



„...hű lelkek násza nem ismer akadályt!”

Egy rendhagyó coaching eset leírása

Shakespeare írta ezeket a sorokat a 116. szonettjében. Ha ma élne, biztos, hogy érdekelné a coaching. Érdekelné az ember maga, a kapcsolatok zűrzavaros és szenvedélyes rendszerének kisimítása, a lélek keresése, az emberi támogatás ereje. A következő eset ismertetés gyönyörű példája a szonett sorainak. Coachként igazi misszió számomra, hogy az embereket megismertessem a csoportos coaching lehetőségével. Olyan teret hozzak létre, ahol dolgozhatnak témáikon, elfogadó biztonságot, és feltétel nélküli támogatást kaphatnak egymástól, tőlem. Rendszeresen vezetek Watson Coaching Nyílt Esteket, ahová bárki jöhet.

Azért hívom rendhagyó coachingnak, mert nem szokványos helyszínen és módon történik a coaching munka. Ezen a Nyílt Esten körülbelül harmincan vettek részt. Cselekvésorientáltan dolgozom, vagyis pszichodramatikus alapon, használok színpad teret, ahol bármi megjelenhet, lejátszódhat, vizualizálódhat. A cselekvés túlmutat a beszéden, szavakon. A csoport tagjai egymás segédénjei, vagyis abban támogatják a főszereplőt, amire a coaching munkája során szüksége van.

„Bármit a színpadra rakhatott volna, mégis a legerősebb és legfájdalmasabb történetét tárta elénk. Saját magának dolgozott.”

A Nyílt Est bemelegítő gyakorlata egy szerepcsere volt, párban. Cserélj szerepet valakivel, és a társad interjúvoljon meg téged ebben a szerepben! – volt az instrukció. A játék után többen kifejezték élményüket. Én ráhangolódtam egy férfiemberre, Tamásra, aki a feleségével cserélt szerepet, és kedves élcélődéssel beszélt erről. Kiinvitáltam a nagycsoport elé, hogy dolgozzunk tovább. Jött bátran, bár még nem vett részt ilyen csoportos coachingban. Azt ajánlottam, hogy csináljuk meg a kapcsolati idővonalát a feleségével, nézzünk rá fontos állomásokra a színpadon. Tetszett neki az ötlet, bár nem tudta, hogyan fogjuk megvalósítani. Nem is kellett tudnia, hiszen a rendezője én voltam ennek a munkának, ő pedig írta a forgatókönyvet.

Miután csoportban és cselekvésorientáltan dolgoztunk, minden állomást egy férfi és egy nő párosa szimbolizált. Tamásnak az volt a feladata, hogy megmondja az időt és válasszon a csoportból egy férfit (saját magának) és egy nőt (feleségének) majd „szobrássza meg”, vagyis alkosson egy képet, egy élő szobrot, ami kifejezi a kapcsolatukat abban az időszakában. Az első pár a mában, ölelték egymást. Aztán Tamás jelezte, hogy nem mindig van ez így. Kértem, hogy csináljon egy másik képet is a mához, ami kifejezi ezt. Ebben a képben ő és a felesége neheztelve, értetlenül nézik egymást, nincsenek egy hullámhosszon, messze állnak, egymással szemben. A mában tehát kétféle kép volt. Tamás ma, 42 évesen így éli meg a kapcsolatukat.

A következő időszak a kezdetek. 18 évesen lettek egy pár, ebben a képben megjelent a férfi hódítása, a mozdulat, ahogy megfogja, akarja a nőt, talán egy életre. Kértem, hogy még két lényeges állomást hozzon ide. Tamás elgondolkodott, mi figyeltük őt, nem sürgettük. Megéreztek, hogy a csendnek jelentősége van. Lassan elindult az új kép megalkotása. Ebben az időszakban a pár elvesztette a gyermekét. Tamás a csoportból választott férfit és nőt egymás felé fordította, és annyit mondott, hogy nézzétek erősen egymást, fogjátok erősen egymás kezét, együtt élitek túl. Beléptünk Tamás világába, ott voltunk vele mindannyian, abban az időben, abban a szörnyűségben. Tiszteltem a bátorságáért. Bármit a színpadra rakhatott volna, mégis a



legerősebb és legfájdalmasabb történetét tárta elénk. Saját magának dolgozott.

Kértem, hogy hozza a következő időt, állomást. Ez az az idő volt, amikor megszületett a következő gyermekük. Megalkotta a képet, ő a felesége és a gyermek voltak a szereplők, szorosan egymásba

karolva, átölelve egymást. Szép és megrendítő volt egyszerre. Ott állt a színpadon öt páros, öt kép Tamás életéből.

Ez egy coaching munka volt, nem elégedhettünk meg azzal, hogy csak megjelenítjük a képeket. Azt kérdeztem, hogy melyik Tamás ezek közül a legbölcsebb? Azt a Tamást választotta, aki a gyermekével és a feleségével ölelve áll. Kértem, hogy menjen bele abba a képbe, és onnan nézzen rá a mai Tamásra, aki nem érti a feleségét. Tamás beleállt az ölelésbe, odanézett arra a képre, ahol értetlenkednek. Kértem, hogy szóljon annak a Tamásnak. Rögtön jött a hangos jótanács: „Értsd már meg!” Szerepcsere, vagyis Tamás belement a mai képbe, és meghallgatta azt a tanácsot. Jött is a válasz: „hogyan? hogy értem meg?” Szerepcsere, hiszen ő tudja a választ, abból az idősíkból. Onnan jöttek is a gondolatok: „Beszéljess vele, hallgasd meg, legyél vele többet, kérdezz, figyelj!” Szépen, szelíden beszélt, bölcsen írta le mit lenne jó tenni. Tamás meghallgatta a mai képben, és megértette. Meghallotta. Észlelte és belátta. Már másként volt jelen. Már másként látta a feleségét és saját magát is. Még belehelyeztem abba a képbe, ahol megöleli a feleségét, és tudtam akkor és ott, már másként ölel.

Tamás a coaching munka végén sok megerősítő, és megható sharinget, élménymegosztást kapott. A csoport kapcsolódott hozzá, az emberek nagyra értékelték nyíltságát, merészségét, emberiségét.

Tamás a csoportban dolgozott, a csoport által, a csoport számára.

James Hollis írja Édenterv könyvében: „minden kapcsolatunk minősége egyenes arányban van azzal, hogy önmagunkkal milyen viszonyban vagyunk.” Tamást mindannyian tiszteltük a teremben azért, ahogyan felvállalta magát, erőfeszítést tett, hogy saját magát, működését változtassa. A csoport, a segédének, a coaching jól szolgálták ezt.

Hollis szerint akkor adjuk a legnagyobb ajándékot másoknak, ha a legjobb énünket adjuk nekik. Hálások voltunk Tamásnak, hogy megismerhettük a legjobb énjét, és általa megkereshettük a sajátunkat.