

Premiera książki

EVENT

Już niebawem!

COACHING, KOŁCZING, SZKOLENIA MOTYWACYJNE, ROZWÓJ OSOBISTY, EVENT ROZWOJOWY...



3


RÓŻNE HISTORIE,

3

RÓŻNE SYSTEMY
WARTOŚCI,



3


RÓŻNE DROGI
ROZWIĄZYWANIA
PROBLEMÓW.




Czytasz bezpłatny, przedpremierowy fragment książki „Event”, autorstwa Adama Walerjańczyka. To powieść ukazująca różnice między prawdziwym coachingiem, a tym, co powszechnie nazywa się rozwojem osobistym i często z coachingiem jest mylone. Przenieśmy się zatem na salę szkoleniową, w której odbywa się egzaminacyjna sesja coachingowa.



- 
- Co chciałabyś osiągnąć podczas dzisiejszej sesji? – brzmiały Marcie w uszach słowa jej coacha, który prowadził z nią ostatnią, egzaminacyjną sesję coachingową.
- Nie wiem... - zawahała się. – Mam mętlik w głowie. Mieszają mi się różne emocje i myśli. Jeśli tak ma wyglądać menopauza, to chyba konieczna będzie dla mnie farmakoterapia – zażartowała przaśnie.
- Farmakoterapia – powtórzył coach. – A czego, w takim razie, byś ode mnie potrzebowała?
- Eryk, po prostu ze mną porozmawiaj – odparła zniecierpliwiona. – Rozumiem, że to sesja egzaminacyjna, ale dziś masz przed sobą realną klientkę z realnym problemem, która sobie na pewno poradzi sama, ale potrzebuje ciebie, żeby coś przyspieszyć, albo obejrzeć z innej, nieoczywistej perspektywy.
- Nieoczywistej perspektywy – powtórzył Eryk.
- No właśnie, gdybyś mnie zapytał, czego nie chcę, to właśnie tego.
- Mhm – bąknął Eryk terapeutycznie.
- Eryk, przestań mi „mhm-ować”, przestań stosować technikę echa, zresztą w ogóle zapomnij o technikach, o modelach, o GROW i odzwierciedlaniu emocji i po prostu pogadaj ze mną. Podążaj, tak to się przecież nazywa.
- Podążaj – powtórzył Eryk, ale zaraz się poprawił. – Przepraszam, to czego ode mnie potrzebujesz?
- Pogadajmy.
- Ale jak, jak psiapsiółki?
- No nie, zostanemy oczywiście w formule coachingowej, ale niech ja będę dla ciebie ważniejsza niż cała ta, ćwiczona miesiącami, struktura rozmowy, ok?
- Jasne – Eryk na chwilę zawiesił głos i wziął głęboki oddech. - To wróć do pytania, czym miałyby się zakończyć ta rozmowa, żebyś była usatysfakcjonowana?
- Trudno mi zważyć, co będzie możliwe, wiesz, mętlik...
- Wiem, mętlik – potwierdził Eryk uśmiechając się nieznacznie. – Sprawdź co możesz z tego mętlika wyłowić.
- Marta uśmiechnęła się.
- O, teraz znacznie lepiej. Co mogę wyłowić... - zastanawiała się z grymasem bólu na twarzy. Eryk milczał. – Chyba najbardziej to chciałabym spojrzeć z racjonalnej perspektywy na moją obecną sytuację. Wiesz, jak sama się nad nią zastanawiam, to zawsze, ale to zawsze górę biorą emocje i odcinam sobie intelekt i możliwie rozsądne spojrzenie na fakty i moje motywacje. W takim razie może to, co?
- Czyli co?
- Czyli pomóż mi popatrzeć na moją obecną sytuację z perspektywy faktów.
- Jasne. To byłby cel?
- Tak.
- Po czym poznasz, że go zrealizowałaś?
- Mierników nie jestem w stanie ci podać, ale jeśli uda nam się pogadać bez nadmiernych emocji z mojej strony i przyjrzeć się w miarę obiektywnie, to wystarczy.
- 

