



SZKOŁA COACHINGU  
KATARZYNA KUZAK

# MODEL MOTYLA

Nowatorski model sesji coachingowej,  
dzięki któremu zyskasz  
Coachingowe FLOW.

W O R K B O O K



# Hej! Tu Kasia Kuzak!

Nazywam się Katarzyna Kuzak i jestem Psychologiem oraz ICF Master Certified Coachem. Pomagam coachom i liderom w rozwijaniu kluczowych umiejętności oraz osiągnięciu Coachingowego Mistrzostwa. Uczę coachingu oraz wspieram w przygotowaniach do akredytacji na poziomie ACC i PCC. Prowadzę indywidualne i grupowe procesy rozwoju osobistego, wspierając klientów w sięganiu sedna oraz urzeczywistnianiu swojego potencjału.

Bardzo się cieszę, że spotkamy się na warsztacie dotyczącym MODELU MOTYLA. Ten nowatorski model sesji coachingowej został przeze mnie stworzony z myślą o coachach, którzy chcą nabrać jeszcze większej swobody w prowadzeniu sesji, zyskać pewność siebie, a przede wszystkim poczuć Coachingowe FLOW.



Przygotowałam dla Ciebie materiały szkoleniowe, które pomogą Ci zachować kluczowe informacje płynące z MODELU MOTYLA. Dzięki temu z łatwością wdrożysz otrzymane wskazówki do Twoich sesji.

Wierzę, że ten warsztat wniesie do Twojej pracy to, czego potrzebujesz. Czerp z niego jak najwięcej, wyciągaj wnioski, szukaj inspiracji i działaj!

Powodzenia!

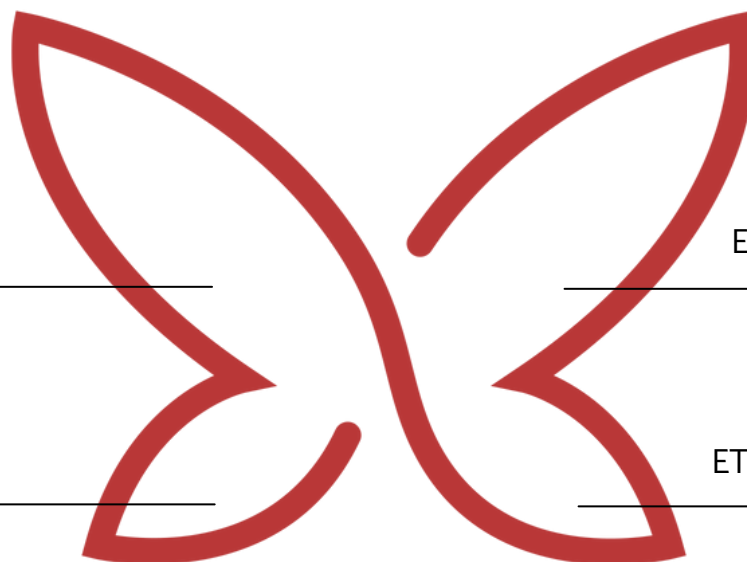
*Kasia Kuzak*

## WORKBOOK

Jakie znasz modele coachingowe? Z którego korzystasz najczęściej?

Które momenty sesji coachingowej są dla Ciebie najtrudniejsze?

## MODEL MOTYLA



ETAP:

\_\_\_\_\_

ETAP:

\_\_\_\_\_

ETAP:

\_\_\_\_\_

ETAP:

\_\_\_\_\_

Kuzak, K., (2020) MODEL MOTYLA - wielowymiarowy model sesji coachingowej dla coachów na różnych poziomach zaawansowania zawodowego. W: Coaching. Nowe perspektywy i wyzwania. Wyd. Akademia Leona Koźmińskiego, Warszawa.

## SYSTEMOWE KONTRAKTOWANIE

Co się zmienia, kiedy KONTRAKT znajduje się w centralnej części modelu?

ETAP I:

Jakie pytania stosuje coach, by określić cel na sesję oraz aby ją zakontraktować?

ETAP II:

Jak wykorzystać kontrakt na etapie budowania doświadczenia klienta?

### ETAP III:

W jaki sposób nawiązać do kontraktu na etapie budowania planu działania?

### ETAP IV:

Jak ma się kontrakt do sprawdzenia wartości, jaką klient zabiera z sesji oraz docenienia coachee?

### PODSUMOWANIE:

W czym systemowe ujęcie kontraktowania jest szczególnie pomocne?

Czego do tej pory nie robiłem/-am podczas sesji w odniesieniu do kontraktu?

