był. „Naszym celem jest target”... Co za debil, pomyślała.

O sobie wiedziała tyle, że jest naprawdę, ale to naprawdę silna i skuteczna. Zatrudniono ją dwa lata temu jako szefową działu HR głównie po to, żeby zwolniła ówczesnego prezesa, który po zmianach własnościowych nie był już w korporacji nietykalny. O jego losie ostatecznie przesądziło kilka wyłanych przez brukową prasę i portale skandali towarzyskich, co spowodowało, że cała firma powoli traciła reputację, nie wspominając o wartości akcji. Trzeba było odciąć kończynę. Zrobiła to z chirurgiczną precyzją i, choć kosztowało ją to masę czasu i nerwów na negocjacjach i układaniu się z kilkoma zniechęconymi pseudodziennikarzami, wiedziała, że było warto. Wyszła z tego trochę poobijana, ale jeszcze mocniejsza.

A teraz, parząc sobie koniuszki palców przeciągniętym papierosem, zastanawiała się, czy na pewno było warto. Kiedy rozwiązano kontrakt z prezesem, jej rola została zmarginalizowana. Nadal była szefową HR, ale realnie nie miała nic do powiedzenia. Rozwiązania, które proponowała, w zakresie poprawy dobrostanu pracowników, były ignorowane; w najlepszym razie dawano im formalnie zielone światło przy jednoczesnym braku wsparcia, nie tylko finansowego, ale nawet w postaci oddelegowania dodatkowych

ludzi do projektów. Priorytet miały pomysły pana Naszym-Celem-Jest-Target, bo to one przynosiły firmie pieniądze, podczas gdy jej projekty generowały zniechwalone koszty.

Nie mogła się pogodzić z tym, że cały zarząd, w tym ona, poruszał się samochodami służbowymi wyposażonymi w kamery 360 stopni, fotele masujące oraz ekrany w zagłówkach, mimo że dziewięćdziesiąt procent czasu w samochodzie przebywał wyłącznie kierowca. Nie mogła zrozumieć, dlaczego lekką ręką wydaje się pieniądze na niepotrzebne, a przynajmniej nie niezbędne gadżety, a inwestycji w ludzi nie traktuje się tak, jak na to zasługiwali. „Na tym świecie niewiele się zmieni, jeśli z młodych gniewnych wyrosną starzy wkurwieni”, przypomniała sobie myśl przeczytaną gdzieś w internetach. Ona na taką właśnie wyrastała. Miała coraz mniejsze poczucie sensu tego, co robiła i za co brała, niemałe przecież, pieniądze. Tak, było to wygodne. Niewielu jej znajomych było stać na dwutygodniowe rodzinne wakacje na Martynice, ale wśród tych niewielu było dwoje, którzy żyli z prowadzenia codziennego vloga i mieli wakacje przez cały rok, rejestrując kamerą to, jak spędzają czas w najodleglejszych zakątkach świata. Tym samym pokazywali, że model świata, jaki zbudowała w swojej głowie, przy udziale najpierw rodziców, potem ludzi, którymi otaczała się na studiach, w końcu tych, których spotykała na swojej ścieżce zawodowej, nie jest ani jedynym, ani tym bardziej najlepszym modelem na życie. Nie marzyła o byciu vlogerką; w jej opinii to miejsce było zarezerwowane dla innych, bardziej śmiałych i, przede wszystkim, bezdzietnych ludzi. Jedyne, czego naprawdę teraz potrzebowała, to poczucia sensu tego, co robi. Nie znajdowała go w codziennych spotkaniach i debatowaniu nad tym, co można usprawnić, wypełnianiu kolejnych tabel z raportami, a na koniec uzupełnianiu matki wszystkich tabel, w której zapisywała, co znajduje się w każdej pojedynczej tabelce, żeby się nie pogubić.

Weszła do środka domu. Z zamyślenia wyrwał ją wibrujący, wyciszony wciąż telefon.

