A person is silhouetted against a starry night sky, holding a flashlight that illuminates the stars. The scene is set on a dark, rocky outcrop. The sky is filled with numerous stars, and the flashlight beam creates a bright, glowing path through the darkness.

Otisk biosyntézy v koučování

APLIKACE TEORIE MOTORICKÝCH POLÍ V PROCESU KOUČOVÁNÍ

Ondřej Charvát
Závěrečná práce psychoterapeutického výcviku
2020

Obsah

Úvod: Nevidané možnosti aplikace MOTORICKÝCH POLÍ	2
Aplikace u JEDNOTIVCE	4
1. a) Flexe	5
1. b) Extenze	7
2. a) Trakce/Tah	10
2. b) Opozice/Tlak	13
3. a) Rotace	15
3. b) Kanalizace	17
4. a) Aktivace	19
4. b) Absorpce.....	21
5. Pulzace	22
Aplikace u SKUPINY.....	24
1. a) Flexe.....	24
1. b) Extenze	25
2. a) Trakce/Tah	26
2. b) Opozice/Tlak	26
3. a) Rotace	27
3. b) Kanalizace	28
4. a) Aktivace	29
4. b) Absorpce.....	30
5. Pulzace	31
Možnosti využití práce s Motorickými poli.....	32
Možné otázky pro vstupní analýzu týmu	32

Úvod: Nevídané možnosti aplikace MOTORICKÝCH POLÍ

Jako svoji závěrečnou práci psychoterapeutického výcviku v Biosyntéze jsem se rozhodl aplikovat teorii motorických polí do světa exekutivního koučování. Nebylo to složité rozhodování. Koučování jsem se věnoval už před tímto výcvikem. Vlastně to bylo mimo jiné koučování, které mi otevřelo zájem se zase kousek posunout a objevit oblast psychoterapie. Koučování se na rozdíl od psychoterapie věnuji už roky, jsem profesí kouč a tak první oblast, kde jsem mohl fantastické přínosy tohoto výcviku a Biosyntézy aplikovat, byla právě oblast rozvoje manažerů a jejich týmů v byznys sféře. Ano ano, jsem jeden z těch koučů rodu exekutivního, který, jak říká moje masérka, pracuje s hady s kravatou, tedy manažery. Snad se David Boadela neurazí, když poklady, které mě jeho žáci, výcvikovní lektoři, supervizoři, předávali a učili, se snažím převést mimo oblast terapie, do koučování. Jenže David možná ani neví, co za neskutečný "majstrštik" vytvořil. Ale ne. On to určitě ví. Chci tím vlastně jen vyjádřit neskutečný obdiv a vděk, který k němu mám. A moc děkuji všem lektorům, kteří byli ochotni jeho práci poskládat, dát do ní velký kus sebe a poskytnout ji v podobě tohoto výcviku účastníkům, jako jsem byl také já.

Čím více a více jsem se s Biosyntézou seznamoval, tím více mi připadalo, že to není pouze metoda, ale vlastně asi životní styl. Ohromně hluboká a komplexní oblast postupů, zákonitostí, myšlenek, jejíž použitelnost je vlastně ohromně široká. A životní se pro mě Biosyntéza stala doslova. Za manželku jsem si vzal ženu, která tento výcvik vystudovala ještě přede mnou. Obě dvě děti se nám narodily, když jsme výcvikem procházeli. A dnes je Biosyntéza naší každodenní součástí, která ovlivňuje naši terapeutickou a koučovací praxi, vzájemný vztah, výchovu dětí, naše vlastní bytí a kdo ví co ještě, o čem vůbec nevím.

Koučování stejně jako psychoterapie je řemeslo, kterým se snažíme pomáhat lidem, aby se měli lépe. Přesto je mezi těmito přístupy značný rozdíl, a tak aplikace motorických polí do světa koučování vlastně byla pro mě takovou hrou, jak si tento rozdíl lépe uvědomovat a podchytit podstatné detaily, které jsou při využití této metodiky v koučování důležité. V textu níže jsem se snažil doplnit pohledy odpovídající koučování a firemnímu prostředí. Cílem bylo upravit psychoterapeutický jazyk, který byl ve výcviku použit do jazyka koučovacího tak, aby této problematice rozuměli lidé z korporací a případní kouči. Konkretizovat situace a témata, která se primárně týkají koučování ve firmách. A protože jsem postupně objevil, že toto téma je velmi dobře použitelné pro týmové koučování a práci s týmy, tak jsem se pokusil s krze pohled motorických polí zanalyzovat, jak by vypadala zdravá a nezdravá podoba jednotlivých polí na úrovni firemních týmů.

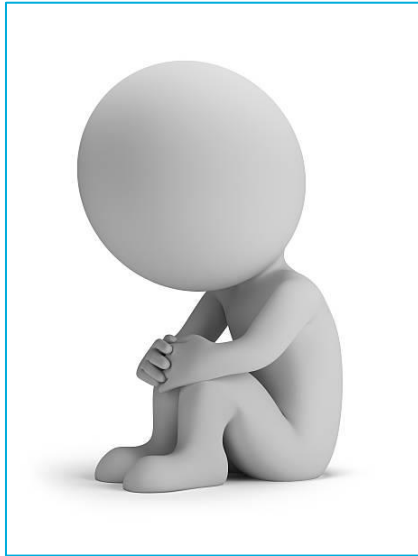
Možnosti, jak dále navázat na tuto práci a aplikovat Biosyntézu dále do světa koučování je ohromné. V závěru této práce jsem se nad tím trošku zamyslel.



Aplikace u JEDNOTIVCE



1. a) Flexe



SOMATICKÝ POHLED

Na úrovni těla Boadela flexi popisuje jako schoulení se, sbalení se. Skrčené nohy, jako případná ochrana pro břicho. Flexe na úrovni ruky, je vlastně úchop, zavření ruky v pěst. Tělové schoulení se do klubíčka je poměrně oblíbená poloha lidí při spánku, kdy člověk leží na boku, ruce jsou sbaleny a položeny pod hlavou, která je přihnuta směrem k hrudníku. Nohy jsou volně skrčeny směrem k břichu.

ZDRAVÁ A NEZDRAVÁ FORMA

Člověk je schopen být dobře u sebe. Vystačím si sám se sebou. Je v kontaktu se svými potřebami a je schopen si je sytit. Má schopnost sebe percepce – cítí svoje tělo, vnímá svůj dech, pocity, impulzy v těle. Myslím, že dobrá flexe je také základem pro empatické jednání a rezonování. Schopnost rozlišit co je moje a co je druhého. Zdravá forma umožňuje uvědomovat si hranice komfortu a nekomfortu. Člověk umí být v kontaktu se svým strachem, úzkostí, obavou. Také sem patří zdravé sebevědomí, tedy vědomí toho kdo jsem, co umím a znám, jak funguji. Klient se zdravou formou se cítí sám se sebou v bezpečí, má se rád, a má rád své tělo.

Ve firemním prostředí se ze zdravou formou potkávám určitě v kontextu nároků na emoční inteligenci svých klientů, kdy být v kontaktu s vlastními emoce, mít je pod kontrolou a pracovat s nimi si myslím, že je částečně ukázkou zdravé flexe.

Neschopnost být dobře sám se sebou je naopak ukáзка nezdravé flexe. V nezdravé formě se myslím často jedná o vyhýbavé tendence, které pomáhají člověku se tomuto poli vědomě či nevědomě vyhnout. Toto vyhýbání se flexi je paradoxně v některých situacích ve firmách oceňováno. Takový člověk působí společensky, je aktivní v oblasti navazování kontaktů, družení se, má aktivní komunikaci s ostatními, sdílí své názory, informace, kooperuje. Což by samo o sobě bylo v pořádku, pokud by to bylo ukázkou zdravé extenze. Já mám, ale namysli nezdravou absenci flexe, kdy toto chování je puzeno zástupně z možné obavy, strachu, úzkosti, co bych si počal, kdybych byl nějaký čas sám se sebou. V tomto extenzním chování je potom takový člověk velmi vysilován, působí ztraceně, nuceně, má neadekvátní reakce, vyšší sklony ke konfliktům. V tomto kontextu mě klienti vyhledávají jako kouče se vstupní potřebou paradoxně ještě více zefektivnit, posílit toto zástupně extenzní chování, jejich otevřenost a spolupráci s ostatními.

