

ROBERT DILTS

**COACH** KOJI ĆE TE  
**PROBUDITI**



Robert Dilts  
Dilts Strategy Group  
P.O. Box 67448  
Scotts Valley, California 95067  
Phone: +1 (831) 438-8314  
E-Mail: [info@diltsstrategygroup.com](mailto:info@diltsstrategygroup.com)  
Homepage: <http://www.diltsstrategygroup.com>

Coach koji će te probuditi  
Robert Dilts

©From Coach to Awakener  
Robert Dilts

© Autorska prava 2003. Robert Dilts i Dilts Strategy Group. Štampano u Sjedinjenim Američkim Državama. Sva prava su zadržana. Stoga ova knjiga ili njeni delovi ne smeju biti reprodukovani u bilo kom formatu bez pisanog odobrenja izdavača.

Library of Congress Card Number 2003104426

ISBN-978-86-81208-07-6

# SADRŽAJ

Posveta .....	10
Zahvalnost .....	11
Predgovor .....	12
Uvod .....	15
Poreklo <i>coaching</i> -a .....	15
<i>Coaching</i> revolucija .....	16
7 <i>Coaching</i> sa velikim „C“ i <i>coaching</i> sa malim „c“ .....	17
NLP i <i>coaching</i> .....	18
<i>Coaching</i> -modelovanje petlja .....	19
Nivoi učenja i promene kod pojedinaca i organizacija .....	20
Nivoi podrške za učenje i promenu – putokaz za <i>coaching</i> sa velikim „C“ .....	24
<b>Poglavlje 1 Staranje i usmeravanje</b> .....	<b>30</b>
Staranje i usmeravanje .....	30
Faktori okruženja .....	31
Staranje .....	32
Usmeravanje .....	33
Pretpostavke i stil staratelja i vodiča .....	35
Set alata staratelja: „Psihogeografija“ .....	35
Korišćenje psihogeografije u grupama i timovima .....	37
Korišćenje psihogeografije za olakšavanje različitih vrsta grupnih procesa .....	39
Psihogeografija kao ključni aspekt <i>coaching</i> -a i „staranja“ .....	42
Set alata staratelja: Anđeo čuvar .....	43
Ček-lista anđela čuvara .....	44

Set alata vodiča: mapiranje, metafora i intervizija .....	45
Mapiranje .....	45
Metafora i analogija .....	46
Intervizija .....	47
Proces mapiranja u interviziji .....	48
Set alata vodiča: samomapiranje i uzročno-posledične petlje .....	50
Uzročno-posledične petlje .....	50
Stvaranje mape uzročno-posledične petlje .....	51
Rezime .....	55
<b>Poglavlje 2 Coaching</b> .....	<b>57</b>
<i>Coaching</i> .....	58
Ponašanja .....	58
Bihevioralni <i>coaching</i> .....	59
Set alata za <i>coaching</i> : postavljanje ciljeva .....	60
Definisanje ciljeva .....	61
Pitanja za postavljanje ciljeva .....	64
Set alata za <i>coaching</i> : dobro formulisani ishodi .....	65
Radni list za dobro formulisani ishod .....	69
Parabola o morskome prasetu .....	69
Principi <i>coaching</i> -a ilustrovani kroz parabolu o morskome prasetu .....	71
Značaj parabole o morskome prasetu za <i>coaching</i> .....	72
Primena parabole o morskome prasetu .....	74
Set alata za <i>coaching</i> : povratna informacija i „pomeranje granica“ .....	77
Set alata za <i>coaching</i> : kontrastivna analiza i „unakrsno mapiranje“ .....	79
Format kontrastivne analize .....	81