— Wysłów się — przywitała intruza uśmiechnięta, widząc, kto do niej wibruje.

— Cześć, wiem, że masz urlop, ale... — tłumaczył się człowiek po drugiej stronie.

— Wysłów się — powtórzyła. Nie miała w zwyczaju wymieniać uprzejmości, przecież o tym wiedział. Skoro ją zna i dzwoni podczas jej urlopu, niech przejdzie do rzeczy, po co marnować czas.

— Mamy zielone światło.

— To może powiedz coś, co mnie zaskoczy. Zielone światło mamy prawie zawsze.

— No... budżet, znaczy się. Dla ciebie, dla mnie i dla jeszcze jednej osoby, którą sama wybierzesz.

— Prezes zmienił leki czy co?

— Nie wiem, ale jeśli nawet, to musimy działać, zanim one przestaną działać. Te leki.

— Dobra. Co trzeba zrobić i kiedy? — Była gotowa podjąć akcję natychmiast, choć akurat ten projekt nie był jej oczkiem w głowie i podchodziła do niego sceptycznie.

— Co trzeba zrobić, to wiesz od dawna, a kiedy? Najlepiej dzisiaj. Ty tam sobie siedź i ciesz się porannym papierosem, a ja tu wszystko ogarnę i dam ci znać.

— Już po papierosie, masz szczęście.

— No właśnie czekałem z tym telefonem, żeby nie zebrać gromów za przeszkadzanie w rytuale. — Jego głos zdradzał radość. — No to biorę się do roboty i będę donosił.

— Dzięki Robert. To czekam na wieści, hej.

— No hej!

Dwadzieścia minut później Marta wpisywała w kalendarz i w jedną z tabelek datę. Po namyśle weszła na stronę internetową dostawcy usługi i, sprawdzwszy harmonogram projektu, zanotowała wszystkie daty. Pięć weekendów intensywnej nauki, w międzyczasie zadania do zrobienia, na koniec egzamin certyfikacyjny — wyglądało to na przemyślaną wizję. Lubiła się uczyć. Wątpliwości miała jedynie w związku z zakresem kompetencji, które miała rozwijać podczas szkoleń, ale Robert był tak nakręcony, że uległa jego namowom. Ostatecznie firma za to zapłaci, a jeśli jej się nie spodoba, to zainwestuje tylko czas, ten nieodnawialny zasób.

A niech tam, postanowiła od pierwszego dnia zajęć przyjąć otwartą postawę, a element oceny zostawić sobie na później. Na rynku takie kompetencje były w cenie, więc raczej nie będzie to zmarnowany czas, a przy okazji będzie mogła zweryfikować swoje wyobrażenia na temat coachingu i sprawdzić,

EVENT

dłaczego jej przełożony w poprzedniej firmie pogonił swojego coacha już po drugim spotkaniu. I czy to naprawdę wartościowa usługa, czy jednak hochsztaplerka i wciskanie pseudoterapeutycznych bredni za niewyobrażalne pieniądze, które biznes gotowy jest płacić, byle tylko nikt mu nie zarzucił, że nie inwestuje w rozwój pracowników.

Czas pokaże, pomyślała.

MARTA

LUTY 2016

Marta zrobiła sobie przerwę w pisaniu artykułu. Dziś jej nie szło. To znaczy szło, bo musiało, ale wena była daleko od jej skąpanego w zimowym słońcu pokoju. Lata praktyki na samodzielnych stanowiskach nauczyły ją, że nie ma czegoś takiego jak tworzenie wyłącznie pod wpływem impulsu. Że twórczość, nawet tak błaha, jaką jest pisanie bloga, wymaga nie tyle natchnienia, ile systematycznej pracy. Zdarzały jej się oczywiście dni, kiedy praca szła szybciej i kiedy słowa same przez nią płynęły tak wartko, że złościła się, że nie nadąża ich zapisywać, jednak takich dni było niewiele. Jedynym artystą, który w jej mniemaniu tworzył pod wpływem impulsu, był Jackson Pollock, ale poznawszy pobieżnie jego historię, nie chciała być aż tak twórcza i jednocześnie mieć w głowie to co on. Nawet jeśli brać pod uwagę fakt, że jego obrazy osiągały dziś ceny ośmiocyfrowe.