- 
- Jakich wniosków się spodziewasz po tej rozmowie?
- Że zrobiłam dobrze. Albo, że źle, ale chcę skończyć tą rozmowę z jakimś konkretnym przekonaniem, które nie musi mnie zachwycić, ale musi być konkretne. Jak mi się nie spodoba, to przynajmniej będę wiedziała, że zawałam i pomyślę, jak to naprawić. A jak się spodoba, to zacznę układać moje przyszłe działania w oparciu o tą wiedzę. Tyle.
- To brzmi konkretnie.
- O widzisz? Już się zaczynają konkrety – uśmiechnęła się Marta.
- To jeszcze zapytam, jaki mam być dla ciebie?
- Bądź jak Eryk. Zachowuj się tak, jak Eryk powinien się zachowywać.
- Wiesz, że lubię docisnąć klienta...
- Wiem.
- No dobra, to opowiedz, z czym aktualnie się mierzysz?
- Jak już wiesz, jednego dnia wywalili mnie z pracy, natychmiast, tali blitzkrieg. Z tego co wiem, do tej pory nie mają nikogo na moje miejsce, ale to nie przeszkodziło im mnie zwolnić. To znaczy podpisać ze mną porozumienie stron, bo tak to się formalnie odbyło. Masakra jakaś, jak sobie przypomnę to biuro, prezesa, moją nieszczęsną, Bogu ducha winną asystentkę, tego cholernego, śliskiego informatyka...
- Marta, mam wrażenie, że się uruchamiasz – przerwał jej Eryk.
- Co? – odparła, jak wyrwana z transu.
- Nakręcasz się. Chciałaś obejrzeć sytuację racjonalnie, a widzę, że znowu wchodzisz w emocje.
- Masz rację, dzięki.
- Co cię najbardziej uwiera w tej sytuacji?
- Hmm... - Marta spojrzała w dół, zaplotła ręce na piersiach i zamilkła. – Hmm... - powiedziała po chwili.
- Dobrze pytanie. Nie wiem. Znaczący wiem, ale jest tego tak dużo, wiesz, wszystkie myśli nagle do mnie wracają. Naraz, stadnie.
- Która z nich jest osobnikiem alfa w tym stadzie?
- Znaczący największa?
- Największa, najsilniejsza, pierwsza, najszybsza, najbardziej spektakularna... Ty decyduj. Taką wiesz, najbardziej.
- Która z nich jest najbardziej, czekaj... Mogę zamknąć oczy?
- Nie.
- Co?
- Po co pytasz? – uśmiechnął się Eryk. Marta, która przez sekundę wyglądała, jakby dostała obuchem w łeb, też się uśmiechnęła i zamknęła oczy.
- No dobra, mam to. Nie śmieję się, ale z tej kurzawy rozpedzonych bizonów, jeden wybija się ponad wszystkie.
- Jak wygląda?
- Trudno mi powiedzieć. Większy niż inne, wydaje się groźniejszy, ale to chyba nie to. Może bardziej zdeterminowany, wiesz, taki, że nie zrobi nikomu krzywdy, ale jak się go sprowokuje, to zabije bez





mrugnięcia powieką, a potem nie będzie czuł żalu. Co ja pieprzę... - uśmiechała się Marta spod zamkniętych powiek.

- Marta, to się nazywa metafora – droczył się Eryk. – Jest niegroźna, uczyłaś się o niej, ale widzę, że nie rozumiałaś tabelki.

- Podoba mi się. Czy jej mąż to metafor?

- Tak – uciął Eryk nie mogąc powstrzymać uśmiechu. - No dobra, to co jest tym bizonem w twojej sytuacji?

- Czekaj, jak już zaczęłam tą metaforę, to pobawię się nią trochę... Jest wyraźny. Silny, ale łagodny. Jakby poukładany, w sensie, jest dokładnie w tym miejscu, w którym powinien być. I jest dokładnie taki, jaki powinien być. Wiesz, właściwy bizon na właściwym miejscu...

- I?

- No właśnie nie wiem.

- Która z myśli ma cechy tego bizona?

- Pewność.

- Pewność – powtórzył Eryk.

- Nie, czekaj... Spójność.

- Spójność.

