KURZ PRO PSYCHOTERAPEUTY A PSYCHOTERAPEUTKY

Traumainformované koučování s emocemi a tělem

Jak dál pracovat s emocemi a tělem klienta účinně, eticky a s jasnou hranicí. V koučovacím rámci, tam, kde psychoterapeutický rámec použít nemůžete nebo nechcete.

11 lekcí po 4 hodinách, online	**3. 12. 2026** až 13. 5. 2027	**59 000 Kč** cena nultého běhu pro členy ČAP	**ICF** akreditace probíhá, kredity zpětně

Proč právě teď

Od 1. 7. 2026 je poradenská psychoterapie vázanou živností. Je to dobrý krok pro obor i pro klienty: zákon poprvé říká, kdo smí psychoterapii mimo zdravotnictví poskytovat.

Část kolegů a kolegyň je ale v přechodném období. Jsou ve výcviku, chybí jim praxe v zařízeních, nebo jejich výcvik nezískal akreditaci. Psychoterapii zatím nabízet nemohou, ale s lidmi pracovat umějí a chtějí.

Koučování je pro takovou práci jasně vymezený rámec. Má vlastní etiku (ICF), mezinárodní standard a od dubna 2026 i profesní kvalifikaci Kouč/koučka v Národní soustavě kvalifikací.

> **Nenabízíme psychoterapii pod jiným jménem. Nabízíme plnohodnotnou identitu kouče, který umí s emocí pracovat hluboko a bezpečně.**

Pro koho kurz je

- Pro **řádné a kandidátní členy ČAP** v přechodném období, kteří chtějí s klienty pracovat v koučovacím rámci: v přítomnosti, na rozvoji, se sebeurčením klienta.
- Pro **psychoterapeuty s živností**, kteří chtějí praxi obohatit o budující, šetrnou práci s emocí a tělem a lépe rozumět koučům, se kterými sdílejí klienty.
- Pro ty, kdo **nechtějí diagnostikovat ani léčit** a chtějí mít síť odborníků a vědět, kdy klienta předat.

Kdo za kurzem stojí

Koučovací škola Opravdové koučování, akreditovaná ICF na úrovni Level 1; Level 2 prochází akreditací a tento kurz je jeho součástí.

Garantem práce s emocemi je **Mgr. Vítězslav Čadra, PCC**, psychoterapeut s praxí od roku 2002 (Skálův institut) a dlouholetý řádný člen ČAP. Psychoterapii i koučování vykonává souběžně ve vlastní praxi, takže hranici mezi oběma profesemi řeší každý týden u vlastních klientů.

CO KURZ JE A CO NENÍ

Neléčíme trauma. Dáváme pozor, abychom ho nepřidělali.

A učíme nervový systém klienta novou zkušenost: že se emoce dá dotknout a zvládnout to. Traumainformovaný přístup u nás není práce s traumatem. Je to standard bezpečí pro každého klienta od první minuty.

Je to

- Vnímat signály přetížení nervového systému včas
- Pracovat s tempem, volbou a ukotvením v přítomnosti
- Stavět kapacitu klienta, ne jít k hranici jeho kapacity
- Klient drží kormidlo a zůstává autorem své změny

Není to

- Diagnostika traumatu ani jiných obtíží
- Návrat do traumatických vzpomínek
- Regrese, reparenting ani somatická abreakce
- Náhrada terapie. Víme, kdy doporučit posouzení.

Budující, ne katarzní práce

Kurz nevede klienta k plnému prožití ani k uvolnění emoce. Pracuje záměrně pod plnou kapacitou, uvnitř okna tolerance, s dávkováním kolem poloviny intenzity. Korektivní zkušenost nevzniká z hloubky ponoru, ale z opakování: dotknu se, zreguluju se, vrátím se.

Proto se tato práce hodí i pro klienty s citlivějším nervovým systémem: při vyhoření, chronickém stresu nebo náročné minulosti bez diagnózy.