Zalała wrzątkiem miętę i czekając, aż się zaparzy, zrobiła kilka skłonów, przeprostów i pompek, a potem pokręciła jeszcze chwilę hula-hop na biodrach. Po chwili znowu siedziała przed komputerem i, popijając ziółka, usuwała spam ze skrzynki mailowej. Zatrzymała się na jednym z maili — wiadomości od organizatora eventu, na którym niedawno była, informującej o kolejnych podobnych szkoleniach i konferencjach, pakietach zniżkowych oraz wyjątkowej cenie na materiały wideo z całego szkolenia.

Wróciła myślami do tego wydarzenia, próbując uchwycić różnicę między tym, co napędzało tamtych krzyczących i popularnych ludzi, a tym, co napędza ją. I oni, i ona mieli podobne cele — osiągnąć satysfakcjonujące życie, rozwijać się, dawać innym napęd i inspirację. Pamiętała doskonale pasję w oczach uczestników eventu, opowieści, których się nasłuchiwała w kolejce do toalety czy baru z kawą i kanapkami. Wielu z nich mówiło o tym, że dokonało głębokich zmian w swoim życiu, wielu wyjaśniało, że te zmiany są wciąż przed nimi, ale z każdego takiego szkolenia coś wynoszą, jakąś

wartościową myśl czy coś, co ich inspiruje. Wszyscy jednak byli podekscytowani, pobudzeni i naładowani energią jak króliki z reklam baterii. Ona sama dała się ponieść umiejętnościom i czarowi Markowskiego, mimo że dla niej nie był wiarygodny. Był jakiś taki... za bardzo. Za bardzo wystylizowany, za bardzo poukładany, zbyt doskonały, żeby ją przekonać. Nie wierzyła w ludzi bez skazy, więc ilekroć widziała przed sobą kogoś budującego taki wizerunek, natychmiast się usztywniała. Zdecydowanie bardziej wierzyła choćby Ance, która realizowała dla nich trzy z pięciu spotkań w szkole coachów, bo widziała przed sobą kogoś, kto dzieli się swoimi porażkami, mówi o trudnościach, z którymi się mierzy, i ma przy tym zdrowy dystans do siebie. Tak, nawet jeśli sam coaching od początku jej nie przekała, to Anka na pewno to zrobiła.

Z drugiej strony nie mogła odmówić Markowskiemu i innym mówcom wiedzy i umiejętności jej przekazywania, a nade wszystko sprzedawania. Markowski, w przeważającej części, mówił całkiem mądre i wielokrotnie odkrywcze, nawet dla niej, rzeczy. A co, jeśli ktoś po takim szkoleniu dostaje iskrę, na którą długo czekał? Jeśli spotkanie z kimś inspirującym dostarcza ludziom impulsów potrzebnych, żeby dokonać jakichś trwałych zmian w swoim życiu, i oni potem to robią? Przecież słyszała to na własne uszy w kolejce po kanapkę.

Z zamyślenia wyrwał ją dźwięk telefonu oznajmiający, że czas wrócić do artykułu, a właściwie mozolnego cedzenia wyrazów i skreślenia tego, co napisała, by za chwilę napisać to samo od nowa. Zakończyła więc swoje rozterki z wnioskiem, że różni ludzie potrzebują różnych rzeczy w różnych sytuacjach. Jej mentalny system obronny podpowiadał, żeby nie angażować się więcej w podobne klimaty, i postanowiła się tego trzymać. Inni niech robią, co chcą. Ich pieniądze (albo banków), ich życie.