- Tak, spójność. Decyzyjność, wolna wola, dużo tych myśli. Widzisz, wciąż dużo myśli – Marta otworzyła oczy, nieco rozczarowana.

- Poczekaj, mogę ci powiedzieć, jak ja to widzę?

- No pewnie.

- Rzeczywiście mówisz o kilku rzeczach, ale ja mam wrażenie, że one wszystkie są w jednym worku.

- Tak?

- No dla mnie tak to wygląda. Sprawdź, jak jest u ciebie.

- No dobra. Co ja mówiłam... Pewność, wolna wola, decyzyjność...

- I spójność.

- I spójność. Jeden worek, mówisz?

- Jeden worek u mnie, a jak jest u ciebie?

- Kurczę, tak myślę, że tu chodzi o to, że się przez chwilę zawahałam. Że, kiedy mnie zwalniali stwierdziłam, że decydując się zatrudnić ojca mojej przyjaciółki, postąpiłam niezgodnie z prawem – Marta znów zawiesiła głos.

- To prawda? – dopytywał Eryk.


- No w sumie tak, ale jednocześnie postąpiłam zgodnie z sumieniem i w zasadzie nikogo nie skrzywdziłam.


- Jaki masz z tego wniosek?

- Gdybym miała jeszcze raz zdecydować, wiedząc to, co dzisiaj wiem, zrobiłabym dokładnie tak samo.

- Jaki masz z tego wniosek? – dociskał Eryk.

- Że zrobiłam dobrze. Jestem tego pewna. To była moja, autonomiczna decyzja, bez robienia wielkiej łaski przyjaciółce.





- Słyszę pewność, decyzyjność, wolną wolę i chyba spójność... - zauważył Eryk.

- Tak? – zdziwiła się Marta.

- Powiedziałaś, że jesteś pewna, że zrobiłaś dobrze, że to była autonomiczna decyzja.

- A faktycznie – uśmiechnęła się Marta.

- Więc słyszę wszystkie te cechy, o których wspomniałaś wcześniej i to wszystkie zamknięte w tej jednej decyzji. Jak to teraz dla ciebie wygląda?

- Sama nie wiem, skołowana jestem...

- Dobra – uciął Eryk. – Zamieńmy się miejscami. Chodź, siadaj tutaj – Eryk wstał i wskazał Marcie swoje krzesło.

- No okej... - powiedziała nieprzekonana i zajęła jego miejsce, podczas gdy on usiadł na jej krześle.

- To powiedz teraz, co byś mi powiedziała, gdybym to ja miał takie dylematy, wiesz, że nie mam pewności odnośnie tego, czy zrobiłem dobrze, czy...

- Wiem – przerwała mu Marta. – Mam to. Co bym ci powiedziała? Żebyś przestał rozkminiać, bo zwariujesz. Skoro podjąłeś decyzję o nielegalnym zatrudnieniu człowieka ponad dwa lata temu i od tamtej pory robiłeś wszystko, żeby sprawa nie wyszła na jaw, to oznacza, że musiałeś mieć absolutną pewność, że to była właściwa decyzja. Więc albo wreszcie przyjmiesz to, jako fakt, albo musisz uznać, że jesteś impregnowany intelektualnie i twoje procesy decyzyjne, z zasady są niewłaściwe.

Eryk milczał widząc, co dzieje się z Martą po wypowiedzeniu rady dla samej siebie. Opuściła głowę, wsunęła dłonie pod uda, palce stóp skierowała do siebie i wyglądała, jak mała dziewczynka której kazano pozować do rodzinnego zdjęcia. Miała napięte mięśnie, a prawą stopą poruszała nerwowo, opierając ją palcami o podłogę, machając piętą w górę i w dół. Trwała w tej pozie dobre dwie minuty.

- Co się teraz dzieje? – przerwał w końcu ciszę Eryk. Marta podniosła głowę i spojrzała na niego. W jej oczach, prócz łez, zauważył te same pokłady siły, które widział, kiedy zaczęli zajęcia kilka miesięcy wcześniej. Uspokoiła się i przestała ruszać stopą, patrzyła na niego bez słowa i pozwalała łzom spływać po twarzy. W końcu zamknęła powieki, przetarła policzki dłońmi i powiedziała:

- Powinniśmy się przesiąść.