Na čem kurz stojí

Na koučovacích principech, kompetencích ICF (model 2025) a autorských modelech naší školy. Inspiruje se funkčními principy polyvagální teorie, okna tolerance, somatické práce a práce s vnitřními částmi. Certifikované terapeutické metody nekopírujeme a nevydáváme se za ně. Jejich principy přenášíme do vlastní koučovací modality.

Pět věcí, které si odnesete

- **Šetrné somatické metody.** Ukotvení a stabilizace, somatické přijetí, celý proces vedený tělem, ne slovy.
- **Dávkování jako princip.** Čtení stavů nervového systému, okno tolerance, zdrojování, detotalizace. 50 % stačí.
- **Vztah klienta k sobě.** Vnitřní části v koučovacím rámci, jádrová přesvědčení uložená v těle, laskavý vnitřní dialog.
- **Kapacita nervového systému.** Pendulace, koregulace, sledování místo vedení.
- **Integrace do života.** Jak korektivní zkušenost ze sezení proměnit v trvalou změnu.

Jak kurzem projdete

- **11 lekcí, 11 schodů.** Každá dovednost staví na předchozí. Pořadí je bezpečnostní architektura, ne jen didaktika.
- **Nejdřív zažijete, pak vedete.** Každou techniku projdete jako klient, pak ji vedete ve dvojicích a trojicích.
- **Kouč jako nástroj.** V každé lekci pracujete i se sebou. Váš stav je v této práci intervencí.

ODBORNÁ A ETICKÁ ÚROVEŇ

Kde koučování končí: bezpečnostní rámec

Psychoterapeut hranici své práce zná z výcviku. Kouč ji potřebuje stejně, a čím hlouběji s emocí pracuje, tím víc. Bezpečnostní rámec prochází všemi lekcemi a celá závěrečná lekce je věnovaná jen jemu.

- **Rozhodovací mapa:** kdy kterou techniku, kdy žádnou a kdy klienta předat. Kontraindikace každé techniky kurzu.
- **Semafor pro doporučení k posouzení** u praktického lékaře nebo psychiatra. Jedním z kritérií je, jak klient zvládá běžné fungování. Doporučujeme posouzení, ne "léky".
- **Orientace v medikaci:** antidepresiva, anxiolytika, stabilizátory nálady, hypnotika. Co znamenají pro práci s emocí a tělem (oploštění prožívání, změněná reaktivita) a proč jsou citlivá období nasazování a vysazování. Orientace, ne farmakologie.
- **Disociace:** jak ji v sezení poznat a co nedělat. Neprohlubovat.
- **Když věci nejdou podle plánu:** retraumatizace v sezení, silné emoce po technice, přerušený proces.
- **Krize:** kouč krizovou intervenci neposkytuje, ale pozná ji a umí přemostit k neodkladné péči. Síť kontaktů připravená předem.
- **Spolupráce s odborníky:** psychiatr, praktický lékař, psychoterapeut, krizová centra. Souběh koučování a terapie, vyjasnění rolí, návrat klienta po terapii.
- **Předání, které neodmítá:** jak klientovi doporučit jinou péči tak, aby to neslyšel jako odmítnutí.
- **Přenos a protipřenos** u hlubší práce s emocí.
- **Péče o kouče:** supervize a intervize jako standard, vlastní terapie, prevence sekundární traumatizace.

Každý absolvent odchází s osobním bezpečnostním protokolem a vlastní sítí kontaktů pro předání. Nejlepší traumainformovaný kouč není ten, kdo zvládne všechno. Je to ten, kdo bezpečně pozná, co mu nepatří, a má kam předat.

Jedenáct lekcí, jedenáct schodů

1 **Emoce a nervový systém.** Proč traumainformovaně, ukotvení v přítomnosti a stabilizace.

2 **Okno tolerance a zdrojování.** Čtení stavů klienta v pěti kanálech, zdroje u klienta i u sebe.

3 **Bezpečí jako aktivní tvorba.** Koregulace, detotalizace, jemný kontakt s tématem.

4 **Přijetí somatickou cestou.** Fáze přijetí, priming a technika změny polohy těla.

5 **Dávkování.** Titrace v cyklech, klient řídí, kouč koreguluje.

