

Link do produktu: <https://cezas.com.pl/karty-sens-karty-coachingowe-trenerskie-i-terapeutyczne-sen065-p-10069.html>

KARTY SENS - KARTY COACHINGOWE, TRENERSKIE I TERAPEUTYCZNE (SEN065)

Cena	195,00 zł
Dostępność	Dostępny
Czas wysyłki	24 godziny
Numer katalogowy	SEN065
Kod producenta	Szkoła Coachingu
Producent	Pracownia Psychoterapii

Opis produktu

KARTY SENS - COACHINGOWE, TRENERSKIE I TERAPEUTYCZNE

Karty są wsparciem w pracy coacha, trenera, menadżera, czy nauczyciela z indywidualnym klientem, uczniem, klasą, zespołem lub grupą osób.

Autor: Lilianna Kupaj

Dlaczego warto używać KART SENS?

- Aby badać, rozwijać, odkrywać wartości osoby lub zespołu
- Aby tworzyć mosty pomiędzy wartościami
- Aby pobudzać ciekawość i kreatywność
- Aby rozwijać myślenie metaforyczne
- Aby zwiększać motywację do działania
- Aby przełamywać bariery mentalne
- Aby podnosić poziom samoświadomości
- Aby odszukiwać sens życia

Jak pracować z kartami?

PRACA INDYWIDUALNA - do autocoachingu, autorefleksji, poszerzania samoświadomości.

Wariant nr 1 Zadaj sobie pytanie: jaką wartość mam rozwijać w tej konkretnej sytuacji/ problemie/celu? Wybierz intuicyjnie jedną odwróconą kartę. Odwróć kartę, obejrzyj zdjęcie, zastanów się, co ona wnosi do twojej obecnej sytuacji. Obserwuj swoje odczucia, refleksje, myśli. Następnie odpowiedz na trzy pytania na odwrocie karty. Zrób notatki.

Wariant nr 2 Zadaj sobie podobne pytanie jak w wariacie nr 1, ale tym razem pozwól zainspirować się jakiejś fotografią. Wybierz ją spośród innych, pomyśl jaką refleksję wnosi do twojego życia. Zobacz jaką wartość reprezentuje, następnie odpowiedz na trzy pytania znajdujące się z tyłu karty. Obserwuj myśli, odczucia z ciała, pojawiające się emocje. Zrób notatki.

W Pracy Coacha - Podczas Sesji Coachingowych

Wariant nr 1 Pierwsze spotkanie z klientem, budowanie relacji, ustanawianie celu. Poproś klienta, aby intuicyjnie wybrał jedną kartę z całego zestawu, która ma się odnosić do procesu coachingowego. Zapytaj, jakie skojarzenie wywołuje w nim zdjęcie, a następnie niech odpowie na 3 trzy pytania znajdujące się z tyłu karty.

Wariant nr 2 Odkrywanie wartości podczas procesu coachingowego. Zapytaj, jaką ważną wartość chce rozwijać podczas



Przedsiębiorstwo Zaopatrzenia Szkół CEZAS Sp. z o.o.

Łęczyńska 37, 20-309 Lublin,
NIP 7120165368, REGON 430362055
Nr tel. 81 525 85 51, Nr faks 81 525 86 93
E-mail: cezas@cezas.com.pl

coachingu. Klient może wybrać kartę intuicyjnie lub konkretną fotografię. Następnie zapytaj, jakie skojarzenie wywołuje w nim zdjęcie i na koniec niech odpowie na 3 trzy pytania znajdujące się z tyłu karty. Poproś go o podsumowanie i połączenie wszystkich wątków z procesem coachingowym.