

Narrativ Coaching

- at være vært og gæst i professionelle samtaler

Undervisning faxe HR

3.5.2022

Disposition af dagen

- Plan og afsæt
- Samtalens anatomi
- Mit læringsfokus I
- Den narrative position
- Øvelse: eksternalisering

12.00 Frokost

- Intention og meningsskabelse.
- Et kig ind i samtalen.
- Øvelse: Stilladsering
- Mit læringsfokus II

16.00 tak for i dag



Orienterere sig i samtalen



Samtalens anatomi



Vært og gæst på samme tid
- Skab rammer/besøg fortællinger



Historien om mit læringsfokus...

Mini interview 2x10 min

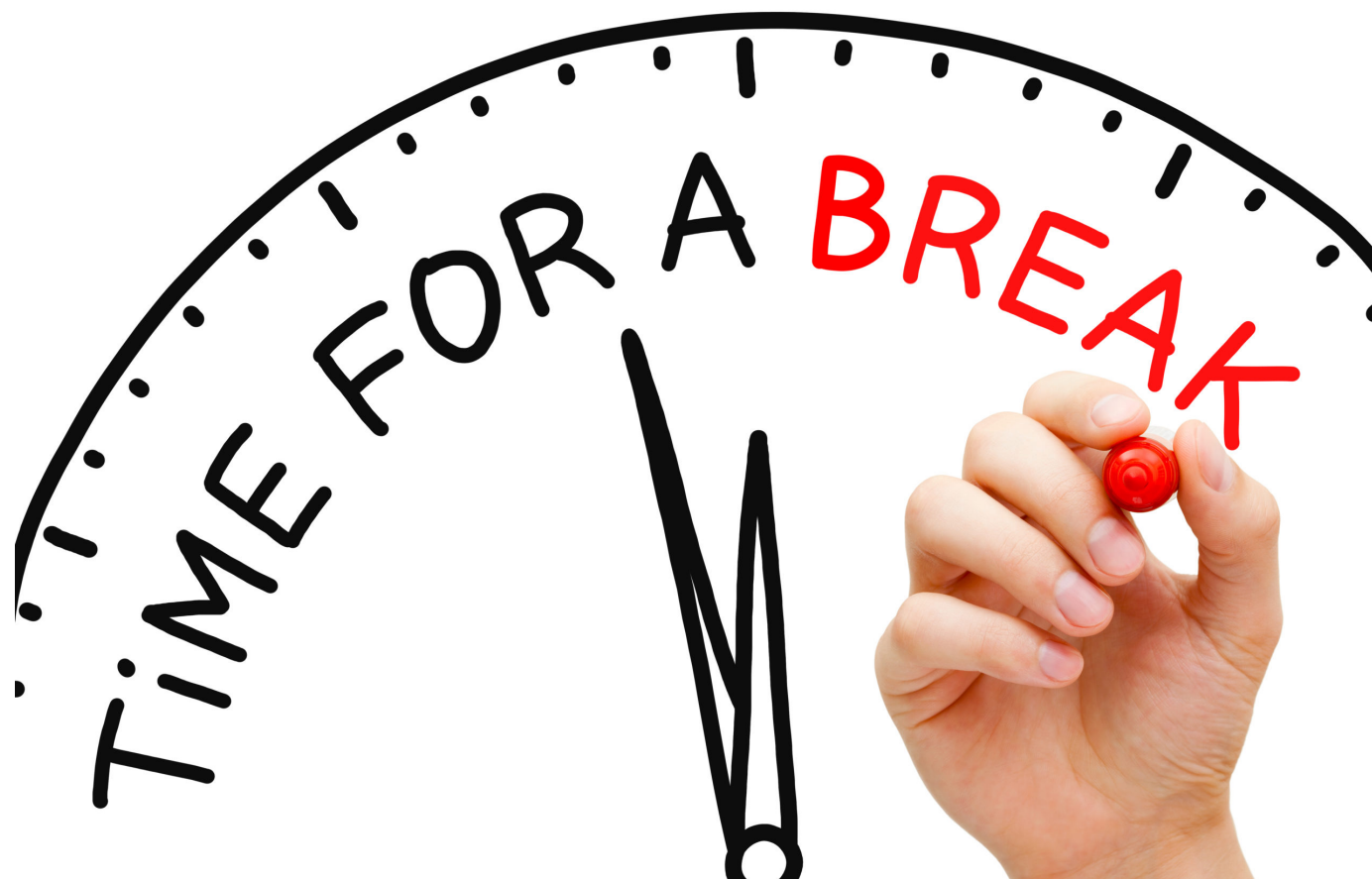
Interview personen starter sin fortælling ved at fortsætte sætningen: I min personlige udvikling som Coach vil jeg gerne have fokus på....

interviewers opgave er herfra at undersøge dette ud fra:

- hvordan kan det i grunden være det netop er det som optager dig?
- hvad er dine intentioner eller forhåbninger med at have dette fokus?
- hvilke forskel drømmer du om det vil gøre i din praksis? Hvad vil du forsøge særligt at lytte efter i løbet af dagen?