6 **Vnitřní části v koučovacím rámci.** Práce s ochránci, odpor jako ochrana.

7 **Jádrová přesvědčení v těle.** Od tělesného pocitu k přesvědčení a zpět, vědomá kalibrace.

8 **Laskavý vnitřní dialog.** Od vnitřního kritika k laskavé řeči, ověřené tělem.

9 **Somatická integrace.** Celý proces vedený tělem, pendulace, kapacita před obsahem.

10 **Integrace a růst.** Od korektivní zkušenosti k trvalé změně, sklizeň dopadů na dalším sezení.

11 **Bezpečnostní rámec.** Hranice, medikace, předání. Závěrečné praktikování se zpětnou vazbou.

Každá lekce je propojená s kompetencemi ICF 2025 a PCC markery. K lekcím dostanete obsáhlou učebnici.

NABÍDKA A PODMÍNKY

Cena nultého běhu pro členy ČAP

KURZ SAMOSTATNĚ

59 000 Kč ~~75 000 Kč~~

vč. DPH. Cenu nultého běhu, který začíná 3. 12. 2026, nabízíme řádným i kandidátním členům ČAP. Další běhy poběží za standardní cenu 75 000 Kč.

Nultý běh je první otevření kurzu. Na oplátku za zvýhodnění prosíme o poctivou zpětnou vazbu, která kurz vybrousí.

ZVÝHODNĚNÝ BALÍČEK

Kurz + Klíčové dovednosti kouče

Pro ty, kdo chtějí do koučování vstoupit celou cestou. K práci s emocemi a tělem přidáte náš základní koučovací výcvik: koučovací rozhovor, dohoda s klientem, kompetence a etika ICF.

Oba kurzy nabízíme členům ČAP ve zvýhodněném balíčku. Cenu a harmonogram vám rádi pošleme.

Dvě cesty vstupu do nultého běhu

	Plná platba 59 000 Kč	Rezervace 15 000 Kč
Cena nultého běhu a jisté místo	**ano**	**ano**
Doplatek před nástupem nebo splátky	-	**ano**
Přesun celého nástupu na další běh (20. 5. až 21. 10. 2027), pokud se rozhodnete před startem	**ano**	ne
Náhrada zameškaných částí v dalším běhu	**ano**	ne
3 skupinová supervizní setkání po 90 minutách nad vašimi případy	**ano**	ne

Přesun lze využít jednou a jen do bezprostředně následujícího běhu. Místo je nepřenosné, uhrazená částka se nevrací.

Termíny a průběh

- Online, 11 lekcí, vždy 16:00 až 20:00
- 3. 12. 2026 až 13. 5. 2027, zhruba jednou za 14 dní, pauza přes Vánoce
- Mezi lekcemi praxe s klienty a vlastní nácvik

Absolvování a ICF

- Docházka alespoň 50 % živě
- Závěrečné praktikování: vedete celý proces a dostanete strukturovanou zpětnou vazbu
- Kurz prochází akreditací ICF, kredity CCE připíšeme zpětně, jakmile akreditace proběhne

Lektoři

Mgr. Vítězslav Čadra, PCC
Psychoterapeut od roku 2002 (Skálův institut), kouč a trenér koučů, garant práce s emocemi. Mgr. v oboru psychologie a managementu.

Honza Markel, PCC
Garant vzdělávání školy, trenér koučů a mentor. Koučuje od roku 2004, přes 5 000 hodin praxe.

Jak se přihlásit

Napište nám a uveďte, že jste řádným nebo kandidátním členem ČAP. Ozveme se s přihláškou a dalšími kroky.

dotazy@opravdovekoucovani.cz
+420 724 535 399
opravdovekoucovani.cz

Kurz pořádá koučovací škola Opravdové koučování. Nejde o akci pořádanou, certifikovanou ani doporučenou Českou asociací pro psychoterapii. Zvýhodněná cena je nabídkou školy pro členy ČAP. Kurz není psychoterapeutickým výcvikem a neopravňuje k poskytování psychoterapie.