Řadím sem i schopnost vnímat své skutečné potřeby. Člověk rozlišuje co ve skutečnosti je a není jeho opravdová potřeba. V dnešní době se pravidelně potkávám se zaměstnanci, kteří mi říkají, že vlastně už nevědí, jak to mají. Vnější tlaky a neustálé ovlivňování, jak by se měl člověk chovat, cítit, myslet, co by měl chtít a co by neměl chtít, ... Toto vše jsou oblasti, které na zaměstnance velmi intenzivně a neustále doléhají. Člověk je ovlivňován množstvím stimulů, které velmi často primárně cílí na naplnění potřeb vyššího celku, zaměstnavatele a ne na osobu samotnou.

S nezdravou, myšleno nedostatečnou schopností vyžití flexního pole, je myslím spojeno obtížné rozlišování mezi pocitem rezonance a disonance, ať už se jedná o přenos či protipřenos, projekci... Zdá se mi, že slovo rezonovat získává na popularitě v používání v běžné komunikaci a je někdy nadužíváno. S některými klienty i sám se sebou řeším komplikace s tím rozlišit, kdy s danou osobou opravdu rezonují a kdy to naopak není rezonance ale nějaký projev

disonance. Myslím, že hodně lidí ale ani tyto pojmy u sebe nerozlišuje, protože neví, že existují.

Dalším projevem nezdravé formy je přílišné uzavření se do sebe z důvodu nezvladatelného stresu, emoci strachu, depresivních stavů, vyhoření, úzkosti. Z toho následně vyplívající abnormální potřeba bezpečí. Tady vnímám úzkou paralelu s tématem nízké ochoty realizovat změny a zkoušet nové věci, které je ve firemním prostředí často řešeno.

Nezdravá forma tedy myslím v dlouhodobém hledisku způsobuje nízký svalový tonus, člověk ztrácí energii, podceňuje se a je více submisivní.

1. b) Extenze



SOMATICKÝ POHLED

Tělo se tvaruje obráceně než u flexe. Dochází tedy k narovnání se páteře a jejího prohýbání dozadu. Nohy a ruce se prodlužují, prsty se natahují, hlava se vytahuje nahoru z krku. Tělo postupně zabírá více prostoru. Patří sem natažení ruky, propnutí špičky u nohy.

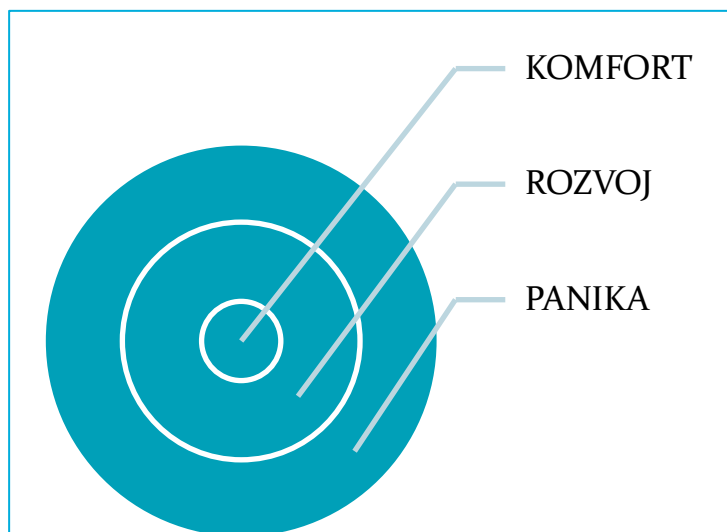
ZDRAVÁ A NEZDRAVÁ FORMA

Ve zdravé formě je člověk schopen nechat proudit své emoce a vyjadřovat je. Je schopen se otevřít světu, prosadit se, ukázat. Vše ovšem s respektem k druhým a schopností toto své chování ovládat. V nezdravé formě je člověk pod silným emočním tlakem bez schopnosti dané emoce uvolnit. Přehrává a případně má

sklony se příliš předvádět, tedy může mít přehnanou sebe prezentaci na úkor druhých.

V kontextu popisu Boadelových tří vyjádření extenze rukou by šlo o:

- **Protahování se:** Ve zdravé formě jde o to být svobodný a být schopen zdravě prezentovat svoji sílu. Člověk je schopen vnímat prostor kolem sebe, pohybovat se vněm a orientovat. Je v kontaktu se sebou i s ostatními. Prezentuje své nápady a postřehy, je slyšet a vidět. Je všímavý, dokáže objevovat, zkouší nové věci, umí opouštět prostředí svého komfortu a orientovat se v neznámu. Současně ví/dokáže postřehnout, kde je hranice kam už nechce, kde by se cítil ztracen, byl v panice.



V nezdravé formě jde o přílišné zabírání prostoru na úkor ostatních. Ať už se jedná o formu zahlcování svými tématy, a absence pozornosti na témata druhých, tak například v braní si časového prostoru v komunikaci jen pro sebe a své vyjádření. Vše často podpořeno přílišným silovým, agresivním projevem. Nebo potřebou být obdivován v roli vítěze.

- **Natahování se:** Boadela v této části mluví o člověku, který natahuje ruce k lidskému kontaktu, aby byl držen, nebo aby objal. V této zdravé formě bych viděl propojení s tématy vytváření vztahů. Schopnosti pomoci druhému, nabídnout mu kus sám sebe, své srdce. Současně se mi tato část jeví

propojitelná se schopností říci si o pomoc, nechat si poradit, přiznat svoji nedokonalost. Ve firemním prostředí se jedná o témata schopnosti spolupracovat s ostatními, u leadera například jeho schopnost postupně zkompetentňovat a přenášet zodpovědnost na ostatní zaměstnance a moci se spolehnout na ně. Vytvářet otevřené, pracovně-osobně vyvážené vztahy.

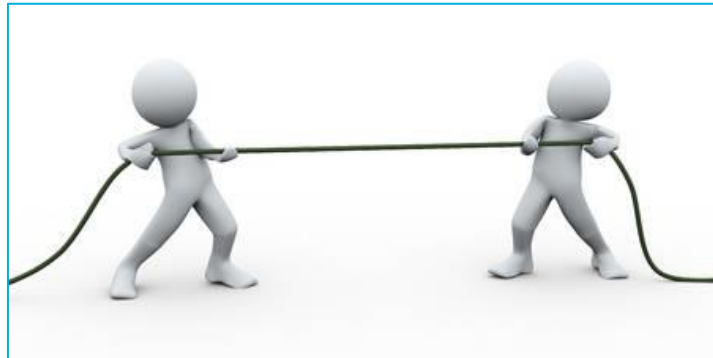
V nezdravé formě vidím prostor pro témata týkající se přivlastňování si některých lidí, zacházení s nimi jako se svým majetkem. V manažerské branži to jsou témata neadekvátního si držení moci a potřeby vše kontrolovat a o všem rozhodovat. Nebo přílišné vyžadování si a nárokování si lidského kontaktu a sycení vlastních potřeb. Objímání a dotýkání se ostatních formou, která je ostatním nepříjemná, za účelem hlavně vlastního sycení. Překračování hranic, zabírání prostoru ostatním.

