



DEN COACHENDE SAMTALE-ØVELSE

ØVELSENS FORMÅL

- At øve os i at mestre coachende samtaler som værktøj til at strække vores handlekompetencer.
- At øve os i at bruge den coachende samtale med henblik på at udvikle større opmærksomhed, bevidsthed, ansvarlighed og evne til at se verden i et cirkulært perspektiv.

ØVELSENS INDHOLD

Fordel følgende roller: En coach og en fokuspersion. Fokuspersionen starter med at melde ud, hvilken udfordring, problematik eller begivenhed vedkommende gerne vil tage afsæt i.

Coachen stiller sig i løbet af samtalen i fire positioner med tilhørende spørgsmålstyper. Forsøg så vidt muligt at komme igennem alle positioner, og hjælp i første omgang hinanden med at holde jer til regelsættet og med at finde på gode spørgsmål.

Første position: Coachen som detektiv og arkæolog. Her er der fokus på at blive klogere på, hvad udfordringen er at afdække problemstillingen og finde ud af, hvad der er brug for hjælp til.

Anden position: Coachen som etnolog eller opdagelsesrejsende. Her er der fokus på at udforske problemstillingen, finde relationer og sammenhænge i det, der bliver sagt.

Tredje position: Coachen som kunstner eller facilitator. Her er der fokus på at finde alternative løsninger og visioner i forhold til problemstillingen.

Fjerde position: Coachen som kaptajn. Her er der fokus på fremadrettede og realiserbare mål, ændret adfærd eller 'lektier', man kan få for.

Tidsramme: ½ time – 1 time pr. samtale, alt efter omstændighederne.

(Kilde: Stelter, R. (2002), 'Coaching – læring og udvikling', Dansk Psykologisk Forlag, p. 111 ff.)