Eryk bez słowa wstał i zamienił się z Martą miejscami. Ta westchnęła, raz jeszcze przetarła policzki i powiedziała:

- Pieprzyć to.

Eryk wyglądał na zdezorientowanego.

- Co chcesz pieprzyć? – powiedział niepewnie. Marta parsknęła śmiechem, jednocześnie zakrywając twarz dłońmi.

- Dajcie mi chusteczkę, posmarkałam się – chichotała pochylona wpół, z wciąż zakrytą dłońmi twarzą. Sala gruchnęła śmiechem, Eryk również parsknął. Siedząca najbliżej Kamila natychmiast wysypała na podłogę zawartość własnej torebki i podała Marcie zamknięte foliowe opakowanie. Marta bezwiednie chwyciła paczuszkę i pisnęła przez śmiech i łzy:

- To jest podpaska!

Kolejny ryk śmiechu przetoczył się przez salę, Kamila podeszła do Marty i wyrwała jej przedmiot, a ktoś z boku podał chusteczki higieniczne. Marta wycierała nos i próbowała się uspokoić, Kamila,





trochę zażenowana, chowała zawartość z powrotem do torebki, a Eryk obserwował to wszystko z mieszaniną dumy, niepewności i strachu.

- Przepraszam Kamila – Marta zwróciła się do koleżanki pojednawczo.

- Luz, nic się nie stało – odpowiedziała Kamila śmiejąc się. – Dobrze, że nie podałam ci składanego śrubokrętu, bo też go noszę w torebce.

- Słuchajcie – wtrąciła się Anna, prowadząca zajęcia. – Jeśli jesteście w stanie się uspokoić, to zależałoby mi, żebyśmy wrócili do sesji. To bądź, co bądź egzamin.

Większość osób wzięła głęboki oddech i spoważniała, sala powoli się uspokajała.

- Dobra – powiedział Eryk. – To na czym skończyliśmy?

- Na pieprzeniu – odparła Marta i znów zaczęła się śmiać. Po chwili jednak przyłożyła chusteczkę do nosa, uspokoiła się i wróciła do rozmowy. – Już, przepraszam. Tak poważnie, to nie wiem do końca, co się tutaj stało.

- Hmm – mruknął Eryk, uśmiechając się znacząco.

- Oj nie, wiem co widziałeś, ale zastanawiam się, co się stało wewnątrz mojej głowy, że tak powiem.

- Jak możesz to opisać?

- Śmieszne, jakby to napięcie, które od pewnego czasu niezauważalnie rosnęło, nagle przybrało na sile i eksplodowało. Przepraszam, ale jedyne porównanie, które teraz przychodzi mi do głowy to taki megaorgazm. To podobno najwyższe uczucie psychofizyczne, więc naprawdę dobrze oddaje to, jak się w tej chwili czuję.

- A jak się czujesz?

- Chce mi się zapalić... - rozmarzyła się Marta.

- Jasne – odparł Eryk, znający smak papierosa po.

- Wiesz, poczucie ulgi, spokój, taki błogostan. Nic się nie liczy, jestem zanurzona w sobie i chyba szczęśliwa.

- Potrafię to sobie wyobrazić – uśmiechnął się porozumiewawczo.

- No właśnie. To teraz mam podobnie. Czuję się spokojna, jakbym złapała równowagę.

- Skąd ten spokój?

- Nie wiem, kurczę, to tak, jakby wszystkie emocje w jednej chwili przyspieszyły zakotłowały się i uleciały zostawiając bezchmurne niebo.

- Kolejna metafora – zauważył Eryk z nieukrywaną ironią.

- Widzisz?

- No widzę. Ale widzę, a właściwie słyszę coś jeszcze.

- No? – zaciekała się Marta.

- Przypomnisz cel na sesję? Pamiętasz, co chciałaś osiągnąć?

- No tak. Chciałam się temu przyjrzeć racjonalnie, z perspektywy faktów, bez uruchamiania emocji.