- **Otevírání se:** Boadela v tomto kontextu hovoří o citlivém zkoumání prostoru přesahujícího srdce, uvědomění si energetického pole (auru), které se rozprostírá kolem těla. Mě tato část inspirovala ke všímavosti na kvality lidí souvisejících s otevřeností a prací s tématy týkajícími se spirituality, víry v různých úhlech pohledu. Schopnostem mít tuto oblast otevřenou svému zájmu a dokázat se v ní pohybovat, mít z ní užitek. Pro mě je to téma, ve zdravé formě, o schopnosti vnímat aspekty našeho bytí, které přesahují racionální a mnohdy vědecky ověřená fakta a současně schopnost se vracet na zem, integrovat a dávat tyto nové zážitky, pohledy, obrazy do širších souvislostí. S těmito tématy se v posledních letech na mě jako kouče obrací postupně více lidí. Myslím, že možnost využití práce s motorickými poli umožňuje efektivně se na tuto oblast s klientem podívat a minimálně mu v koučovací praxi umožnit hlubší náhled na své chování a myšlení.

V nezdravé formě si všímám témat mých klientů souvisejících s esoteričností a velkým zaujetím pro témata související se spiritualitou, avšak bez schopnosti přenesení těchto kvalit do své vlastní reality. Nebo přílišná možnost nechat se ovlivnit jinými lidmi a jejich názory bez schopnosti podrobit tyto skutečnosti vlastním kritickým myšlením. Možná bych sem zařadil i povrchní, těkavé

chování. V oblasti koučování jsou to témata týkající se schopnosti člověka nacházet velká množství nápadů bez schopnosti dále s nimi pracovat, prioritizovat a uvádět v praxi.

2. a) Trakce/Tah



SOMATICKÝ POHLED

Trakční pole se dle Boadely objevuje primárně u rukou. Jde o to si něco vzít, uchopit, táhnout, držet. Například tahání lana je čistě trakční pohyb.

ZDRAVÁ A NEZDRAVÁ FORMA

Boadela rozlišuje **pasivní a aktivní trakci**. V pasivní podobě člověk něco svírá pažemi proti tahu druhého. V aktivní trakci táhne druhé proti jejich odporu.

- V **pasivní podobě** uvažují o tématech jako schopnost udržet si něco, co je mé i v situacích, kdy se mi to snaží někdo vzít. Tedy udržet si názor, myšlenky, postoje. Nenechat se zneužít, zmanipulovat. Schopnost čelit konfliktu, silné argumentaci a tzv. to ustát.

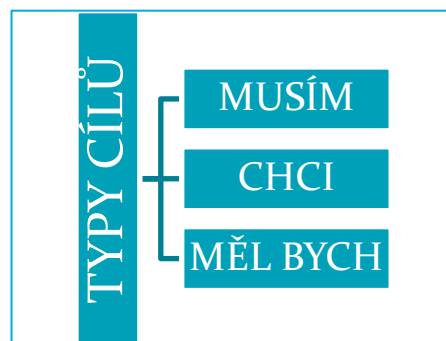
Ve firemní, manažerské praxi, mě napadají témata spojená s udržením nějakého chtěného status quo v situacích, kdy na manažera působí nechtěné tlaky a změny.

Se zdravou formou trakce souvisí schopnost rozlišit, co chce člověk, aby mu bylo odebráno, změněno a co nechce, tedy co potřebuje udržet bez změny.

Témata stability v kontextu častých změn. Stabilní tým, systém, hodnoty, kultura. Uvědomuji si, že ve firmách se setkávám spíše s řešením toho, jak tuto “rigiditu“ vůči změnám vlastně narušit. Nicméně myslím si, že právě zdravou polaritou k těmto snahám je právě schopnost si určitou stabilitu udržet.

V rámci nezdravé formy mě napadají témata spojená s neschopností zaměstnanců pustit se něčeho nebo někoho, kdo je táhne, či drží v něčem, co už je pro ně škodlivé. A i zde ještě nalézám různé polohy:

- Neschopnost dát výpověď, odejít. Toto trakční pole objevuji ve firemní praxi v podobě termínu “zlatá klec“, kdy je pro zaměstnance v nějakém úhlu pohledu setrvání ve firmě/týmu/kontraktu nepříjemnou záležitostí, současně z jiného úhlu pohledu není schopen se tohoto stavu pustit, protože jisté přínosy to má.
- Dále mě napadá propojení tohoto tématu s oblastí cílů, které člověk má v kategorii “měl bych“. Tedy typu cíle, na kterém v daný okamžik nepracuje, protože vnitřní motivaci dostatečnou nemá a vnější tlak, který mu způsobuje/způsoboval zvýšenou všímavost k danému cíli, není



dost velký, aby ho donutil na daném cíli pracovat. Na druhou stranu vnitřní schopnost a motivace není dostatečná k tomu, aby daný cíl vypustil z oblasti svého zájmu. V dlouhodobém horizontu a se stoupajícím množstvím takových cílů dochází ke značnému úbytku energie takového člověka, zvyšování frustrace a vlastních výčitek.

- Napadá mě také oblast závislostí, se kterou nemám mnoho zkušeností a její probádání v tomto smyslu by mě vlastně velmi zajímalo. Ve své praxi exekutivního kouče se nejčastěji setkávám se závislostí typu workoholismu, kde se mi zatím jeví tato podoba pasivní trakce jako

přiléhavá. Závislost na práci, neschopnost ji znovu ovládnout, vnímám jako téma nezdravé pasivní trakce. Téma workoholismu bývá v rámci koučování poměrně často objeované a řešené. Díky metodice motorických polí v tom vidím nové možnosti řešení.

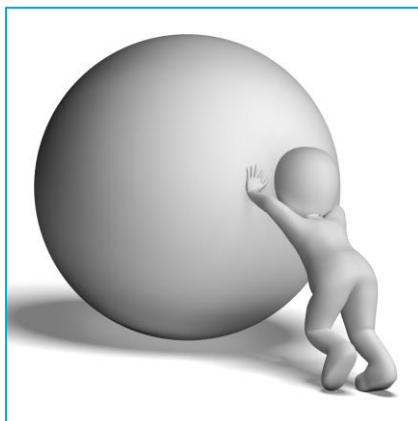
- Obecně zde tedy řadím témata spojená s neschopností nebo neochotou se něčeho vzdát – “to je moje“ (témata vlastnictví). Také situace týkající se chronické nedoživenosti, kdy člověk je závislým na něčem nebo někom. To pozoruji třeba u některých klientů, kteří mají tendence “natahovat“ terapeutické či koučovací sezení. V byznys prostředí se mi zdají přiléhavá témata, kdy zaměstnanec má pocit nedostatečného kontaktu s kolegou či nadřízeným, dostává z jeho pohledu málo informací, málo péče.
- **V aktivní podobě**, tedy schopnosti něco si přitáhnout, nalezneme právě situace jako mít moc něco udělat, ovlivnit. Vztít si co chci/potřebuji. Schopnost mít pozitivní představy, těšit se na něco/někoho. Jít si za svými sny, cíli. Schopnost aktivně mít věci pod kontrolou. Být proaktivní. Vlastně takové připodobnění rybáře, který si přitahuje svůj úlovek ke břehu, nebo kovboj, přitahující si k sobě na laně býčka. To vše jsou paralely typické pro byznys prostředí. Finální dotažení úkolů, dokončování, uzavírání tvaru.

V nezdravé formě vidím komplikace spojené:

- se stavem „to co chci, nemůžu mít“. Jde o situace bezmoci a kolapsu, kdy člověk ztratil jakoukoli sílu si po něčem šáhnout. Chybí vnitřní energie. To znamená neschopnost říci si o podporu, vyvinout nějakou akci pro akci. Ve firmách může jít o témata spojená s neschopností jednat o navýšení platových podmínek, změně pracovní pozice, náplně práce, náborem dalšího člověka. V koučování to ani tak nejsou témata spojená s hledáním možností, ale hlavně primární neschopností nápady uvádět v praxi. Témata spojená s akčním plánem a neschopností realizovat první krok.