Položaj tela i performansa .....	82
Pokreti i performansa .....	82
Set alata za <i>coaching</i> : sidrenje .....	83
Sidrenje vaših unutrašnjih resursa .....	84
Rezime .....	85
<b>Poglavlje 3 Podučavanje</b> .....	<b>87</b>
Podučavanje .....	89
Razvijanje sposobnosti .....	89
Podučavanje i „unutrašnja igra“ performanse .....	90
Reprezentativni kanali .....	93
Reprezentativni kanali i stilovi učenja .....	94
Set alata za podučavanje: pitanja za procenu stila učenja .....	95
Primena rezultata procene stila učenja postavljanjem pitanja .....	98
Set alata za podučavanje: vizuelizacija uspeha i „mentalna proba“ .....	100
Set alata za podučavanje: upravljanje stanjima .....	101
Krug izuzetnosti .....	102
Sposobnosti modelovanja .....	105
T.O.T.E. – minimalni zahtevi za modelovanje efikasnih veština i ponašanja .....	106
Set alata za podučavanje: T.O.T.E. pitanja za modelovanje .....	107
Set alata za podučavanje: unakrsno mapiranje efikasnih T.O.T.E.-a .....	109
Set alata za podučavanje: kooperativno učenje .....	111
Proces kooperativnog učenja .....	111
Set alata za podučavanje: fokusiranje na povratne informacije umesto na neuspeh .....	112
Osnovne perceptualne pozicije u komunikaciji i odnosima .....	113
Druga pozicija .....	116

Set alata za podučavanje: perspektiva „druge pozicije“ .....	118
Set alata za podučavanje: metamapiranje .....	120
Osnovni format metamape .....	122
Set alata za podučavanje: maštarenje .....	123
<i>Coaching</i> format maštarenja .....	124
Rezime .....	132
<b>Poglavlje 4 Mentorstvo.....</b>	<b>135</b>
Mentorstvo .....	137
Vrednosti .....	139
Vrednosti i uverenja .....	139
Moć uverenja .....	141
Mentorisanje vrednosti i uverenja .....	142
Biti uzor .....	143
Set alata za mentorstvo: stvaranje unutrašnjih mentora .....	143
Set alata za mentorstvo: revizija vrednosti .....	147
Radni list za reviziju vrednosti .....	147
Usklađivanje vrednosti sa vizijom i delima .....	150
Set alata za mentorstvo: stvaranje usklađenosti za promenu .....	152
Set alata za mentorstvo: primena vrednosti .....	152
Set alata za mentorstvo: planiranje vrednosti .....	154
Set alata za mentorstvo: stvaranje rutine .....	155
Sistem uverenja i promena .....	157
Set alata za mentorstvo: procena uverenja .....	159
Radni list za procenu uverenja .....	160
Set alata za mentorstvo: korišćenje unutrašnjih mentora za izgradnju samopouzdanja i ojačavanje uverenja .....	163
Set alata za mentorstvo: „kao da“ okvir .....	164

Preuokviravanje .....	164
Preuokviravanje jednom reči .....	169
Set alata za mentorstvo: primena preuokviravanja jednom reči .....	170
Set alata za mentorstvo: premošćavanje vrednosti .....	171
Preuokviravanje kritika i kritičizma .....	172
Dobijanje pozitivnih iskaza iz pozitivnih namera .....	173
Pretvaranje kritika u pitanja .....	174
Set alata za mentorstvo: pomaganje kritičarima da budu savetnici .....	177
Rezime .....	179
<b>Poglavlje 5 Sponzorstvo .....</b>	<b>181</b>
Sponzorstvo .....	182
Identitet .....	193
Stil i uverenja sponzora .....	184
Poruke sponzorstva .....	185
Nesponzorstvo i negativno sponzorstvo .....	187
Primer sponzorstva .....	192
Veštine sponzorstva .....	194
Set alata za sponzorstvo: pronalaženje izvora vaših resursa .....	198
Set alata za sponzorstvo: aktivno centriranje .....	203
Set alata za sponzorstvo: partnerstvo zarad slušanja .....	204
Set alata za sponzorstvo: vežba „ja vidim“ i „ja osećam“ .....	207
Putovanje heroja .....	208
Set alata za sponzorstvo: mapiranje putovanja heroja .....	210
Set alata za sponzorstvo: početak putovanja heroja .....	212
Arhetipske energije .....	215
Set alata za sponzorstvo: kosponzorisanje arhetipskih energija .....	216