- No właśnie, a ja słyszę...

- Dobra, nie kończ – przerwała mu zdecydowanie. – Faktycznie. Może to rzeczywiście jednak nie o fakty chodziło. Tak naprawdę, to w tej rozmowie niewiele faktów się pojawiło...

- No niewiele.





- Ale jaja... - powiedziała Marta i się zamyśliła. Eryk po raz kolejny nie przerywał jej milczenia. –
Niesamowite.

- Co jest niesamowite?

- To, że sama nie potrafiłam do tego dojść.

- Tak?

- No tak. To było tak natrętne, te myśli wciąż wracały, po kilka razy dziennie, a razem z nimi niepewność, wyrzuty sumienia, potem znowu pewność, potem strach, ech... Nie byłam w stanie sama tego poukładać. Co zabawne, w rozmowie z tobą, z całym szacunkiem, bo nie zamierzam przeceniać twojej roli, ale do cholery jednak musiałeś tutaj być, żeby stało się to, co się stało.

- Widzisz, przeżyłaś ze mną orgazm – zaśmiał się Eryk.

- Nie wlewaj sobie, nie z tobą, tylko przy tobie, a to znacząca różnica – odcięła się Marta. – Sama go sobie zafundowałam.

- A jednak beze mnie nie potrafiłaś – droczył się Eryk.

- To prawda – ulegała Marta. – I to właśnie jest niesamowite... - znów się zamyśliła. – Szok.

- Pamiętasz, jak opisałaś spodziewane efekty tej naszej rozmowy?

- No... Potrzebowałam pewności, czy zrobiłam dobrze, czy źle.

- I?

- To chyba widać, co?

- No widać – uśmiechnął się Eryk. – Mówiłaś też o tym, jak będziesz działać, w zależności od tego, w którym kierunku pójdzie ta pewność.

- No tak.

- To co możesz teraz z tym zrobić?

- Mogę zacząć szukać nowej pracy – odparła Marta konstatując, że Eryk pyta o opcje, czyli kolejny żelazny element sesji coachingowej. Nie miała najmniejszej ochoty na ułatwianie mu egzaminu i prowadzenie jej, jak po sznurku. Z drugiej strony nie chciała też go pogrążyć, ale ta sesja była tak esencjonalna i jednocześnie tak osobista, że postanowiła pociągnąć rozmowę w takim kierunku, jaki akurat jej w duszy grał. I niech on się martwi, w końcu to jego egzamin. - ...ale nie chcę. – dodała w końcu. – Wiem dokładnie, co zrobię. Wracam do domu.

- Do domu?

- Dzięki Bogu, mojej pracowitości i zdrowemu rozsądkowi, mam przyzwoite oszczędności, więc jeszcze dziś porozmawiam z mężem i kupuję bilet na najbliższy lot do zachodnich Indii, gdzie jest mój dom.

- Wow! – westchnął Eryk. – Słyszę dużą determinację.

- No... - uśmiechnęła się zwycięsko Marta.

- Jakież jeszcze inne pomysły na działanie?

- Żadnych. Nie mam najmniejszej ochoty na wymyślanie innych opcji. Ta jest właściwa, nie mam żadnych wątpliwości.

- Widzę.

- Już zaczynam się cieszyć!





- A twój mąż?

- Piotrek? Podejrzewam, że nie pozwoli mi podejść do komputera i przesiedzi pół nocy, żeby znaleźć mi najbardziej komfortowe połączenie i hotel. Gdybyśmy nie mieli pieniędzy, sprzedałby nerkę, bylebym mogła wyjechać – oczy Marty znowu się zaszkliły.

- A dzieci?

- Jeśli miałabym je skazać na oglądanie matki w takim stanie, w jakim mnie widują ostatnio, to wyrzuciłabym im większą krzywdę, niż wyjeżdżając. Zrozumieją; od zawsze pokazujemy im to, że można mieć rodzinę i jednocześnie dbać o własne potrzeby. Poza tym zostają z tatą...

- Jak ci jest z taką świadomością?

- Błogo... Eryk, jestem cholerną szczęściarą, wiesz?