- S postojem “beru si vše, co chci a za každou cenu“, příklady manipulativního nebo nátlakového chování. Vnímám zde i témata spojená s tím, že si беру více, než co mohu utáhnout. A také neschopnosti si vzít to, co bych chtěl, potřeboval.

2. b) Opozice/Tlak

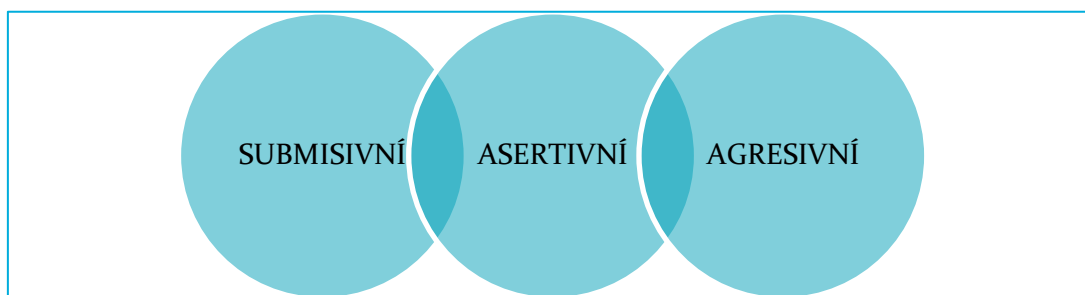


SOMATICKÝ POHLED

Pole opozice Boadela pojal jako opak pole trakce. Pole opozice se tedy rozvíjí tlačáním. V kontextu témat, která se k němu pojí, mi přijde výstižné rčení: „Hlavou zeď neprorazíš“. Na úrovni nohou se jedná o postavení se, tedy vytvoření protitlaku gravitaci. Na úrovni rukou jde o odtlačení se, bránění se.

ZDRAVÁ A NEZDRAVÁ FORMA

Hlavním obsahem zdravé formy je dle Boadely schopnost říci NE a vytvořit hranice, limity. To je oblast v koučování často řešená a spojována s termínem Asertivita, Tedy schopností pohybovat se mezi dvěma extrémy: submisí a agresí. Ve firemní praxi tak narážím na témata, kdy je zaměstnanec schopen vytvářet partnerské vztahy, chová se integrativně, tedy bere v potaz potřeby své i těch druhých a má k nim vyvážený postoj. Častěji se s tímto polem setkávám v rámci témat vyjednávání, předávání negativní zpětné vazby a řešení konfliktních situací.



Jedná se o schopnost jednak čelit tlaku a jednak schopnosti tlak vytvářet. Tedy aktivně tlačit na něco nebo někoho, nebo pasivně tlaku někoho nebo něčeho čelit. V oblasti vedení lidí mě k tomu napadá vytváření výzev, které jsou pro ostatní motivačním prvkem a možností opustit vlastní zónu komfortu, objevovat nepoznané – tedy tlak aktivně vytvářený. Myslím tím vytváření a podněcování k náročným úkolů jak z hlediska kvality, tak kvantity, tedy množství.

V obrácené podobě, jde o to mít v rámci zdravé formy tyto tlaky sám na sebe pod kontrolou a v přijatelné míře – to v podobě tlaku pasivně čelícímu.

Z hlediska koučování a metodiky SMART cíle vidím za důležité zdravě se pohybovat mezi ambiciózními (atraktivními) cíli, za dodržení jejich reálnosti a realizovatelnosti. V tomto pojetí je pro mě možnost využití know how o pulzace mezi tlakem a tahem neocenitelnou pomocí pro možnost s klientem vytvářet kvalitní SMART cíl.

Dále mě napadá, že zdravá opozice musí mít přímý vliv na schopnosti kritického myšlení, které se formou koučování postupně také rozvíjí.

Nezdravou formu opozice spatřuji nejčastěji ve firemním prostředí u lidí s psychopatickými rysy. Tito lidé odtlačují téměř vše, neboť se obávají toho, že co k nim přichází je nebezpečné a ohrožující. Hranice dávají najevo dřív než je potřeba. Současně neumí něco přijmout, říci ANO, i když by to pro něj bylo dobré. Případně nabourávají hranice druhých, útočí a tlačí agresivním způsobem, s cílem druhé pokořit, přemoci, podmanit si. Jiná podoba nezdravé opozice je, jak popisuje Boadela, u lidí, kteří se naučili vzdávat své hranice a poddávat se. Jedná se o silné submisivní projevy, které jsou doprovázeny úzkostí a strachem. Projev oběti.

3. a) Rotace



SOMATICKÝ POHLED

Základem rotačního pole je, jak sám název říká, rotace. Základní rotační pohyb je v těle realizován směrem od hlavní tělesné osy (páteře) do stran. Rotace je velmi důležitá pro život. Není náhodou, že Boadela na tento pohyb nahlíží například už při porodu, jako jeden ze základních pohybů, kdy tělo miminka zažívá rotaci jednak u maminky v bříšku během těhotenství, ale hlavně v situaci rození se, aby mohlo přijít na svět. V rámci chůze realizujeme houpavý pohyb, tedy také jistý druh rotace. Rotaci můžeme pozorovat jako kroucení, svíjení. Děti zažívají často příjemné pocity při točení se s nataženými rukama kolem své osy, válení sudů na louce. U nás dospělých už o tom, jestli při tomto pohybu zažíváme spíše libé nebo nelibé pocity rozhoduje právě to, jaký přístup máme k tomuto rotačnímu poli. Jako příklad rotace si můžeme představit břišní tanečnici s výraznou rotací pánve. Nebo rotaci zápěstí tanečnice flamenga.

ZDRAVÁ A NEZDRAVÁ FORMA

V rámci zdravé rotace Boadela popisuje schopnost zkoumat neznámé a vybočit z tzv. zajetých kolejí. Ve firemním prostředí se bude jednat o lidi s kreativním myšlením, kteří se dokáží na běžné záležitosti dívat nestandardně. Patří sem profese jako umělci, kreativci, architekti, tanečníci, muzikanti, cestovatelé. Jde o schopnost vymýšlet různé nápady a možnosti. Propojit mnohdy nepropojitelné.

Lidé se zdravou formou mají rozvinutou všímavost, jsou schopni pojmout více názorů a pohrávat si s nimi, nechat se inspirovat. Ve zdravé formě se dokážeme dobře přizpůsobovat změnám, které se kolem nás dějí a působí na nás. Myslím, že

lidé ze zdravou rotací budou mít asi spíše pozitivní vztah ke změnám. V koučování u takových lidí můžeme pozorovat barevné, pestré vyjadřování, kdy klienti používají zajímavé analogie k tomu, co právě komentují. Těchto analogií je vhodné využívat.

Nezdravá forma se bude projevovat, jako u předešlých polí, buď zaseknutím se v tomto poli (a toto zaseknutí může mít samozřejmě různé podoby), anebo vyhýbání se tohoto pole. Jde tedy například o chaotické chování. Takový člověk je nepředvídatelný, neorganizovaný. Je zamotaný ve svých myšlenkách, ve svém životě. V koučování jsou to situace, se kterými se setkává kouč, když klient produkuje obrovské množství nápadů, které ale nedokáže kvalitativně třídit, prioritizovat, zacílit a orientovat se v nich. Je zahlcen jejich množstvím, a to ho paralyzuje si něco vybrat. Jde tedy o klíčové pole zájmu kouče z hlediska procesu koučování.

