

# Diagnostika profesní role

Kdo jste v kontaktu s klientem?

---

*U každé situace vyberte jednu variantu (A, B, C nebo D), která nejlépe odpovídá vašemu prvnímu impulsu, jak byste se zachovali.*

## 1. Klient říká: „Mám neustálé konflikty s nadřízeným, nevím, jak s ním mluvit.“

- A) Nabídnu mu nácvik asertivních technik a konkrétní věty, které může použít.
- B) Zeptám se ho, koho mu ten nadřízený připomíná z jeho minulosti a proč na něj tak silně reaguje.
- C) Navrhnu, že zprostředkuji schůzku mezi ním a šéfem, abychom vyjasnili očekávání obou stran.
- D) Pomohu mu definovat, jakého konkrétního výsledku chce v komunikaci se šéfem dosáhnout příští týden.

## 2. Klient je zaseknutý v rozhodování mezi dvěma pracovními nabídkami.

- A) Uděláme analýzu silných a slabých stránek obou pozic a podíváme se na jeho vizi za 5 let.
- B) Řeknu mu, jak jsem se v podobné situaci rozhodoval já a co mi tehdy pomohlo.
- C) Budeme zkoumat, jaký vnitřní strach mu brání udělat rozhodnutí a co se v něm děje, když si představí neúspěch.
- D) Pomohu mu najít průsečík mezi jeho požadavky a nabídkami zaměstnavatelů, aby došlo k oboustranné spokojenosti.

## 3. Klient během sezení propadne hlubokému smutku a říká, že nic nemá smysl.

- A) Zkusím ho přivést k tomu, co v jeho životě stále funguje a na čem se dá stavět.
- B) Zůstanu s ním v tom pocitu a společně prozkoumáme, co mu tento smutek chce o jeho životě říct.
- C) Doporučím mu knihu nebo metodu, která pomáhá na depresi a špatnou náladu.
- D) Budu se snažit vyjednat s ním „pakt“, že do příště udělá aspoň jednu aktivitu, která mu udělá radost.

## 4. Manželé přijdou s tím, že se nedokážou dohodnout na výchově dětí.

- A) Pomohu jim najít společná pravidla a kompromisy, které budou oba ochotni dodržovat.
- B) Budu s každým zvlášť pracovat na tom, jaké vzorce výchovy si nesou ze své původní rodiny.
- C) Nastavíme plán konkrétních kroků a kontrolních bodů pro příští měsíc.
- D) Vysvětlím jim základy vývojové psychologie, aby pochopili potřeby svých dětí.

## 5. Klient si stěžuje, že nemá na nic čas a je vyhořelý.

- A) Naučím ho techniky time-managementu a prioritizace úkolů.
- B) Pomohu mu optimalizovat jeho denní rozvrh, aby byl efektivnější.
- C) Budu zkoumat, proč má potřebu být neustále výkonný a čím uznání se tím snaží získat.
- D) Navrhnu mu, aby si promluvil s rodinou a rozdělili si povinnosti férověji.

## 6. Klient se bojí mluvit před lidmi.

- A) Budeme pracovat s obrazem jeho „vnitřního kritika“, který ho v dětství umlčel.
- B) Dám mu tipy, jak pracovat s dechem a jak si připravit prezentaci.
- C) Stanovíme si postupné cíle – od mluvení před jedním člověkem až po skupinu.
- D) Pomohu mu najít způsob, jak se s publikem dopředu domluvit na pravidlech.

## **7. Klientka chce zhubnout, ale nedaří se jí to.**

- A) Sepíšeme přesný jídelníček a pohybový plán.
- B) Budeme sledovat progres a hledat zdroje motivace, když váha neklesá.
- C) Podíváme se na to, jakou citovou prázdnotu se snaží jídlem zaplnit a co tím „zajídá“.
- D) Pomohu jí vyjednat s partnerem, aby ji v hubnutí více podporoval a nekupoval sladkosti.

## **8. Podnikatel řeší spor se společníkem ve firmě.**

- A) Budu moderovat jejich diskusi, aby se domluvili na rozdělení kompetencí bez emocí.
- B) Poradím mu na základě svých zkušeností, jak právně a procesně firmu ošetřit.
- C) Budeme zkoumat jeho strach z opuštění nebo zrady, který se v tomto sporu aktivuje.
- D) Zaměříme se na strategii, jak firmu i přes spor udržet v zisku a v růstu.

## **9. Klient se cítí osamělý, i když má kolem sebe lidi.**

- A) Navrhnu mu konkrétní kroužky nebo aktivity, kde může potkat spřízněné duše.
- B) Budeme hledat, jak si klient sám v sobě staví bariéry proti blízkosti a proč se necítí bezpečně.
- C) Naplánujeme, že každý týden osloví jednoho nového člověka.
- D) Pomohu mu vykomunikovat jeho potřeby s lidmi, které už kolem sebe má.

## **10. Klientka se nedokáže prosadit v mužském kolektivu.**

- A) Budeme trénovat techniky verbální dominance a řeč těla.
- B) Pomohu jí vyjednat si lepší pozici u vedení firmy.
- C) Zaměříme se na zvyšování sebevědomí skrze dosahování malých úspěchů.
- D) Půjdeme ke kořenům jejího vnímání autorit a k tomu, jak vnímala roli mužů ve svém dospívání.

## Vyhodnocovací klíč (pro lektora)

Otázka	Terapeutický kouč	Kouč	Poradce / Mentor	Mediátor
1	B	D	A	C
2	C	A	B	D
3	B	A	C	D
4	B	C	D	A
5	C	B	A	D
6	A	C	B	D
7	C	B	A	D
8	C	D	B	A
9	B	C	A	D
10	D	C	A	B

*Většina odpovědí v sloupci "Terapeutický kouč" značí přirozený sklon k práci s hloubkou a nevědomím.*