Już prawie wracała do tekstu, kiedy jej palce same przesunęły kursor na zakładkę w przeglądarce, która uruchamiała Facebooka. Na swoje usprawiedliwienie miała to, że prowadzi tam w końcu swój profesjonalny profil, więc musi być w kontakcie z fanami. Zanim weszła na swoją stronę, przeskrolowała facebookowy pasek kilkakrotnie w dół, gdy nagle zauważyła znajomy obrazek. Zatrzymała się. Oglądała własny profil z chamsko zamazanym zdjęciem i danymi, co przypominało szybkie mazanie markerem po papierze. Robota nawalonego grafika albo kompletnego amatora, albo po prostu celowa robota. Stawiała na to ostatnie — niechlujność miała podkreślać niską wartość treści. Pod zdjęciem wyjęty z kontekstu cytat z jej

bloga, a nad zdjęciem komentarz twórcy postu: „Problemy gastryczne rozwojowego świata?”.

Pod postem ponad dwieście komentarzy typu:

Pani kołcz wzięła ulgix wzdęcia i puściła solidnego bączora, który czekał cierpliwie na swoją kolej.

Syndrom niedopchnięcia.

Albowiem zaprawdę powiadam wam, nigdy nie będzie tak, jak mogłoby być zawsze ;)

Nie wiem, co ona bierze, ale poproszę dwa razy!

Poczerwieniła, serce jej przyspieszyło, poczuła, że zaczyna się pocić. Kliknęła nazwę profilu, na którym opublikowano zdjęcie. „Rozbój osobisty” gromadził prawie trzydzieści tysięcy fanów. Próbowwała doszukać się ludzi, którzy za tym stoją, ale niestety profil nie był podpisany niczym nazwiskiem, a próby znalezienia czegoś w wyszukiwarkach nie przyniosły rezultatu. Wróciła na Facebook i zagłębiła się w treści publikowane na antyrozwojowym profilu. Oprócz kilku postów z jej bloga, oczywiście zupełnie pozbawionych kontekstu (musiała przyznać, że ktoś solidnie się napracował, bo teksty wyglądały jak filozoficzne wyznania o naturze ludzi i świata spisane przez nastolatkę w przeddzień jej samobójczej śmierci), podejmowano tematykę rozwoju osobistego w najgorszym wydaniu. Był jakiś oszołom, który policzkował studentów, był jakiś koleś, który przekonywał, że sukces życiowy jest tożsamy z „ruchaniem grupies” i że skoro tego nie robisz, masz mentalność biedaka, były fragmenty programów śniadaniowych, w których ze znanstwem wypowiadała się kobieta określająca się jako skin coach i dająca rady dotyczące tego, jakich kremów używać, aby dbać o dłonie. To wszystko przeplatane filmikami ludzi handlujących bitcoinami i mówiących o tym, jak rozwalają hajs i zachęcają do przystąpienia do ich piramidy, żeby rzeczony hajs zarabiać. Albo informacje o mistrzach podrywku — ludziach, którzy nazywają się coachami uwodzenia. Wszędzie coaching.

O ile trudno było jej się pogodzić z tym, w jaki sposób potraktowano jej artykuły, o tyle czuła jeszcze większy bunt w kwestii nadużywania słowa „coach”. To, że jej sposób pracy stawiano obok jakichś okłętých, dziwnie zachowujących się ludzi, którzy nazywali się coachami, sfrustrowało ją tak głęboko, że machinalnie, drżącymi rękami zapaliła drugiego papierosa i to w domu, przy komputerze.

Poczuła wstyd. Zwyczajny wstyd.

Jeśli ktokolwiek przejrzy „Rozbój osobisty”, a potem dowie się, że ona jest coachem, to... Nawet nie próbowała sobie tego wyobrazić.

