



Flowban - Fedor István

Mióta vagy tagja a Flow-nak és hogyan kerültél ide?

🌸 2000-ben csatlakoztam a BB Consulting csapatához, így az alapítástól tagja vagyok a Flow-nak.

Mi a specialitásod tanácsadóként?

🌸 Trénerként talán a leginkább a konfliktuskezelés és együttműködés fejlesztés áll a legközelebb hozzám, a céges tréningek mellett dolgoztam tanárokkal, más segítő foglalkozásokkal, de börtönökben, elítéltekkel is számos alkalommal. Hamar elkezdtem családterápiával, mediációval is foglalkozni, ami segít az együttműködési kihívásoknál átfogalmazni. Fontos emellett átértelmezni a bántó, a másikat sértő megfogalmazásokat. Ez az átkeretezés, konstruktív átértelmezés az egyik erősségem.

Milyen (típusú) projekteken dolgozol többnyire?

🌸 Az egyik gyakori terület a komplex vezetőképzés - jó látni, hogy fél-egy év alatt mennyit fejlődnek a csoport tagjai, önbizalomban, önkifejezésben, vezetői készségeikben. Az utóbbi években egyre több a coach felkérésem, itt a személyesség és a mély bizalmi kapcsolat a meghatározó a számomra. A coaching során nincs szükség az álarcokra, nem kell szerepet játszania a vezetőnek. Segít, hogy én a pszichoterápia világából jövök, jó alap a mélyebb, emberközelibb témák megbeszéléséhez is.

Mi ad Neked flow élményt? Miben találsz meg leginkább a flowt?

🌸 Flow élményt számos helyzetben átélek, nekem ez olyan, mintha összekapcsolódnék a mindenséggel, erőlködés nélkül teszem a dolgom. A

tréningeken a játékoság és komolyság ötvözete segít megteremteni a flow-t, ilyenkor leginkább önmagunk tudunk lenni. Otthon kertészkedve, a tavaszi napfényben kerékpárt tekerve is rámtalál a flow élmény, s onnan kezdve minden könnyebben megy...

Ha minden ügyfeled megfogadná egy tanácsodat, mi lenne az?

🌸 Ha minden ügyfelem megfogadná egy tanácsomat - és persze végre én is eszerint élnék - akkor az úgy szólna: ne engedd, hogy haszontalanul teljen el a napod. S a nap végén gondold végig mi történt aznap, vagy ahogy a testvérem beszéli át minden este a gyerekeivel: "miért adhatsz hálát".



Fedor István

A Flow Csoport tréner, tanácsadója



Mi az, amit már kihúzhatsz a bakancs listádról (Bucket list)?

A vizet hazahozni a Niagara vízesésből tételt már kihúztam kétszer. De megtenném harmadszor is :))