Další podobou nezralé rotace může být těkavost, přelétavost, ať už ve vztazích, nebo v činnostech, které osoba dělá, má za úkol. Může to být jeden z pohledů na prokrastinaci – chorobné odkládání. Boadela upozorňuje na pubertu, jako období vývoje, které je pro toto pole přiléhavé, stejně tak jako například zamilovanost. V rotačním poli bývají zaseknuti traumatizovaní klienti.

Ve firemním prostředí bychom asi nemuseli složitě hledat příklady, kdy bychom se mohli jak se zdravou tak nezdravou formou tohoto pole setkat. Například taková nepořádnost by se dala přeložit jako nezdravá rozrotovanost. ☺

3. b) Kanalizace



SOMATICKÝ POHLED

Boadela popisuje pole kanalizace jako přímočaré a zaměřené. Jednání plyne přímo z centra těla. Je to právě ten pohyb, kdy na něco ukážeme a řekneme „To“. Jedná se tedy o cílený pohyb. Hození šipkou na terč, seknutí sekerou do špalku.

ZDRAVÁ A NEZDRAVÁ FORMA

Ve zdravé formě se člověk umí zaměřit na jednu určitou věc. Pokud se na toto pole opět dívám pohledem koučování, tak se jedná o kvality lidí, kteří jsou zacílení a svých cílů dosahují. Lidé se zdravou kanalizací dokáží prioritizovat, vytvářet dlouhodobé i krátkodobé cíle. Svě sny, které mají, umí přetvářet do vizí, ke kterým následně vědomě směřují. Nejen ve firemním prostředí se jedná o kvality, které se připisují dobrým lídrům. Tedy lidem, kteří vědí, kam jdou a co a proč dělají. Jde o vědomou akci, která je dopředu plánovaná.

Boadela mi v této oblasti velmi pomohl jednoduchým příkladem, kdy ve svých popisech kanalizace uvádí, jak si jeho klient uměl uvědomit, co chce v příštích minutách udělat, toto své chování, ještě dříve než ho udělal, si byl schopen představit a teprve následně jej zrealizoval.

Ve firemním prostředí se s oblastí kanalizace velmi často setkávám. Řekl bych, že zaměstnanci jsou v dnešní době nuceni si umět vybrat a kanalizovat se na to správné daleko více, než kdy jindy. Žijeme v době přebytku, říká se konzumu. Jak často se jako kouč ale setkávám právě s faktem, že lidé sice kanalizují svoji

pozornost na aktivity, které dělají, nebo jsou nuceni dělat, ale jak málo jsou schopni kanalizovat, zacílit v kontextu delších, či kratších časových úseků. Jejich chování je tedy mnohdy spíše reaktivní (hasící) než proaktivní, tedy plánované a dlouhodobě zacílené. A vzhledem k tomu, že dnešní doba je velmi rychlá, oceňuje se často úspěch, tedy kdo jak moc spěchá, než to, jak si kdo umí dobře vybrat a dělat to, co je dle něj správné. Užitečný obsah slova kanalizace je tedy klíčový nejen pro kouče, ale pro kohokoli, kdo se potřebuje vymanit ze zmatku a neustálého hašení nějakých potíží.

Jako nezdravou formu kanalizace vidí tedy neschopnost rozlišit co je Důležité a Urgentní od toho, co je Důležité a Neurgentní. Myslím si, že právě zde můžeme jednoduše nahlédnout do schopnosti pracovat s cíli, tedy za priority si volit to, co je z dlouhodobého hlediska Důležité a Neurgentní, tedy plánované vs. co je Důležité a Urgentní, neplánované, tedy nutné hasit.

Ve firmách jsem svědkem, v posledních letech, značné snahy agilizovat. Což se někdy vykládá, jako opak přístupu nazývaného Waterfall. Podstatou z mého pohledu, aby toto bylo možné, je umět daleko lépe pracovat s pulzací mezi poli rotace a kanalizace. Tedy schopností se zacílit na krátký sprint a současně si udržet kreativnost a schopnost adekvátně reagovat na změnu. Právě koučování vnímám jako důležitý přístup pro rozvoj těchto kompetencí.

Ukázka přílišné a tedy nezdravé kanalizace je postoj, kdy existuje jen jedna objektivní pravda, jeden možný názor, jedna možnost, bez schopnosti to mít jinak. Tedy ukázka přílišné fokusovanosti, kdy jdu z bodu A do bodu B a nejsem schopen vidět nic jiného – nevnímám, co se děje kolem mě, válcuji všechny okolo mě. Může jít tzv. o lidi s obsesivními potížemi, s tunelovým viděním. U nezdravé formy bychom o těchto lidech asi hovořili jako o lidech s klapkami na očích, příliš výkonných.

Profese náročné na pole kanalizace jsou například: právník, účetní, soudce, auditor, chirurg, pilot.

4. a) Aktivace



SOMATICKÝ POHLED

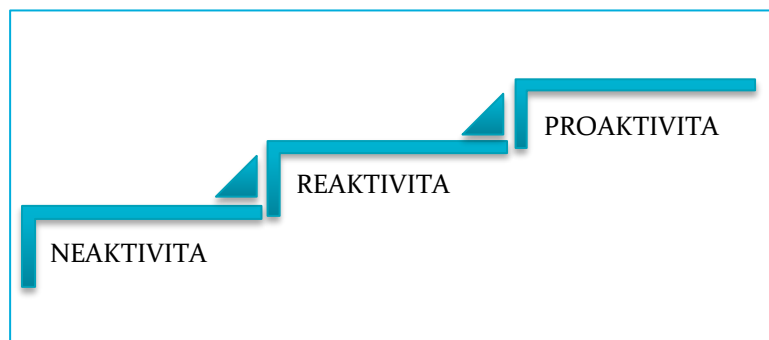
Na úrovni těla David popisuje pole aktivace jako aktivní pohyb paží a nohou při chůzi, plavání, běhu a skákání. Aktivace člověka připravuje, aby se mohl někam s relativní rychlostí přesunout. Co mi pomohlo lépe pochopit, na co u tohoto pole především zaměřit pozornost, bylo, když Boadela uvedl, že klíčové u pole aktivace je téma vitalizace. Čemuž se já snažím rozumět jako mít vnitřní energii, dokázat se aktivovat.

ZDRAVÁ A NEZDRAVÁ FORMA

Lidé s polem zdravé aktivace se dokáží zaktivovat. Když je potřeba, tak najdou energii a přemění ji na nějakou akci. Takový člověk působí energicky, vitálně. Řekli bychom, že má šťávu. Ve firemním prostředí se setkávám s termínem “Sebe motivace“. Kde je důraz na to, aby člověk byl schopen sám nacházet motivaci, energii pro to, co dělá. Schopnost sebmotivace ale nevnímám spojenou jen s tímto polem. Nicméně na úrovni aktivace je to myslím důležitý bod v kontextu jak s touto energií člověk umí pracovat.

V textu výše jsem se vyjadřoval k termínu proaktivity v kontextu schopnosti zacílit se. Na úrovni aktivace by myslím bylo opět zajímavé se na proaktivitu podívat. Zde by to ovšem bylo právě o schopnosti mít energii pro akci. Tedy s něčím začít, něco pro něco udělat. Na rozdíl od reaktivity, kdy člověk čeká, co se s ním bude dít a svoji energii využívá až v situacích, kdy ho donutí nějaké vnější podmínky. Napadá mě tak podívat se na tyto termíny jako na škálu, kde proaktivní přístup by byl

z hlediska aktivace jako jeden z nevyšších, reaktivní přístup by byl někde na středu pomyslné škály a v nejnižším bodě by byla vlastně neaktivita, tedy pasivita.

