

# A JOGÁSZBÓL LETT COACH



**SÁRDI-PAPP RÉKA** 15 évet dolgozott jogászként, már fiatalon osztályvezetői pozíciót töltött be. Jelenleg pedig nemzetközileg akkreditált coachként tevékenykedik. Réka bizonyította, hogy a jog szabályozott világa és a coaching emocionális nyitottságot igénylő területe egy vállalkozás keretében igenis jól összehangolható.

A korábban elsősorban polgári joggal és fogyasztóvédelemmel foglalkozó hölgy fiatalon került vezetői pozícióba, ami nagymértékben befolyásolta későbbi pályafutását. „Tanulni, képezni kezdtem magam, hogy jó vezető lehessék. Már ekkor láttam, hogy sokszor jobban érdekel az emberek motiválása, mint a klasszikus jogászi világ.” Réka tíz évvel később beiratkozott egy egyéves business coach képzésre, amely végül elindította a változás irányába. Az alapképzést követően újabb vezetői pozícióba került, immár coach szemléletű vezetőként dolgozott. Ekkor ismerkedett meg a Gestalt-coaching nevű, pszichológiai szemléletű irányzattal, amely véglegesen elkötelezte a pálya iránt.

## ...FILMBE ILLŐ WOMENPOWER

Horváth Tünde képzése és az ott szerzett szakmai tudás olyan hatással volt rá, hogy végleg a coaching mellett tette le a voksát. „Olyan érzéseket szabadított fel bennem, amilyeneket azelőtt nem éreztem ennyire erőteljesen munka kapcsán, pedig az addigi feladataimat is nagyon

szerettem” – fogalmazza meg a pályaváltás okát. Mivel jogi tevékenység mellett nem lehet más munkát végezni, így lezárta addigi pályafutását, és minden energiáját új szakmai életének felépítésére fordította. „Ennek már több mint három éve, de azóta is folyamatosan képezem magam. A folyamatos tanulás egy része szakmai képzés, idén szereztem egy magasabb szintű nemzetközi akkreditációt (Professional Certified Coach), valamint a szervezetfejlesztő team coach minősítést. Másik része kifejezetten önismereti munka, magam is járok coach-hoz, szupervíziorba, ami abban segít, hogy az ügyfeleim folyamatait tisztáralátással, befolyásmentesen, saját elakadásaim hatása nélkül tudjam kísérfni” – foglalja össze credóját.

A Budapest Bank vállalkozónőket segítő Dobbantó programjával akkor került kapcsolatba, amikor 2019 őszén – immár coach-ként – az új honlapján dolgozott: „A férjem többször jelezte, hogy hasznos lenne üzleti tervet írni, ami számomra mindig is egy misztikum volt. Egy késő este bukkantam rá a Dobbantó hirdetésére és egy róluk szóló cikkre is, amely rögtön felkeltette az érdeklődésemet.”

A kurzus nem csak szakmailag, de emberileg is sokat adott Rékának. Szakmai oldalról sikerült átgondolnia a vállalkozási ötlet részleteit, megérteni, hogy hogyan kell a célközönség „fejével” gondolkodni, és hogyan lesz a hobbimunkából olyan vállalkozás, amely stabil jövedelmet biztosít. Számára fontos emberi kapcsolatok is szövődtek a program során. „Az egyéni motivációk mindenkit tovább erősítettek, különleges energiákat szabadítottak fel, egy emberként támogattuk egymást. Különösen jó volt a csapat, őszinte, támogató női közeg alakult ki: vér-

## AMIKOR MÉG CSÜTÖRTÖK ESTE IS KÉPES VAGY EGYÜTT NEVETNI A GYEREKEIDDEL



beli, filmbe illő womenpower.” Réka kiemeli, hogy kivételes értékekkel rendelkezett a Dobbantó csapat minden tagja. Azóta is rendszeresen tartják a kapcsolatot, nem csupán írásban, de személyesen is. Támogatják egymást, de őszinte kritikákat is megfogalmazznak a másikkal szemben, hiszen ebből lehet tanulni. „Igénybe vettük már többször egymás szolgáltatását, jó szívvel ajánljuk azokat másoknak is. Mi magunk megszerveztük a Dobbantó-utánkövetést, amikor beszámolunk a tapasztalatainkról, dilemmáinkról” – meséli.

Réka vállalkozása, a **supportCOACH** egyéni és team coachingot végez. Büszke arra, hogy több coach szakmai közösség tagja (Vagány Vezetők program, Level Up sport-coach képzés, Szépen Vájl El csapat), 2020-ban a Nemzetközi Coach Szövetség Magyar Tagozata őt jelölte a Coach Szakmáért Díjra.

Szívesen vesz részt jótékony célú coach kezdeményezésekben, kollégájával Baksa Henivel 2020-ban hozták létre a Karold fel, jogosan programot, amellyel a Hintalovon Alapítvány munkáját támogatták. „Ajánlatomban az ügyfél nincs kötve meghatározott számú coaching alkalomhoz, megbeszéljük, hogy nagyságrendileg hány alkalomra

van szüksége, de bármikor dönthet úgy, hogy megszakítja a folyamatot, hiszen felnőtt-felnőtt viszonyban vagyunk, ő a gazdája a saját folyamatának.” Középtávon a jogász szakmával szeretné jobban megismertetni az egyéni és team coaching hasznosságát. Célja, hogy egyre több ügyfél találja meg motivációját magánemberként és szakmai közegében egyaránt, találják meg önbizalmukat, tudatosítsák erőforrásaikat, és minél többször saját szemüvegükön – ne másén – keresztül lássák önmagukat.

Távlati tervként Réka egy szakmai közösség létrehozását említi. „Számomra most sem magányos szakma a coaching, sok partneri együttműködésben veszek részt. Jól esik, hogy több kollégával ajánljuk egymást, team coachként vagy mediátorként is legtöbbször párban dolgozunk. Ugyanakkor szeretnék tagja lenni egy olyan coach co-office-nak, ahol ez az együttműködés még intenzívebb, közös képzések, szupervíziók rendszeresítésével, pályakezdő coachok támogatásával egészül ki, ahol a csapat tagjai kreatív ötleteikkel is hatnak egymásra. Együtt dolgozni, együtt gondolkozni csodákra képes. Hiszem, hogy ilyen esetben egy meg egy nem kettőt jelent, hanem inkább hármat, vagy többet, ugyanis nem összeadódnak, hanem sokszorozódnak az energiák, akárcsak egy coaching folyamatban.”