Afslutte med en opsummering/bevidning: som nedskrives og gives tilbage. 1) det jeg hæfter mig ved du ønsker at fokusere på er... 2) jeg kan forstå det for dig handler om at.... det fortæller mig at det er vigtigt for dig.... 3) det resonerer med mig på den måde at.... 4) det giver mig lyst til at...

10:00



Den narrative position

Narrativ tilgang i coaching er en optimistisk, måske endda legende, indstilling til samtaler ud fra et ønske om at få skabt afstand til dominerende fortællinger og sat skub i de undertrykte eller ufortalte historier som rummer nye handlemuligheder.

Et redaktionelt ansvar for livsfortælling



Hvad er muligt at vide?



Dobbelt lytning

- Dominerende undertrykkende fortællinger (lyt efter normer der former: man, bør, skal...)
- Tynde tråde af undertrykte fortællinger (Lyt efter: intentioner, bevæggrunde, tvivl...)



Eksternalisering

Handler frem for alt om at lægge afstand til dominerende fortællinger, så det bliver muligt at løsrive sig og forholde sig til dem. Det er at skabe mulighed for nye ståsteder og positioner i relation til en problemstilling.

Eksternalisering er en bevist begrebsliggørelse og undersøgelse, der afmaskere problemet ved at udstille det, som emergent snarere end iboende.