Set alata za sponzorstvo: nazivanje pravim imenom .....	217
Set alata za sponzorstvo: sponzorisanje potencijala .....	220
Set alata za sponzorstvo: format grupnog sponzorstva .....	223
Set alata za sponzorstvo: obnavljanje prekinutog sponzorstva .....	226
Rezime .....	228
<b>Poglavlje 6 Buđenje</b> .....	<b>232</b>
Buđenje .....	232
„Duh“ i „polje“ .....	233
<i>Coach</i> kao prosvetitelj .....	235
Neznanje .....	237
Nerk-Nerk .....	239
Aptajm .....	240
Set alata za prosvetitelja: stvaranje sidra „aptajma“ .....	240
Pristupanje nesvesnom .....	241
Set alata za prosvetitelja: aktivno sanjanje .....	244
Vežba aktivnog sanjanja .....	245
Set alata za prosvetitelja: buđenje do slobode .....	246
Format buđenja do slobode .....	247
Dvostruke obavezanosti .....	250
Set alata za prosvetitelja: prevazilaženje dvostrukih obavezanosti .....	252
Set alata za prosvetitelja: stvaranje pozitivnih dvostrukih obavezanosti .....	254
Bejtsonovi nivoi učenja i promene .....	256
Učenje IV .....	261
Pregled četiri nivoa učenja .....	262
Strategije preživljavanja .....	264
Set alata za prosvetitelja: unapređivanje strategija za preživljavanje kroz Bejtsonove nivoe učenja .....	266



Rezime .....	269
<b>Zaključak</b> .....	271
Stvaranje usklađenog puta od staratelja do prosvetitelja .....	273
Proces usklađivanja <i>coach</i> -a sa velikim „C“ .....	274
<b>Pogovor</b> .....	282
<b>Apendix A: Kratka istorija logičkih nivoa</b> .....	284
<b>Bibliografija</b> .....	310
<b>Index</b> .....	317
O autoru .....	338

## Posveta

Sa velikom ljubavlju i poštovanjem, ovu knjigu posvećujem svojim brojnim starateljima, vodičima, *coach*-ima, učiteljima, mentorima, sponzorima i prosvetiteljima, a naročito

Gregoriju Bejtsonu, koji mi je pomogao da se probudim na mnogim nivoima.

# ZAHVALNOST

Želim da zahvalim:

Stivenu Giliganu za njegov izuzetno značajan doprinos shvatanju terapijskog sponzorstva i za njegovo lično sponzorisanje mene i mog rada.

Džudit DeLozie, Todu Epstajnu, Robertu Mekdonaldu, Timu Holbomu, Suzi Smit i Ričardu Klarku za njihovo prijateljstvo, podršku i doprinos u tom smislu što je nekoliko njihovih alata i procesa opisano u ovoj knjizi.

Džonu Grinderu i Ričardu Bandleru koji su mi pomogli da osvestim svoj poziv u smislu *coaching*-a i NLP-a i koji su bili moji sponzori i moji čuvari u najvažnijim periodima mog putovanja.

Dženi D'Anđelo koja je svojim oštrim okom i istančanim osećajem za književnost pomogla tako što je lektorisala, uredila i uobličila ovu knjigu od korica do korica. Ona je na mnogo načina bila anđeo čuvar i menadžer projekta u ovom poduhvatu.

Alenu Moenaru i En Pjerar za to što su mi predložili temu i naslov *Coach koji će te probuditi* i što su bili sponzori prve radionice koja je postala osnova za ovu knjigu. Želim dodatno da zahvalim En za njene ideje i predloge u vezi sa shvatanjem strategija preživljavanja.

Aniti, Druu i Džuliji Dilts za podršku u vreme, često intenzivnog, fokusiranja koje je potrebno da bi se napisala knjiga.

## PREDGOVOR

*Coach koji će te probuditi se*, na razne načine, može smatrati radnom sveskom za *coach-e*. Zapravo, knjiga je na početku bila priručnik za radionicu koji su sponzorisali En Pijerar i Alen Moenar sa Instituta za resurse u Briselu, Belgija, u maju 1999. godine. Kao što su to uradili nebrojeno mnogo puta, En i Alen su želeli da mi pomognu da napravim program koji će pomeriti granice treninga za ljude koji su zainteresovani da pomažu drugima i sebi da rastu i napreduju.