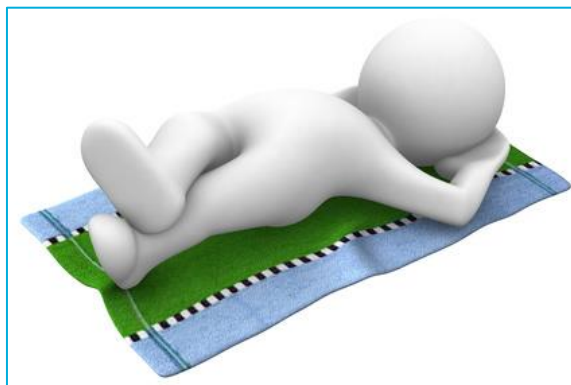


Někteří lidé mají v životě až příliš aktivity. Nemají schopnost odpočívat, nebo je odpočinek pro ně nepříjemná představa. Zde myslím hovoříme o nezdravém poli aktivace. Příkladem jsou dále lidé s depresivními sklony, kteří jen tak hodiny sedí a nejsou schopni vyvinout jakoukoli energii k nějaké akci. Rychlost je pro tyto lidi cizí slovo. Na nezdravou formu můžeme dále nahlížet jako na potřebu člověka dělat všechno, neumět se zastavit, být v klidu. Tito lidé pořád chtějí, aby se něco dělo. Nenechají ostatní v klidu.

Speciální kategorií jsou lidé s potřebou vyšší hladiny adrenalinu, kteří dávají hodně energie do aktivace, ale mají málo energie do vnímání sebe a ostatních.

Pozice náročné na toto pole mohou být: záchranné složky jako zdravotníci, hasiči, policisté, profesionální automobiloví závodníci, kaskadéři, krizový manažeři, startupový leadeři, lidé pracující v pomáhajících profesích, učitelé.

4. b) Absorpce



SOMATICKÝ POHLED

Boadela popisuje toto pole jako stav, kdy jen tak spočíváme. Ležíme a odpočíváme. Veškerá pozornost se přesouvá z vnějšku do těla. Je to schopnost trávit. Uvolňují se všechny svaly v těle.

ZDRAVÁ A NEZDRAVÁ FORMA

Absorpce je velmi důležitou částí našeho bytí. Ve zdravé formě je člověk schopen odpočinout si, být jen tak sám se sebou a snížit veškerou aktivitu. Je schopen si dát čas na to, aby plody své aktivity dobře zažil. Období puberty míváme vyšší potřebu vše dobře zažívat, odpočinout si a vše potřebné vstřebat.

Většina z nás si vzpomene na nějaký cyklus z života, kde se fáze absorpce objevuje. Ať už se podíváme do technických oblastí nebo oblastí lidského bytí. Například cyklus mořské vlny, která se ze své nejvyšší hladiny postupně roztéká po pláži až do té poslední kapičky, která je v zápětí absorbována písčitou pláží.

V oblasti firemního prostředí se mnohdy zdá, jako by tato fáze vlastně byla na obtíž. Stav, kdy nikdy není hotovo, pořád je co a proč dělat jsou velmi náročné na pole absorpce. Zdravou formou je v takovém případě například schopnost přijmout pochvalu, užít si výsledky své práce, vzít a užít si dovolenou.

Podstatnou částí dlouhodobého rozvoje a dobré práce se svojí energií je právě schopnost realizovat tzv. debriefing, tedy reflektování a uzavírání nějakého období

či aktivity. Kvalitní absorpcí potom dokážeme propojovat nové věci se starými a tak postupně budovat stabilnější základnu pro naše další aktivity. Jedním z předpokladů pro možnou absorpci je schopnost aktivně uzavírat a ukončovat oblasti a cíle, kterým jsme se věnovali. Toto vnímám za jeden z problematických bodů v oblasti řízení výkonnosti lidí, kdy manažeři mívají sklony být hodně v módu aktivace, startování, ale nevěnují se tolik fázím ukončení a uzavírání.

V nezdravé formě se jedná o stavy, kdy je člověk v absorpci uvězněný a nemůže z ní ven. Může se jednat i o několikaleté stavy. Všechno je na takového člověka moc, nic nechce, žádné nápady, inspirace, podněty. Ve firemním prostředí jde dnes o postupně více pojmenovávanou a řešenou oblast syndromu vyhoření a počínajících depresivních stavů.

5. Pulzace



SOMATICKÝ POHLED

Pole pulzace myslím Boadela nevnímá jako separátní pole, ale spíše jako prostor, kde se vyváženě potkávají kvality zmíněné výše. Boadela si všímá toho, že v těle probíhá mnoho pulzací. Klíčovou pulzací, jež se vztahuje k emocionalitě, označuje rytmus dechu, který se započíná přímo po porodu. Dle Boadely spektrum zadržení a vypouštění představuje jeden z nejzákladnějších rytmů našich životů.

ZDRAVÁ A NEZDRAVÁ FORMA

Jako příkladem zdravé pulzace vnímám schopnost člověka plynule přecházet z jednoho pole do druhého a zpět.

Jako příklad nezdravé pulzace vnímám neschopnost tohoto plynulého pohybu. Tedy buď zaseknutí se pouze v jedné či druhé poloze nebo nezdravého přeskokování mezi nimi v extrémních polohách.

Právě podstata pulzace mezi jednotlivými poli pro mne už v dobách prvního seznámení se s touto metodikou byla ohromující. Boadela z mého pohledu vlastně vytvořil jak kategorizaci 8 podstatných kvalit, které jsou důležité pro dobré psychické i fyzické žití člověka, tak i metodický popis/návod toho, jak díky práci s motorickými poli může terapeut a dle mého pohledu i kouč, pomáhat odstraňovat potíže spojená s nezdravou pulzací.

K rozvoji zdravé pulzace patří několik podstatných pravidel, která Boadela dále vysvětluje. Jednou z nich je doporučení pracovat s klientem na tom, co mu napřed jde, kde má zdroje a toto místo postupně prozkoumávat, rozvybrovávat tak, aby se od něj mohl postupně vzdalovat, pulzovat na větší vzdálenost. Budovat tedy pulzaci mezi jednotlivými polaritami motorických polí ale také pulzaci v rámci konkrétního motorického pole.

Druhou zásadní možností/doporučením je obecně rozvinout pulzaci tím, že pro rozvoj konkrétního motorického pole používáme tzv. přemostění pomocí jiného motorického pole, které je pro daného člověka zdrojové a může mu pomoci v rozvoji problematické oblasti.

Dostáváme se tak vlastně do sítě kvalit, které se jednak ovlivňují v rámci svých protipólů a jednak se ovlivňují všechny navzájem. To dává terapeutovi, či kouči ohromnou paletu možností, jak danému klientovi pomoci.

Aplikace u SKUPINY



1. a) Flexe

ZDRAVÁ FORMA

- tým je si vědom svých silných stránek pramenících jednak z kvalit jednotlivých členů týmu, ale také z kvalit odpovídajících vzájemné spolupráci a interakci jednotlivých členů v týmu.
- Lidem v týmu je společně dobře. Jsou schopni spolu efektivně spolupracovat a sami si poradit s úkoly, které potřebují řešit.
- Dokáží se stmelit a vzájemně si pomoci. Působí konzistentně a soudržně.
- Mají silné vazby, které jsou tvořeny jednak neformálními vazbami a jednak dobře nastavenými pravidly vzájemné spolupráce.
- Lidé v týmu o sobě vzájemně vědí, jsou sehraní.
- Tým si uvědomuje své hranice, ví co je jeho a co už ne. Zná své cíle, úkoly, pracovní prostředí.

NEZDRAVÁ FORMA

- Přílišné řešení osobních nepracovních témat.
- Dochází k obhajování jeden druhého ze strachu, co by se stalo, kdyby někdo z venku přišel na to, že je u nás něco špatně. Strach z toho co je v ně týmu.

