

## „2016 Év ICF Coach-a pályázat”

### Pályázati eseteírás

#### „Barátkozás az intuícióval”

Ügyfelemmel már évek óta ismertük egymást. Jó ideje felsővezető egy multinacionális vállalatnál, quality területen. Idén azzal keresett fel, hogy beszéljünk, mert *összekuszálódtak benne dolgok.*

Azonnal elindult a fantáziám: Mi van, ha arra kér, segítsem megtalálni az új irányt, mert szeretne elmenni a szervezettől, akikkel már évek óta eredményes együttműködésben vagyok?

A találkozás gyorsan létrejött. Szerte ágazónak tűnt a téma, amiben coachként a segítségemet kérte, nem találtam azt a bizonyos vörös fonalat (a playback műfajban használják ezt a kifejezést a történet mögöttes tartalmára). Az első ülésünk ennek hangulatában zajlott: beszélt, mesélt, gondolataival egyik ágról ugrott a másikra, miközben figyeltem, hagytam, jelen voltam. Időről időre feljött bennem a kérdés, mi is a „lényeg”?, de első alkalommal csak a beszélgetés végén jeleztem neki ezt.

A következő találkozásunk előtt sok egyeztetés történt, megjelent a kapcsolatunk dinamikája: hektikus, találkozásainkkor nagyon intenzív, tele érzélemmel és információval, és közben fegyelmezett.

A második találkozáson már körvonalazódtak „fonalak” és megtörtént a szerződéskötésünk is. Arra szerződünk, hogy lásson rá arra, mi is történik most vele, legyen egy rend érzése; operatív szinten pedig tudjon olyan lépéseket, változtatásokat tenni, amivel elsősorban Ő jól van.

*A bizonytalanságot számára az okozta, hogy az elmúlt időszakban megváltozott látásmódja, működése hatására már nem minden helyzetet él meg igazi értéként, amit korábban igen. Sőt igazi értéként a valódi kapcsolódásokat, őszinteséget, jóságot érzi, amit nem minden helyzetben tud megélni egy multicégnél. Sokszor váratlanul ráérez megoldásokra, képek jelennek meg számára helyzetek kapcsán, és vannak emberek, akikkel egyáltalán nem érzi már a kapcsolatot, és nem is szeretné. Szeret festeni, rajzolni, és erre a tevékenységre vágyik igazán.*

A harmadik ülés kapcsán két dolgot fedeztem fel. Ügyfelem gondolatai továbbra is szerte ágazón, folyamatos önreflexióval áramoltak. Megfogalmazott felismeréseket, de pontosan az történt az ülésen, amivel neki épp a nehézsége volt. A kereteket fegyelmezetten tartva gyorsan beleengedte magát a folyamatba, elugrott a kissé elvont fogalmak felé, de valahogy kevés volt az idő, energia, erőfeszítés, hogy ezek „leérkezzenek a földre”. Ami még feltűnt, hogy elfáradtam, ami nem egy szokványos jelenség nálam, ezért könnyen feltűnt. Dolgoztam azon, hogy mederben tartsam, ezzel együtt vele „ugráltam”. Ülés közben gondoskodtam magamról, de az intenzivitás hatott az energiaszintemre. Közel kerültünk egymáshoz.

Ezek miatt javasoltam, hogy emeljünk be a folyamatba egy olyan eszközt, ami a kreatív, intuitív folyamatokat képes formába önteni. Mindezekben túl pedig közvetítő szerepe is lehet.

Az időkeretet újragondoltuk és megállapodtunk, hogy kb. 3 órát szánunk a soron következő alkalomra. Ilyet még sosem tettem egyéni folyamatban, ennek ellenére könnyen jött a gondolat, természetesnek éltem meg, hogy ez a legjobb megoldás a folytatásra.

Elérkezett az alkalom, ami egyben a záró alkalom is lett. Volt bennem izgalom, hiszen egy kísérletre hívtam ügyfelem, éppen ezért készültem, volt egy elképzelésem. A tervezett ívet meg is osztottam vele, ő kíváncsisággal bízta rám magát. Egy relaxációs gyakorlattal indítottunk, amit festés követett. Ügyfeletem arra kértem, fesse meg mindazt, ami jelenleg a témával kapcsolatban a relaxáció alatt képként megjelent előtte. A képet „kielemeztük”, aminek hatására ügyfelem olyan kontextusban tudta megfogalmazni saját belső folyamatait, ami meglepte és közben egyre inkább érezte az összefüggéseket.

*Légies énje, intuitív működésének megerősödése miatt érzi úgy, hogy távolodik sok helyzetből, kapcsolattól. Megfogalmazta, hogy a jelenség és a feltételezett hatás sokszor ijesztő számára.*

Ezek után, ezt a bizonyos újszerű működést jártuk körbe, majd ismét festés következett, erről a már erőforrásként, képességként címkézett működésről.

Ennek fényében már nagyon gyorsan el is mozdult ügyfelem a saját távolodásától addig, hogy ő hogyan tudná a felfedezett működésével közelíteni azokat az embereket, helyzeteket, amiket értékesnek tart, ami izgalmas, vagy tanulást sejtet számára. A félelemből egy cselekvési vágy lett.

Az ülés utolsó előtti momentumaként a két válaszütra - ami a folyamat során kirajzolódott a munkájával kapcsolatban - fókuszáltunk. Ügyfelem két lehetséges irányt írt fel egy-egy cetlire, majd a padlóra téve őket, rá állt a cetlikre és az érzéseire, intuícióna hagyatkozott. A megélései megerősítették őt abban, amit a gondolkodós énje is megfogalmazott korábban, leegyszerűsödött, könnyebbé vált számára a helyzet.

A közöttünk lévő kapcsolat az ülés több pontján nagyon szoros volt. Saját intuíción is érkeztek, amiket ki is mondtam ügyfelemnek. Volt, hogy miután megfogalmazott egy felismerést, de volt, hogy én hoztam be egy képet, ami a mondandójával kapcsolatban megjelent bennem.

Ügyfelem megbarátkozott egy olyan képességével, ami az elmúlt évek önismereti munkája során egyre inkább teret nyert működésében és rámutatott olyan helyzetekre, amit korábban a racionális, fegyelmezett működés felülírt. Megerősödött egy döntéssel kapcsolatban is, miközben a döntésről lekerült a súly és feladattá fogalmazódott, függetlenül karrierjének alakulásától.

Coachként izgalmas utat jártam be, feszegettem a saját és a szakma határait is, miközben figyeltem őket. Éppen ezért folyamatosan vizsgáltam érzeteimet, érzéseimet, megéléseimet. A határfeszegetés nem izzadságszagú küzdelekként éltem meg, hanem egy megérzésekre bátran hagyatkozó, bizalommal teli útnak. Bízom, hittem ügyfelemben, a kapcsolatunkban, magamban. Ügyfelem kihívást teremtett és inspirált egyszerre, aminek köszönhetően a szokottnál nagyobb tudatossággal, bátorsággal voltam benne a folyamatban.

Mindezért hálás vagyok Neki és azért, amiért coachként dolgozom.