Wstała i poszła do toalety. Wrzuciła papieros do sedesu, zsunęła bieliznę i usiadła na zimnej desce. Gdy po chwili wstała, miała już gotowy pomysł, co może zrobić, żeby wpłynąć na właściwy wizerunek swojej profesji.

Usiadła przy komputerze, zapisała plik z artykułem, który cedziła przez ostatnie dwie godziny, i utworzyła nowy dokument. Tym razem słowa płynęły same. Postanowiła zupełnie się odciąć od retoryki „Rozboju...” i przyjąć postawę, którą zauważała u Anki, a którą rozwijała też w samej sobie. Czuła, że jeśli pójdzie na wojnę, przegra w otwartej konfrontacji, bo internet co chwilę dostarczał argumentów, które zdominują każdą próbę racjonalnej dyskusji. Jeśli więc nie konfrontacja, to...

Zapisała założenia do artykułu:

CEL — dać sygnał, że się nie obrażam i że chcę oddzielić coaching od pseudorozwoju.

SZKIELET:

- Trafiłam ostatnio na facebookowy profil R.O.
- Ubawiłam się, czytając tam własne posty wyjęte z kontekstu.
- Nie dziwię się fanom, że mają polew i kpią z coachingu i coachów.
- R.O. pozwala złapać dystans do oferty naciągaczy.
- To, o czym piszą na R.O., nie jest coachingiem.
- Coaching to... Coaching nie jest...
- Życzenie, aby R.O. się rozwijał, demaskował bagno i informował, że ci ludzie to w większości nie są coachowie, tylko mówcy motywacyjni / inspiracyjni albo oszuści.

Teraz pozostało tylko wypełnić artykuł treścią.

Dochodziła osiemnasta, kiedy Marta wpadła z impetem przez szklane drzwi przestrzeni coworkingowej. Lubiła to miejsce. Architekt musiał się solidnie napracować, żeby ze starego kolejowego magazynu wyczarować takie чудо. Fakt, lokal od początku miał potencjał — ściany z cegieł i surowego betonu, pomieszczenia wysokie na prawie pięć metrów, okna poprze-

dzielane kratownicami od podłogi do sufitu i wiele stalowych elementów konstrukcyjnych, które pozostawiono na widoku. Pozostało dołożyć trochę szkła, zaprojektować dobre oświetlenie i zadbać o właściwy podział przestrzeni. Wizji artyści dopełniały żywe drzewa posadzone wewnątrz, dzięki czemu pomieszczenia były z jednej strony surowe, a z drugiej ciepłe. Tak, to miejsce miało charakter. Na lewo od recepcji, nad pluszową czerwoną kanapą wisiała żółta tablica informacyjna, jakie widuje się na budowach, oznajmująca, że za projekt odpowiedzialna jest pracownia architektoniczna Małgorzaty Nizińskiej. Tablica zawierała też dane o wykonawcy, kierowniku budowy i innych osobach bądź firmach zaangażowanych w adaptację kolejowej nieruchomości.

Klientka była już w wysokim holu. Marta podeszła do niej i zaprosiła do swojej ulubionej niewielkiej sali z miękkimi huśtawkami podwieszonymi pod stropem.

— Proszę się rozgościć. Napije się pani wody? Nic innego nie mogę zaproponować, bo taki mamy regulamin. Do niektórych pomieszczeń nie wolno wносить niczego poza butelkowaną wodą — oznajmiła Marta.

— Poproszę w takim razie wodę.

Po chwili Marta pojawiła się z dwiema butelkami niegazowanej wody mineralnej.

— Jak się pani podoba to miejsce? — zapytała klientkę.

— Niezwykłe. Od samego wejścia chce się tutaj być.

— Mnie też od razu zachwyliło. Może dzielnica nie jest zbyt wygodna, ale odkąd uruchomili drugą linię metra, da się dojechać bez większych problemów.

— Rzeczywiście. Choć ja akurat taksówką...