- Tým nekomunikuje s ostatními týmy. Je uzavřen sám do sebe a ostatní nevnímá, nerespektuje. Zadržování a nepředávání informací s okolními týmy.
- Osobní a neformální vazby v týmu jsou příliš velké a komplikují profesionální fungování týmu. Neschopnost řešit konfliktní situace, držet výkon. Silné sociální citění na úkor výkonnosti týmu. Členové v týmu si vzájemně omlouvají své chyby a slabé stránky.
- Rigidita ke změnám. Ritualizované chování.
- Neschopnost se rozloučit s neschopným členem a uzavřenost k přijetí nového člena.

1. b) Extenze

ZDRAVÁ FORMA

- Tým je otevřený ostatním týmům, komunikuje s nimi, vytváří nové vazby a koalice bez omezení vlastní soudržnosti týmu.
- Je sebevědomý, zná své kvality, dokáže se nadechnout.
- Dokáže se prosadit mezi ostatními týmy.
- Dokáže zdravě zabírat/říci si o nový prostor bez omezení druhých.
- Je otevřený novým lidem, názorům, technologiím, paradigmatům.
- Přijímá nové výzvy.
- Každý člen týmu je dostatečně flexibilní. Všichni členové mají dost volného prostoru na svoji realizaci a navazování vztahů i mimo tým.
- Tým je dobře ukotvený a umožňuje jednotlivým členům týmu dobře individuálně růst, svobodně se chovat.

NEZDRAVÁ FORMA

- Zahlcování ostatních týmů vlastní agendou, názory, informacemi, vlastní osobou.
- Přílišná rivalizace s ostatními týmy na úkor společných cílů.

- Předvádění se na úkor druhých týmů.
- Snaha podrobit si a ovládnout ostatní týmy, přemoci je.
- Kontrolovat všechny ostatní.
- Strhávat pozornost jen na sebe. My jsme ti nejdůležitější v celé firmě.

2. a) Trakce/Tah

ZDRAVÁ FORMA

- Tým je schopen se udržet v hlavním proudu dění.
- Udržení si zákazníků.
- Tým jde za svými cíli, táhne za jeden provaz.
- Je aktivní směrem k naplňování svých cílů.
- Řekne si o pomoc.
- Aktivně si bere, co potřebuje.
- Je akční, proaktivní – to znamená, že aktivně tahá za provázky v oblastech, v kterých ví, že může něco ovlivnit.

NEZDRAVÁ FORMA

- Bere si vše, co chce i na úkor druhých.
- Ostatní ovlivňuje silou proti jejich obraně.
- Bere si více úkolů, než může zvládnout.
- Drží se někoho/něčeho až když je teprve vytvořen poměrně velký tah, tedy až už je vše předchystané, vlastně hotové. Takové to, připojím se, až to všechno poběží.
- Neschopnost realizovat (utáhnout) konkrétní kroky, které jsou potřeba dělat.

2. b) Opozice/Tlak

ZDRAVÁ FORMA

- Tým umí vytvořit funkční hranice toho, co je z jejich strany možné a co ne.

- Hlídá své hranice, teritorium, a pokud dochází k jejich nechtěnému nabourávání, tek se umí vyhranit.
- Ví, co nechce a těmto neblahým vlivům se umí ubránit.
- Umí si vyčistit/připravit prostředí kolem sebe tak, aby mohl efektivně pracovat.
- Vytváří aktivně přiměřený tlak na ostatní. Umí věci, témata rozpohtybovat, dostat do akce. Vytváří pro ostatní motivační výzvy (challenge).

NEZDRAVÁ FORMA

- Bez relevantního důvodu/vždy tým odmítá cokoli, co přichází zvenčí.
- Má nastavenou ultimátní stopku, která znemožňuje ostatním jim nabídnout i to, co by pro daný tým bylo užitečné.
- Působí chladně, asociálně, odmítavě, agresivně.
- Soustředí se primárně na vytváření kolem sebe nedostupných hradeb. Snaží se být nedostupný.
- Působí na vše a všechny nátlakově, raději už dopředu.
- Neschopnost odolávat jakémukoli tlaku. Postoj oběti. Takový ten přístup, tak mě pokořte, dveře jsou otevřené.

3. a) Rotace

ZDRAVÁ FORMA

- Tým je schopen vymýšlet a vytvářet nové nápady, postupy.
- Změna je pro něj život. Změny vítá a podporuje.
- Je schopen vnímat širší kontext.
- Je kreativní. Má hodně nápadů, které jsou mnohdy velmi něčím velmi obohacující.
- Je schopen pracovat v širších celcích, což znamená, že je součástí větších týmů.
- Členové týmu se umí zastoupit ve svých rolích.
- Tým se chová agilně. Velmi rychle dokáže reagovat na nové situace.

NEZDRAVÁ FORMA

- Tým působí na ostatní chaoticky. Chodí z něj protichůdné, nekonzistentní informace.
- Tým zkouší příliš mnoho nových věcí, které pak nedokáže zpracovat. Sám sebe zaplavuje nápady. Které ho pak destruuji. Případně je líhni nápadů, které ale není schopen předávat užitečně směrem ven.
- Lidé v týmu jsou příliš napojení na ostatní týmy, nedokáží být ale dobře koordinovaní ve svém mateřském týmu.
- Spolupráce s ostatními týmy může být nahodilá. Vazby jsou nestále. To se může projevat tím, že buď tým pracuje na jedné věci s více týmy, kdy se ve finále zbytečně dubluji činnosti, anebo nekoordinovaně spolupráci s druhým týmem ukončí a začíná pracovat s jiným týmem, kdy původní tým mnohdy ani neví, že došlo k ukončení spolupráce.
- Ostatní nevědí, na čem daný tým pracuje, respektive vidí, že se to neustále mění.
- Každý si v týmu dělá, co chce. V podstatě se jedná spíše o skupinu lidí než o tým. Neexistují týmové cíle. Členové pracují spíš každý na svém tématu, které často mění.
- Nebezpečným projevem může být setrvávání ve fázi brainstormingu, bez schopnosti jít do společné akce.

3. b) Kanalizace

ZDRAVÁ FORMA

- Tým je kanalizován, tedy zaměřen na společné cíle, které jsou definované, a cesta k nim je řízená. Cíle naplňují metodiku SMART.
- Tým s cíli pracuje, dle potřeby je upravuje. Vytváří dlouhodobé i krátkodobé cíle, dle potřeby své funkčnosti. Všichni členové týmu vědí, kam společně jdou. Individuální cíle členů týmu jsou v sounáležitosti s cíli celého týmu.
- Cíle týmu jsou průběžně realizované, vyhodnocované, případně ukončovány.
- Tým má svou vizi, chápe a ví, co má naplňovat, aby podporoval vizi většího celku.

- Lidé v týmu znají své priority. Optikou Paretova pravidla znají svých 20% činností, které jim zajišťují 80% výsledku. Svě priority plánují v čase a jsou schopni na ně udržet pozornost.

NEZDRAVÁ FORMA

- Tým je příliš zaměřený na svůj cíl a cestu k němu, bez schopnosti průběžné změny. Jedná se o nevhodnou realizaci (klapky na očích) waterfallového stylu řízení, kdy tým míří k cíli, na který je velmi fokusovaný, bez schopnosti měnit cestu k němu nebo měnit dokonce daný cíl v kontextu změn, které se v průběhu cesty dějí. Dochází tak k výsledkům, kdy cíl/úkol, který tým finálně naplní, už není oceněn, protože se finální potřeba změnila. Anebo, v průběhu realizace dojde k opuštění práce na daném cíli a opětovné definici nového cíle, bez schopnosti navazovat a upravovat minulé. V tomto případě se jedná o nezdravé přeskokování mezi přílišnou kanalizací, následnou rotací a opět přílišnou kanalizací na další cíl.
- Příkladem přílišné kanalizace je také přílišné soustředění se na situace, které přichází hned teď bez schopnosti dávat je do souvislosti s dlouhodobějšími očekáváními. V koučování tomu říkáme, že přes stromy není vidět les. Jde o hasící mód, kdy tým sice hodně pracuje, ale nekoordinovaně a neefektivně. Tým se fokusuje na aktivity (cestu), bez kontaktu na dlouhodobý smysl (cíle).

