

Petr Hadač (Brno)

kouč a mentor

www.petrhadac.com

<https://www.facebook.com/petrhadackouc/>



Jsem koučem v osobním rozvoji jednotlivců i skupin, mentor mužů hledajících spojení se sebou a jistotu, že jsou po své vlastní cestě. V Brně vedu mužské a mužsko-ženské kruhy. Asistuji v programech Mužská síla, Cesta pravého muže a Just Love. Jsem jedním z autorů a organizátorů vícedenní akce pro táty s dětmi Tat'kárium.

Mužský kruh: Mužská síla

V mužském kruhu jsme inspirováni způsobem sdílení zvaným council/poradní kruh. Je to upřímné sdílení a naslouchání, otevřené sebevyjádření bez strachu a masek. V atmosféře maximálního respektu, důvěry a empatie a přijetí každého účastníka takovým jaký

je přináší velmi ozdravný efekt pro mužskou psychiku.

Tématem kruhu bude **Mužská síla**. Co považujeme za mužskou sílu? Jak a kdy ji prožíváme? Kdy nám chybí? Jak ji ztrácíme? Jak ji probouzíme, jak s ní pracujeme, jak ji dotankováváme?

Workshop: Uzdravování vnitřního soudce

Míváte někdy dopředu **strach něco udělat**, protože vám vnitřní hlas říká, že to nedáte, že na to nemáte, že si moc troufáte a pokazíte to? Nebo to od něj slíznete zpětně - sotva řeknete slova, kterých hned litujete, nebo něco uděláte/neuděláte, co jste udělat neměli/měli?

Peskujete se za své chyby? A někdy si vlastně ani nejste v jádru jistí, jestli to bylo dobře nebo ne a štvete se tím preventivně?

V takovém případě náš vnitřní soudce funguje jako vodník, se kterým mlynář není zadobře - blokuje vodu na mlýn naší vlastní akceschopnosti. Naší vlastní, protože vnitřní soudce nás někdy vede k akcím, které nám nepřísluší, nejsou naše, nechceme je, nevedou k naší spokojenosti, vedou spíše k **sebeobětování** se a někdy i k pocitu sebeponížení. Přitom jsme to mysleli dobře. Bývají to naše akce na základě rozhodnutí, která pramení jednak z našeho momentálního úsudku, ale také z naší výchovy a tlaku společnosti. Z očekávání. Ze strachu. To celé je však velká zkouška, kterou můžeme projít a my si spolu řekneme něco o tom, jak na to.

Ale vnitřní soudce umí být i supervýkonný kritik a odsuzovač všech a všeho v našem okolí.

Dává nám klapky na oči a znesnadňuje nám život s ostatními v míru. Umí nám ztížit či

dokonce znemožnit práci s konflikty. V takovém případě je mnohem těžší udržovat chrámy našich vztahů čisté.

Pokud vás někdy napadlo, že tak a tak prostě reagovat musíte a nemůžete s tím nic udělat, protože je to vaše přirozenost, že už jste holt takoví a jiní (lepší) nebudete... **Cítíte se v tom svobodní?**

Ten vnitřní našeptávač je v nás, má velkou moc, umí zasáhnout naše nejslabší místa. Mohlo by se zdát, že naším cnostrným úkolem je umlčet ho nebo zamaskovat pozitivním myšlením.

Zvu vás na mou interaktivní přednášku, kde se na jeho hlas podíváme jako na **dar** - jako na našeho učitele, **mentora**, rádce, průvodce na cestě ven z nefunkčních konceptů, vnitřních zákonů a možná i starých komplexů.

Zapojíme i vaše tělo a příběhy!

Konstelační náhledy

Konstelační náhledy jsou krátké (10-15 min) pohedy na naše životní situace, vztahy rodinné, milostné, pracovní či jakékoliv jiné, ale i na náš vnitřní svět. Umožňují lépe se zorientovat, pochopit příčiny toho, proč se nám nedaří se situací pohnout, ukazují nám, co nevidíme či přehlížíme. Pomáhají nám uzdravovat vztahy a hledat naše další směřování v daném problému. Pomáhají odkrýt celistvější pohled směrem od detailu k celku.