Cilj tog seminara je bio da se *coach-evima*, konsultantima, trenerima, savetnicima i terapeutima pruži set alata uz pomoć kojih mogu da pomognu svojim klijentima da se usmere na ciljeve, probleme i promene na različitim nivoima u njihovim životima.

Struktura seminara, pa samim tim i ove knjige, zasniva se na modelu neuroloških nivoa, a koji je bio inspirisan radom Gregorija Bejtsona. (Odnos između neuroloških nivoa i Bejtsonovog rada je detaljno opisan u *Apendix A*.) Osnovna ideja ovog modela je da u našim životima postoji hijerarhija nivoa učenja i promene – svaki nivo prevazilazi, ali i uključuje procese i odnose nižeg nivoa. Spektar nivoa u ovoj hijerarhiji uključuje okruženje, ponašanje, sposobnosti, uverenja, vrednosti, identitet i svrhu u odnosu na veći sistem ili „polje“ čiji smo mi deo.

Premisa modela neuroloških nivoa je da svaki nivo u ovoj hijerarhiji ima drugačiju strukturu i ulogu u našim životima. Nama su, kao posledica toga, potrebne različite vrste podrške kako bismo efikasno stvarali ili upravljali promenama na različitim nivoima. Mi *usmeravamo* ljude da, na primer, uče o novim okolnostima; *učimo* ih kako da unaprede specifične biheviornalne kompetencije; *razvijamo* im nove kognitivne sposobnosti; *učvršćujemo* osnažujuća uverenja i vrednosti; *podržavamo* rast na nivou identiteta; *budimo* svest ljudi o većem sistemu ili „polju“.

Da bismo ostvarili željene ishode na svakom od ovih nivoa, takođe su nam potrebni efikasni alati. Stoga je jedan od glavnih ciljeva *Coach koji će te probuditi* da obezbedi specifičan set alata za svaki nivo promene kojim se treba baviti.

Važna implikacija pristupa koji je dat u ovoj knjizi je da različiti alati imaju različite upotrebe i svrhe; i važno je odabrati prave alate za određeni posao. Alati koji su efikasni za stvaranje promene na jednom nivou, na primer, mogu imati ograničenu vrednost na nekom drugom nivou. Analogno ovome, hirurški skalpel ne bi bio ni od kakve koristi ako pokušavamo da promenimo genetski kod ćelije. Pokušaj da unapredimo uverenja koristeći tehnike sa nivoa ponašanja bi bio isto što i pokušaj da čekićem zašrafimo šraf ili isečemo dasku na pola, a znamo da bi bilo daleko lakše i efikasnije da upotrebimo šrafciğer ili testeru.

Takođe je važno istaći da „alati“ koji su opisani u ovoj knjizi nisu samo jednokratne tehnike koje se koriste da se popravi nešto što se pokvarilo. Alat je nešto što se može koristiti iznova i iznova da bi se stvorilo nešto novo, ali i da bi se unapredilo ili popravilo ono što već postoji.

Zajednički cilj i za *coach*-e i za klijente je da koriste ove alate zajedno kako bi pomogli klijentima da izgrade budućnost kakvu žele i da aktiviraju resurse koji su im neophodni da bi tu budućnost dostigli. Uloga *coach*-a je da pomogne klijentima da nauče kako da samostalno koriste ove alate. Kako klijenti budu postajali veštiji u korišćenju svakog alata iz seta, tako će sve više biti u stanju da koriste te alate u svoju korist, a progresivno će se manje oslanjati na *coach*-a u vezi sa svojim uspehom. Shodno ovome, ova knjiga može biti dragocena i za klijente i za *coach*-e.

Iako se poglavlja nižu jedno za drugim, počevši od poglavlja o alatima i podršci koja je potrebna za promenu na nivou okruženja do kulminacije sa duhovnim nivoom, nije neophodno da čitate ili koristite ovaj materijal sekvencionalno. Slobodno preskačite delove

i fokusirajte se na onu oblast promene koja je za vas najznačajnija.

Robert Dilts

Mart 2013.

Santa Kruz, Kalifornija