— No tak. Może, zanim przejdziemy dalej, zaproponuję, byśmy mówiły sobie na „ty”, co pani na to?

— Jasne. Tamara.

— Marta. — Kobiety uściśniły sobie dłonie.

— Tamara, bardzo się cieszę, że udało nam się wreszcie spotkać po tylu telefonach.

NARZĘDZIA

AFIRMACJA

CZYM JEST	<p>Afirmacja dosłownie oznacza aprobatę, potwierdzenie, uznanie czegoś. W psychologii afirmacje są wykorzystywane jako technika do pracy rozwojowej. Afirmacja jest krótkim tekstem wprowadzającym do podświadomości pozytywne obrazy i odczucia. Afirmacje mają swój rodowód w terapii racjonalno-emotywniej, która m.in. zakłada, że nasze myśli wywołują określone emocje.</p> <p>Bardzo wymownym, choć przerysowanym przykładem działania afirmacji jest książka <i>Sekret</i>.</p>
PRZEZNACZENIE	Stymulacja własnego rozwoju osobistego.

Źródło: opracowanie własne.

BITCOIN

CZYM JEST	<p>Bitcoin to zdecentralizowana, czyli bez centralnej instytucji emisyjnej, niezależna od banków, rządów i instytucji waluta internetu. Dostępna wszędzie tam, gdzie dostępny jest internet (lub telefonia komórkowa).</p> <p>Bitcoin jest walutą, którą możesz błyskawicznie wysłać do dowolnego miejsca na świecie z ominięciem banków i pośredników, a co za tym idzie kosztownych prowizji, limitów i ograniczeń.</p>
PRZEZNACZENIE	Świetnie się sprawdza w mikropłatnościach internetowych i handlu międzynarodowym.

Źródło: <http://bitcoin.pl>.

COACHING

CZYM JEST	<p>Coaching to jedna z metod rozwojowych koncentrująca się bardziej na pomaganiu w uczeniu się niż na nauczaniu.</p> <p>Jedna z definicji coachingu mówi, że jest to pomaganie innym w osiąganiu celów bez mówienia im, jak mają to robić oraz bez robienia tego za nich.</p> <p>W najpopularniejszym ujęciu poprzez coaching rozumie się cykliczne spotkania coacha z klientem, które pomagają klientowi osiągać wyniki w swoim życiu, karierze, biznesie lub organizacji.</p> <p>Jedno z podejść do coachingu zakłada, że coach nie może doradzać, sugerować ani dawać gotowych rozwiązań. Głównym narzędziem pracy coacha są pytania.</p>
PRZEZNACZENIE	<p>W zależności od rodzaju coachingu:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rozwój umiejętności. • Podnoszenie efektywności.

Źródło: opracowanie własne.

EMOCJE JAKO ŹRÓDŁO INFORMACJI

CZYM JEST	<p>Emocje to czteroetapowy proces obejmujący:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pobudzenie fizjologiczne. 2. Subiektywne odczucia. 3. Interpretację. 4. Ekspresję behawioralną. <p>Pojawiające się emocje sygnalizują ważne zdarzenia. Emocje pomagają skierować uwagę na ważne sytuacje i reagować na nie oraz przekazywać innym ludziom nasze intencje.</p>
PRZEZNACZENIE	<p>Emocje są jednym z kluczowych elementów w podejmowaniu decyzji, ponieważ nadają wartość rozważanym alternatywom. W coachingu mogą być wykorzystywane np. do analizy wygenerowanych przez klienta rozwiązań.</p>

Źródło: Podręcznik szkoleniowy — Szkoła Coachów Akademii SET.

