

Dominka Borowska-Stasica

Zawód, stanowisko, rodzaj pracy:

Psycholog, coach, trener PTP oraz terapeuta rodziny, od 2010 roku
Dyrektor Firmy szkoleniowo-coachingowej: Centrum Inicjowania Zmian.

Miejsce pracy:

Centrum Inicjowania Zmian



Ta praca daje mi:

Codziennie spotykam wielu ludzi, poznaję ich i nawiązuję relacje, z których wynika potem dużo dobrego. Lubię towarzyszyć innym w pokonywaniu trudności, których doświadczają, wydobywaniu z nich wszystkiego, co najlepsze, a najwięcej radości czerpię z tego, że osiągają zamierzone cele. Ostatnio zaczęłam pracować systemowo z całymi rodzinami zarówno coachingowo, jak i terapeutycznie. To dopiero jest dla mnie wyzwanie i obszar olbrzymich możliwości działania! Dzięki tej pracy sama się zmieniam, rozwijam i dojrzewam jako człowiek i specjalista. Dzieje się to poprzez korzystanie z superwizji i szkoleń, które ciągle podnoszą moje kompetencje. Świadomość siebie to podstawa kiedy się „pracuje sobą” na tak delikatnym materiale, jakim jest człowiek i grupa. Dla mnie każda relacja czy to osobista, czy zawodowa jest zawsze okazją do zmiany i rozwoju, wszak jak stwierdził Carl Gustav Jung: *Spotkanie dwóch osobowości przypomina kontakt dwóch substancji chemicznych: jeżeli nastąpi jakakolwiek reakcja, obie ulegają zmianie.*

Skąd pomysł na tę drogę zawodową?

Kiedy mając 15 lat przeczytałam książkę Tadeusza Niwińskiego pt. „Ja” nie wyobrażałam sobie innej przyszłości niż zostanie psychologiem, który zgłębia tajemnice ludzkiej psychiki i mechanizmy rządzące ludzkimi działaniami. Po studiach bardziej zapragnęłam zająć się rozwojem i trenowaniem aniżeli diagnozą dysfunkcji, stąd ukończenie kursu trenerskiego oraz rocznej Szkoły Profesjonalnego Coachingu. Potem pojawiło się marzenie o własnej działalności oraz potrzeba stworzenia w Bielsku-Białej miejsca, gdzie ludzie będą mogli w spokojnej, bezpiecznej i życzliwej atmosferze spotykać się i rozwijać.

Największa przeszkoda z jaką się spotkałaś?

Kiedy w pierwszym podejściu nie dostałam się na studia bardzo to przeżyłam. Nie poddałam się, spędziłam rok w Kolegium Nauczycielskim przygotowując się jednocześnie do egzaminów na psychologię. Moja praca, determinacja i wytrwałość opłaciły się, byłam w pierwszej dziesiątce przyjętych! Później doświadczałam różnych trudności związanych m.in. z koniecznością dokonywaniem wyborów np. między etatem, a firmą lub niewiedzą w jakiejś dziedzinie, np. prowadzenia działalności. Ciężko przychodziło mi wyznaczanie granic pomiędzy domem, a życiem zawodowym, równoważenie pracy i odpoczynku, uczenie się asertywności i zaufania do swoich kompetencji. Niezwykłym doświadczeniem było też nawiązywanie współpracy, nauczyło mnie to ostrożności i wyważenia w podejmowaniu decyzji, a także słuchania swojej intuicji.

Co jest najważniejsze w tym zawodzie?

Krótko mówiąc pomoc innym ludziom. Dzieje się to poprzez nawiązywanie relacji, edukowanie, słuchanie i rozmawianie, tworzenie przyjaznych warunków do zmiany i rozwoju, inspirowanie i terapię, a także pewne działania profilaktyczne. Przy tym należy stale pamiętać o etyce, dbaniu o siebie oraz superwizji.

Jakie są minusy tej pracy?

Istnieje ryzyko wypalenia zawodowego, przeciążenia problemami jakich doświadczają inni ludzie oraz tzw. przynoszenia pracy do domu. Mam tu na myśli trudność w byciu po prostu domownikiem i przyjaciółką bez „psychologizowania”, „coachowania” i „terapeutyzowania” bliskich.

To nie jest praca dla...

... ludzi, którzy nie lubią innych ludzi oraz tych, dla których pieniądze są jedyną motywacją. Z drugim człowiekiem trudno będzie również pracować tym, którzy są pozbawieni empatii i wrażliwości. Zauważam też, że w tej pracy przydaje się pokora, kreatywność i mądrość.

Kim chciałas zostać w dzieciństwie?

Marzyłam o byciu piosenkarką, tancerką lub aktorką, potem wymyśliłam sobie, żeby być archeologiem, kucharką, malarką lub bukiciarką, następnie bardzo pasowało mi wcielanie się w lekarza. Ostatecznie stanęło na zawodzie nauczyciela i sprawdziło się w postaci udzielana aż do końca studiów korepetycji i tłumaczenia innym tego, co niezrozumiałe.

Jaki element obecnej pracy jest wspólny z tym marzeniem?

W tym co robię obecnie sprawdzają się wszystkie powyższe umiejętności i w znaczeniu dosłownym i metaforycznym. Kiedy prowadzę grypy jestem na scenie, uczę nowych strategii działań, odkrywam z uczestnikami nowe możliwości i dokopuję się do ich ukrytego potencjału. Czasami wykorzystuję metody arte i choreoterapeutyczne, aby pobudzić wyobraźnię, kreatywność i poszerzyć świadomość siebie w ruchu. Kiedy pracuję z kimś indywidualnie, wówczas zamieniam się po części w lekarza i w trenera, bo z jednej strony szukam przyczyn trudności, a z drugiej motywuję go do samodzielnego opracowania i zrealizowania recepty na sukces.

Co budującego i miłego o sobie i swojej pracy usłyszałaś od innych?

Ale przyjemne pytanie ☺ Niedawno moja była klientka powiedziała mi: *Robisz coś takiego, że naprawdę wszyscy czują się wygrani. Rzadko kiedy spotyka się ludzi, którzy nie naciskają, ale odpowiadają w taki sposób, że wiesz, że jakkolwiek postąpisz, wygrasz.*

Ostatnio dosyć często słyszę, że na ludzi dobrze działa mój spokój, cierpliwość i że czerpią sobie wiele z mojej mądrości, a także akceptacji, jaką ich obdarzam. Podobało mi się jak po koleżeńskej superwizji ktoś powiedział, że: *rozmawiając ze mną można poczuć się bezpieczniej niż gadając z samym sobą.* Cieszę się też ilekroć otrzymuję informację, że to co robię jest szalenie profesjonalne, z dbałością o formę, treść i etykę zawodową. Zawsze też buduje, kiedy klienci dzielą się ze mną radością z osiągniętych celów, rozwiązanych problemów lub poprawy jakości swojego życia.

Kontakt:

tel.: 509 345 153

dominika.borowska@gmail.com

www.dominikacoach.pl

