

Zde uvádíme přehled postupů strategické systemické terapie, které používal Hamilton H. Erickson a které lze používat v kariérním koučování:

1. Předepsání symptomu
2. Žádost o umělé zesílení symptomu
3. Konstruktivní využití odporu proti kouči/terapeutovi/poradci, podpora rezistence
4. Lehké provokace, vyjádření nedůvěry, že by klient měl na to, co kouč chce, aby udělal
5. Hlavně nic neměnit, jen symptom pozorovat
6. Paradoxní (protikladný nesplnitelný) pokyn, který zmate klienta a jeho problém
7. Nabídka horší alternativy
8. Využití slabých stránek klienta a jejich zakomponování do řešení
9. Spolupráce se sociálním prostředím, které se vyskytuje v klientově životě a autentického materiálu, který klient přináší
10. Efekt rozdílu – otevřenost a odlišnost kouče proti jiným terapeutům/koučům/poradcům
11. Zákaz něco měnit může vést ke spontánní změně
12. Respekt k sebe-obrazu klienta
13. Léčba šokem – to nejhorší už se stalo, proto už není, čeho se bát
14. Zvídání zkoumání, zda přijde dříve nebo později a přesně na jakém místě zapůsobí, že symptom vymizí sám
15. Lehký trans jako odvedení vědomé pozornosti s léčba na hlubší podvědomé úrovni – hypnóza jako nástroj komunikačního sladění a harmonizace s klientem
16. Jemně roztroušené sugesce
17. Léčba mimochodem
18. Zesilování pozitivní odchylky
19. Důkladná administrace – příprava klienta na rozhodující intervenci
20. Využití metafor klienta i kouče/terapeuta/poradce
21. Vyprávění příběhů a externalizace
22. Využití vývoje situace, jako by to přesně takto bylo v plánu, ať se stane cokoliv ...
23. Autoritativnost a sebedůvěra kouče/terapeuta/poradce
24. Práce s vírou klienta v uzdravení a v moudrost kouče/terapeuta/poradce, která se však promění v moudrost klienta
25. Zaměření na řešení
26. Konstruktivní popis ne-problému
27. Hledání výjimek, kdy to bylo o něco lepší

28. Hledání osobních zdrojů

29. Důvěra ve vlastní síly klienta

30. Hledání pozitivních prvků v dosavadní zkušenosti

Určeno k přečtení

14. 3. 2022