INSTRUKTAŻ

CZYM JEST	<p>Instruktaż jest techniką szkoleniową. Jest to udzielanie instrukcji krok po kroku, co pozwala rozwinąć konkretne umiejętności. Profesjonalny instruktaż składa się z czterech etapów:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Powiedz, co i po co należy zrobić. • Powiedz i/lub pokaż, jak to zrobić. • Pozwól przećwiczyć. • Podsumuj. <p>Instruktaż ma charakter relacji mistrz > uczeń.</p>
PRZEZNACZENIE	<ul style="list-style-type: none"> • Rozwój umiejętności. • Wdrożenie pracownika do nowych zadań.

Źródło: opracowanie własne.

KOŁO EMOCJI PLUTCHIKA

CZYM JEST	<p>Koło emocji Roberta Plutchika jest pomocnym narzędziem do nazywania emocji. Polega na łączeniu poszczególnych emocji w jedność i tworzeniu bardziej złożonych emocji. Łączenie to doprowadza do stworzenia kombinacji odpowiedzialnych za konkretne przeżycia.</p> <p>Trójwymiarowy diagram opisuje relacje między różnymi emocjami. Z diagramu można odczytać intensywność i stopień podobieństwa poszczególnych emocji.</p>
PRZEZNACZENIE	<ul style="list-style-type: none"> • Rozwój umiejętności nazywania emocji. • Nazywanie emocji w sesjach coachingowych. • Uświadamianie znaczenia i wpływu emocji na podejmowane decyzje w sesjach coachingowych.

Źródło: Podręcznik szkoleniowy — Szkoła Coachów Akademii SET.

KONTRAKTOWANIE SESJI COACHINGOWEJ

CZYM JEST	Jeden ze sposobów rozpoczynania pracy coacha z nowym klientem. Celem kontraktowania sesji jest przedstawienie siebie jako coacha, porozmawianie o doświadczeniach i oczekiwaniach klienta co do procesu coachingowego. Dodatkowo coach przekazuje informacje na temat coachingu i sposobu pracy. W trakcie kontraktowania sesji coachingowej poruszane są również kwestie formalne, takie jak liczba spotkań i honorarium dla coacha.
PRZEZNACZENIE	Rozpoczęcie pracy coacha z nowym klientem.

Źródło: opracowanie własne.

KOTWICZENIE W NLP

CZYM JEST	Kotwiczenie polega na utworzeniu swego rodzaju sygnału (np. dotknięcie określonego miejsca na ramieniu klienta), który można później wykorzystywać, tak aby pomagał wywoływać określony stan, w jakim była dana osoba w czasie, kiedy sygnał powstawał. Nie ma naukowych dowodów potwierdzających skuteczność kotwiczenia.
PRZEZNACZENIE	Kotwiczenie można stosować w celu udzielania pomocy w pokonywaniu oporu przed zmianą poprzez wywoływanie stanu, który np. ułatwia przezwyciężyć jakiś lęk.

Źródło: S. Vaknin, *Biblia NLP. Wydanie rozszerzone, ponad 350 wzorców, metod i strategii programowania neurolingwistycznego*, Helion 2011.

MENTORING

CZYM JEST	Mentoring polega na stałym kontakcie niedoświadczonego pracownika z mentorem, którym jest doświadczony pracownik o postawie opiekuńczej i życzliwej wobec nowicjusza, mający za zadanie wprowadzić go w treść pracy i środowisko zawodowe. Celem mentoringu jest szybkie doprowadzenie do samodzielnej i efektywnej pracy zatrudnionego oraz jego adaptacja w środowisku. Mentoring ma charakter relacji mistrz – uczeń.
PRZEZNACZENIE	<ul style="list-style-type: none"> • Rozwój umiejętności. • Podnoszenie efektywności.

Źródło: T. Oleksyn, *Zarządzanie kompetencjami. Teoria i praktyka*, Wolters Kluwer Business, Warszawa 2010, s. 233-234.

Dlaczego warto mieć pełną wersję?



Pełną wersję książki zamówisz na stronie
wydawnictwa Złote Myśli

<http://www.zlotemysli.pl/prod/13538/event-adam-walerjanczyk.html>

[Dodaj do koszyka](#)