- Tak to wygląda... - zauważył Eryk i westchnął. – To co, możemy kończyć?

- Możemy.

- Jak ocenisz tą sesję w skali od jednego do dziesięciu?

- Chyba żartujesz. Z dwieście!

- Jaki kluczowy wniosek z niej bierzesz?

- Ciekawe. Przychodząc tutaj, do szkoły, miałam mieszane uczucia odnośnie coachingu. Wiesz, że to trochę kozetka terapeutyczna, trochę szarlataneria, trochę moda, trochę nie wiadomo co, bo nie mamy doradzać, rozwiązywać problemów klientów, wiesz... A teraz, kiedy z tobą pogadałam widzę, że rzeczywiście nie rozwiązałaś mojego problemu, że zrobiłam to sama, ale jednak bez twojej obecności, pytań, obserwacji jakoś nie mogłam sobie z tym poradzić. No więc kluczowy wniosek jest taki, że to były bardzo dobrze zainwestowane cztery, nie pięć miesięcy.

- Mhm...

- No a z samej sesji? Już chyba mówiłam, że jednak chodziło o emocje. Że kiedy pozwoliłam sobie je zrozumieć, zamiast wypierać, okazało się, że to właśnie w nich była odpowiedź. Kurczę, one rzeczywiście mają funkcję informacyjną, dzisiaj się o tym przekonałam w stu procentach.

- A co, jeśli chodzi o mnie? Co ci pomagało, a co mógłbym następnym razem zrobić lepiej?

- Byłeś idealny – powiedziała Marta bez cienia kokieterii.

- Tak? Niczego do zmiany?

- Eryk, prosiłam na początku, żebyś ze mną porozmawiał i nie spodziewałam się fajerwerków. To, co dostałam, to najgłębsza sesja, której tutaj doświadczyłam. Nie wiem, jak oceni ją Anka, ale jeśli powie choć jedną negatywną rzecz, to przegryzę jej tętnice – Marta odwróciła się do Anki i zmrużyła oczy żartobliwie. – Jeśli coaching jest czymś innym, niż to, co zrobiłeś tutaj ze mną, to ja nie chcę zostać coachem, chcę być Erykiem.

- Wreszcie będziesz mogła z przyjemnością patrzeć w lustro – mrugnął do niej okiem. – Mnie zobaczysz.

- To ja może jeszcze jednak poczekam, co powie Anka – uśmiechnęła się Marta, ale po chwili spoważniała. – Eryk, bardzo ci dziękuję, to była naprawdę jedna z ważniejszych rozmów w moim życiu.

- Dziękuję Marta – Eryk podał jej rękę, kończąc sesję.



Adam Walerjańczyk

W swojej najnowszej powieści rozprawia się z prawdami i mitami o coachingu i rozwoju osobistym nie tyle przy pomocy naukowych dowodów, ale sprawnie opowiedzianej i wciągającej fabuły.

Historia zaczyna swój bieg od tytułowego eventu, by potem wprowadzić czytelnika w świat trojga kluczowych bohaterów, ich wyborów i sposobów na radzenie sobie z życiem. Poznajemy Martę, menadżerkę wysokiego szczebla w topowej agencji medialnej, Aleksa, handlowca, który ma dość swojej pracy i klientów, którzy nim pogardzają oraz Wiktora, metodycznego i bezlitosnego wroga Marty.

Trzy różne historie, trzy różne systemy wartości, trzy różne drogi rozwiązywania problemów. Każdy z bohaterów radzi sobie z nimi inaczej a w tle ich decyzji pojawia się zarówno prawdziwy coaching, jak i pseudorady rozwojowych guru, mechanizmy zemsty i uzależnienia, budowanie i rujnowanie relacji z najbliższymi, wszystko to, co dzieje się często między nami w realnym świecie...

UWAGA!

To nie jest kolejny podręcznik dla coachów.

To historia napisana z zawodowej potrzeby pokazania jak działają „guru rozwoju osobistego”,

którzy mają świetny marketing, są głośni i popularni, oraz jak działa coaching, jako metoda cicha, mniej spektakularna i kolorowa,



GRUPA SET

stwarzamy możliwości