4. a) Aktivace

ZDRAVÁ FORMA

- Se zdravou aktivací je tým schopen se připravit k akci. Když je třeba, tak umí zažehnout vlastní motor a vyvinout výkon.
- Týmy se silnou schopností aktivace jsou buď ty, které dlouhodobě dobře pracují s vnitřní motivací celého týmu, čímž ho udržují v nadstandardním stavu. Nebo jde o týmy, které jsou schopny velmi rychle, dle potřeby, vyvinout energii, pro nestandardně náročnou činnost. Zde si třeba

představují týmy záchranných složek, které ze stavu vyčkávání, jsou nuceni velmi rychle realizovat aktivaci pro následnou akci.

NEZDRAVÁ FORMA

- Tým, který není schopen se vitalizovat, tedy najít energii pro následnou akci. Jde často o velmi demotivované týmy. Případně o týmy, s tzv. naučenou bezmocí, kdy postupem času došli k tomu, že nemohou mít nic pod kontrolou, nebo ovlivňovat dění kolem sebe. Vykazují nízkou efektivitu a výkonnost.
- Tým, který je přeraktivován. Není schopen svoji aktivaci snížit a absorbovat. V určitém čase jde o týmy s velkou aktivitou, která následně končí kolapsem. Tedy výdej energie neodpovídá schopnosti udržet se v takové aktivitě dlouhodobě. Případně může docházet spíše ke kvantitativnímu hrnutí práce bez schopnosti pracovat na kvalitě. Mluvíme zde o hranicích s workoholismem. Výkon týmu je realizován na úkor dalších/nepracovních oblastí jednotlivých členů týmu. Mnohdy tyto týmy vletí do práce bez schopnosti se napřed zamyslet nad tím, co a jak je třeba dělat. Mají tendence reagovat unáhleně.

4. b) Absorpce

ZDRAVÁ FORMA

- Zdravě absorbující týmy jsou schopny vstřebávat změny a činnosti, které realizují. Nejde jen o schopnost si odpočinout, ale také konfirmovat. Tedy budovat svou vnitřní kvalitu do stabilního stavu.
- Tyto týmy realizují debriefing/retrospekci svého jednání. Zaměřují se na činnosti směřující ke zkvalitňování sami sebe jako týmu.
- Uzavírají a vyhodnocují své cíle a jsou schopni si užít benefity, které pro ně z této práce vyplívají.
- Jde o týmy, které spolu realizují i odpočinkové, volnočasové a nepracovní aktivity.

NEZDRAVÁ FORMA

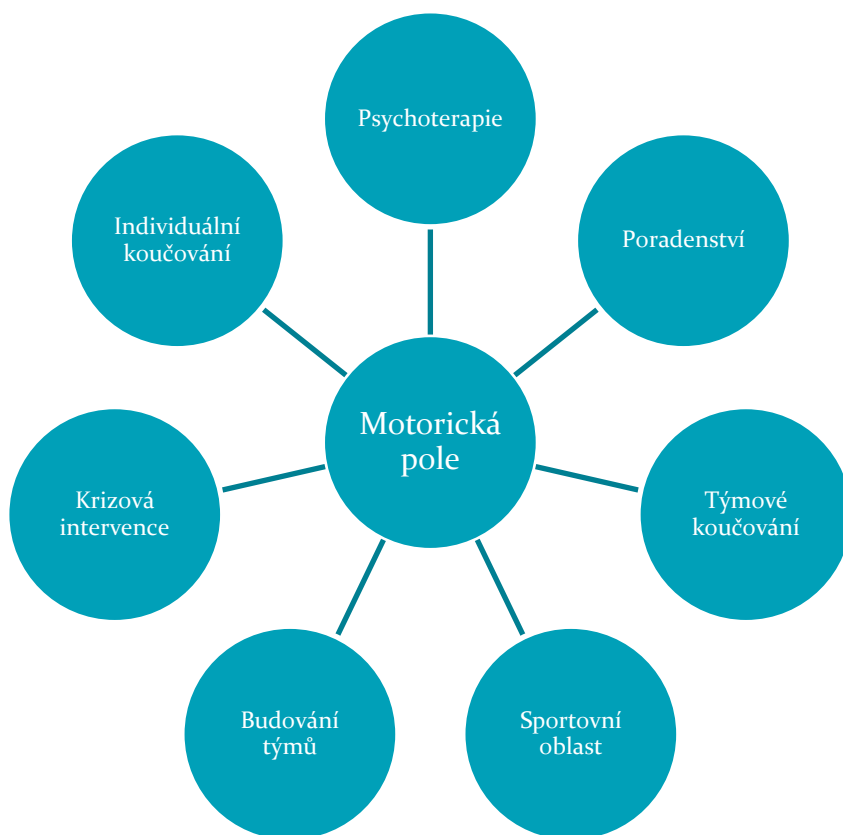
- Extrémní podobou je vyhořelý a vyčerpaný tým, který nenachází žádnou energii.
- Postupně se rozpadá, může přibývat lidí, kteří jsou nemocní.
- Apatie k všemu co se v práci děje, realizace jen těch nejdůležitějších věcí, které je nutné dělat.
- Odpor ke změnám a novinkám. Žádná aktivita v tomto směru.
- Zamrznutí v nezdravé formě absorpce by u celého týmu bylo velkou ukázkou špatného řízení celého týmu. Myslím si, že nezdravá absorpce na úrovni celého týmu by vlastně znamenala postupnou degradaci týmu člen po členovi. Ve své praxi spíše potkávám tuto podobu na úrovni jednotlivců.

5. Pulzace

ZDRAVÁ A NEZDRAVÁ FORMA

- Pro pole Pulzace v podstatě platí u skupiny to stejné jako u jednotlivce. To byl právě důvod, který mě inspiroval k tomu používat práci s Motorickými poli pro skupiny.
- Ve zdravé formě je tým schopen věnovat pozornost a organizovat se ve všech 8 zmiňovaných polích zdravou formou a přecházet mezi nimi.
- Myslím si, že Motorická pole jsou takovou mapou, která může pomoci právě udržovat týmy jako organismus ve zdravé podobě. A pokud se v některé z polarit začne dít něco nezdravého, tak tato mapa umožňuje udělat rychlou analýzu toho, kde se co děje a nabízí možnost rychlé intervence a nápravy.
- Jde z mého pohledu o velmi užitečný nástroj pro týmové koučování.
- Každý tým samozřejmě nepotřebuje nebo nemá stejnou náročnost na jednotlivá pole. Je tedy na něm, aby si určil, definoval svůj obraz toho, jak a kde se potřebuje v této mapě pohybovat a která pole jsou pro jeho fungování v daném čase více či méně důležitá.
- Jsem ale přesvědčen, že každé z těchto polí je pro fungování týmu důležité a není možné nějaké vyloučit neb se mu nevěnovat.

Možnosti využití práce s Motorickými poli



Možné otázky pro vstupní analýzu týmu

- Jak **často** se danému poli v týmu věnujete/pracujete na jeho zdravé kvalitě?
- Jak **kvalitní** vnímáte dané pole z hlediska jeho zdravoti ve vašem týmu?
- Jak **důležité** je toto pole pro vás v kontextu vykonávat vaši práci co nejlépe?

- Jak **často** se danému poli v týmu potřebujete věnovat/pracovat na jeho zdravé kvalitě?
- Jak **kvalitní** by dané pole z hlediska jeho zdravoti ve vašem týmu mělo podle vás být?