O czym chcę szczególnie pamiętać w kolejnych sesjach?

## SYSTEMOWE KONTRAKTOWANIE: MOJE NOTATKI



### ENERGIA SESJI

Kiedy podczas sesji coachingowej mówimy o wyzwaniu klienta oraz o problemie, który stara się rozwiązać - .....

Kiedy wprowadzamy go w wizualizację, budujemy doświadczenie - zabieramy go do przestrzeni, w której .....

Kiedy pracujemy nad planem działania - osadzamy klienta ponownie w jego .....

Kiedy pytamy klienta o wartość z sesji oraz doceniamy jego pracę na sesji - odwołujemy się do .....

## ENERGIA SESJI

Zaznacz na Modelu Motyla te etapy sesji coachingowej, które uziemiają klienta i sprowadzają go do jego teraźniejszości oraz te, które go uskrzydłają.



## ENERGIA SESJI: MOJE NOTATKI

## PRACA GŁOSEM

Ton przyjaciela

Ton wizjonera

Ton wojownika

Ton mędrca

### PRACA GŁOSEM A ETAPY SESJI COACHINGOWEJ

Zaznacz na Modelu Motyla, na których etapach sesji dominują poszczególne tony głosu.



## PRACA GŁOSEM: MOJE NOTATKI

### BOLĄCZKI COACHA:

#### CASE:

Lubię pracować z klientem w wizualizacji. Klient czuje wtedy, że wszystko może. Widzi, jak realizują się jego plany i marzenia. Jak staje się taki, jakim chce być.

#### BOLĄCZKA:

W jaki sposób delikatnie zabrać klienta z takiej przestrzeni i "zgrabnie" zaprosić go do tworzenia planu działania?

#### ROZWIĄZANIE:

## ZJEŹDŹALNIA

Zaznacz na Modelu Motyla to miejsce, które nazywane jest ZJEŹDŹALNIĄ. Zrób to wielokrotnie i poczuj, jak zabierasz klienta z przestrzeni, gdzie wszystko jest możliwe, do jego terażniejszości w sposób, który mu naprawdę służy.



### PYTANIA, KTÓRE WARTO ZADAĆ

Wypisz pytania, które warto zadać klientowi podczas sesji, aby łagodnie przejść z wizualizacji lub innego doświadczenia do budowania planu działania.

## ZJEŹDŻALNIA: MOJE NOTATKI

## PUNKTY ZWROTNE W SESJI ( KULMINACYJNE)

Wypisz momenty sesji coachingowej, które stanowią punkty zwrotne w sesji i informują coacha, że klient jest gotów przejść do kolejnego etapu sesji.

## PUNKTY KULMINACYJNE

Zaznacz na Modelu Motyla wszystkie punkty kulminacyjne, które informują coacha o tym, że klient jest gotowy przejść w sesji do jej kolejnego etapu.



### PUNKTY KULMINACYJNE: MOJE NOTATKI

## MOJE NOTATKI

A large rectangular area with a light pink background, containing numerous horizontal dotted lines for writing notes.

## MOJE NOTATKI

A large rectangular area with a light pink background, containing numerous horizontal dotted lines for writing notes.

## PODSUMOWANIE WARSZTATU

Co zabierasz z tego warsztatu?

Jakie wskazówki i inspiracje były dla Ciebie kluczowe?

Jakie zmiany wdrożysz? Co teraz będziesz robić inaczej?

Co Ci będzie o tym przypominać?

## OSIĄGNIJ COACHINGOWE MISTRZOSTWO

Rozpocznij proces MentorCoachingu, dzięki któremu:

- Zyskasz precyzyjne wskazówki, jak radzić sobie z trudnymi sytuacjami w pracy coacha.
- Dowiesz się, jak jeszcze efektywniej podążać za klientem.
- Nauczysz się wchodzić na głębszy poziom rozmowy i sięgać sedna w rozmowie.
- Rozwiniesz wszystkie kluczowe kompetencje coachingowe, zgodnie z wytycznymi International Coaching Federation.
- Nabierzesz pewności siebie w roli coacha.
- Efektywnie przygotujesz się do akredytacji na poziomie ACC lub PCC ICF.



Odważ się i spełnij swoje marzenie o akredytacji ICF.

Umów się na spotkanie i skorzystaj z mojego doświadczenia na poziomie Master Certified Coacha.



### KONTAKT:

Katarzyna Kuzak

E-mail: [katarzyna.kuzak@gmail.com](mailto:katarzyna.kuzak@gmail.com)

Tel: +48 602485954

Web: [www.katarzynakuzak.pl](http://www.katarzynakuzak.pl)