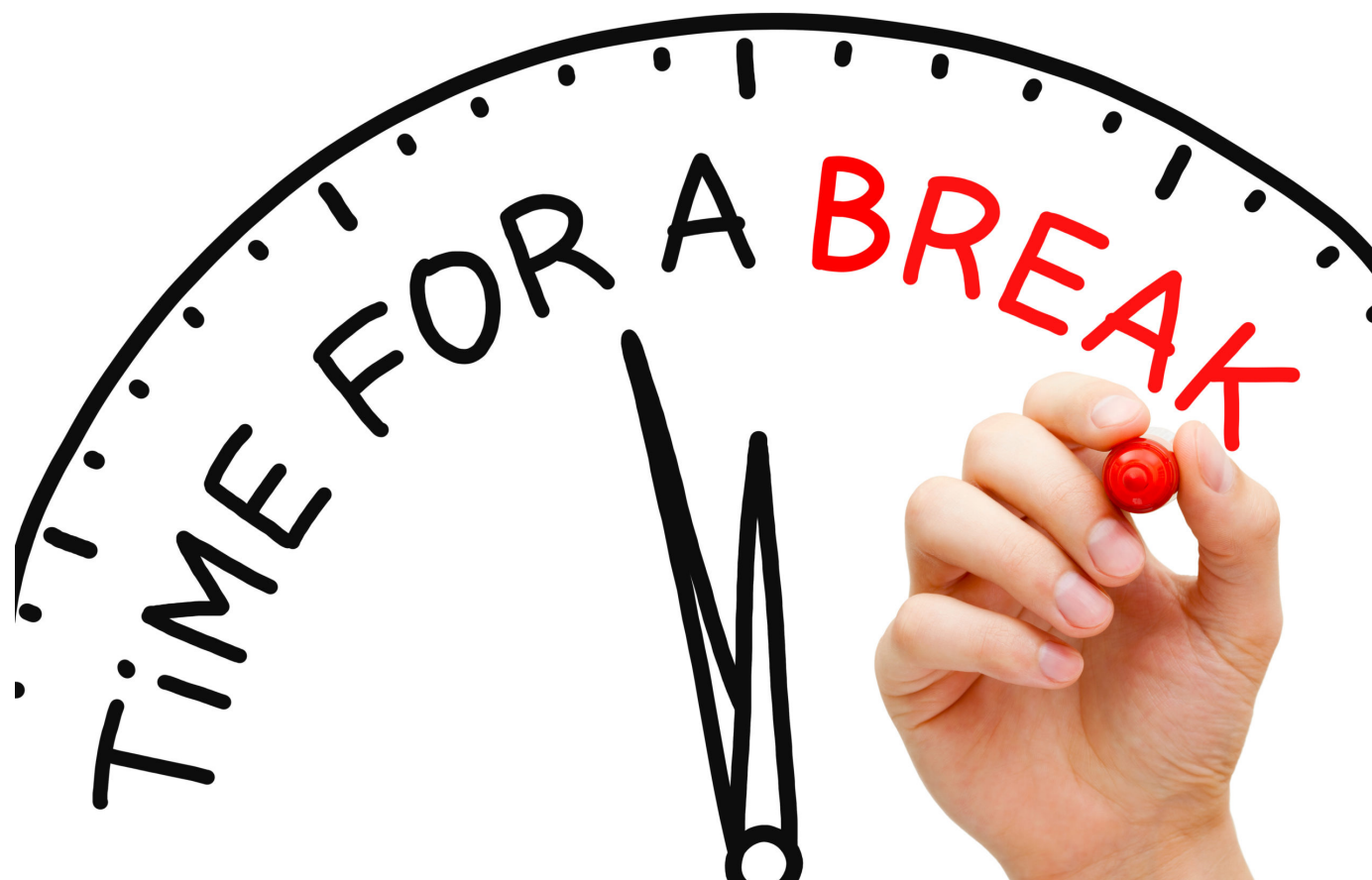




Øvelse: Eksternalisering/begrebsliggørelse

- Interview på skift ca. 2x20 min
- Som første del af øvelsen skal én tænke på et "problem", det kan være en tro eller en idé som står mellem dig og dit ønske om at gøre noget nyt eller anderledes end det, du plejer (fx i arbejdssammenhæng).
- Den anden interviewer ud fra interviewguide.
- Formål: træne eksternaliserende sprogbrug og undersøgende position.

11:00





Øvelse: Eksternalisering/begrebsliggørelse

- Interview på skift 2x20 min
- Som første del af øvelsen skal én tænke på et "problem", det kan være en tro eller en idé som står mellem dig og dit ønske om at gøre noget nyt eller anderledes end det, du plejer (fx i arbejdssammenhæng).
- Den anden interviewer ud fra interviewguide.
- Formål: træne eksternaliserende sprogbrug og undersøgende position.

Frokost



Fortælling og meningsskabelse

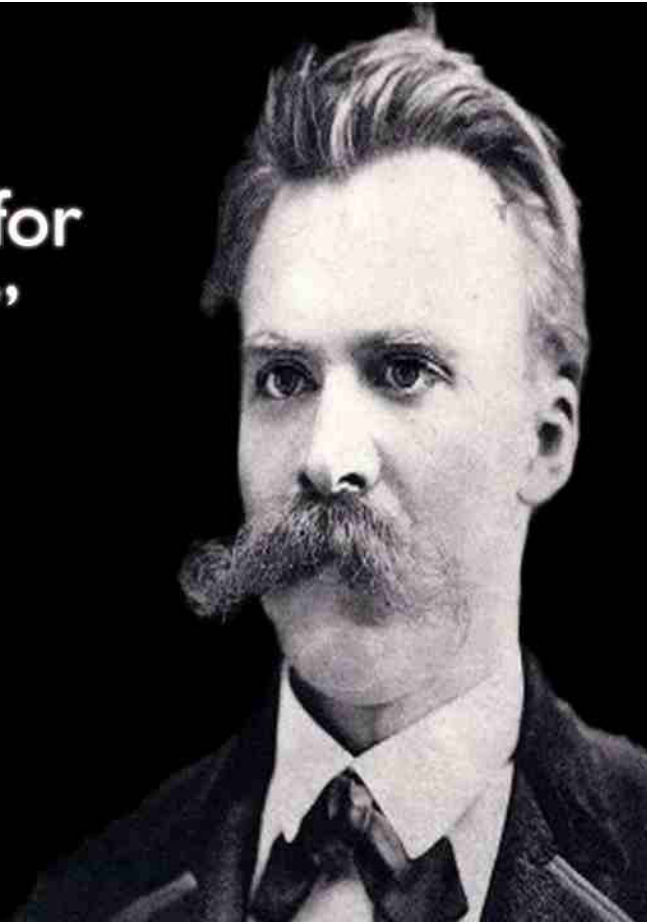
*Livet er et vandfald af
øjeblikke, vi skaber mening
i det gennem fortællinger,
der formes – og former os -
over tid og følger et plot...*



**“He who has a why to live for
can bear almost any how.”**

- Friedrich Nietzsche

WWW.MOBQUOTES.COM



Stilladsering – forbinde handling og mening

Meningslandskab



Handlelandskab



Et forsøg på stilladsering...

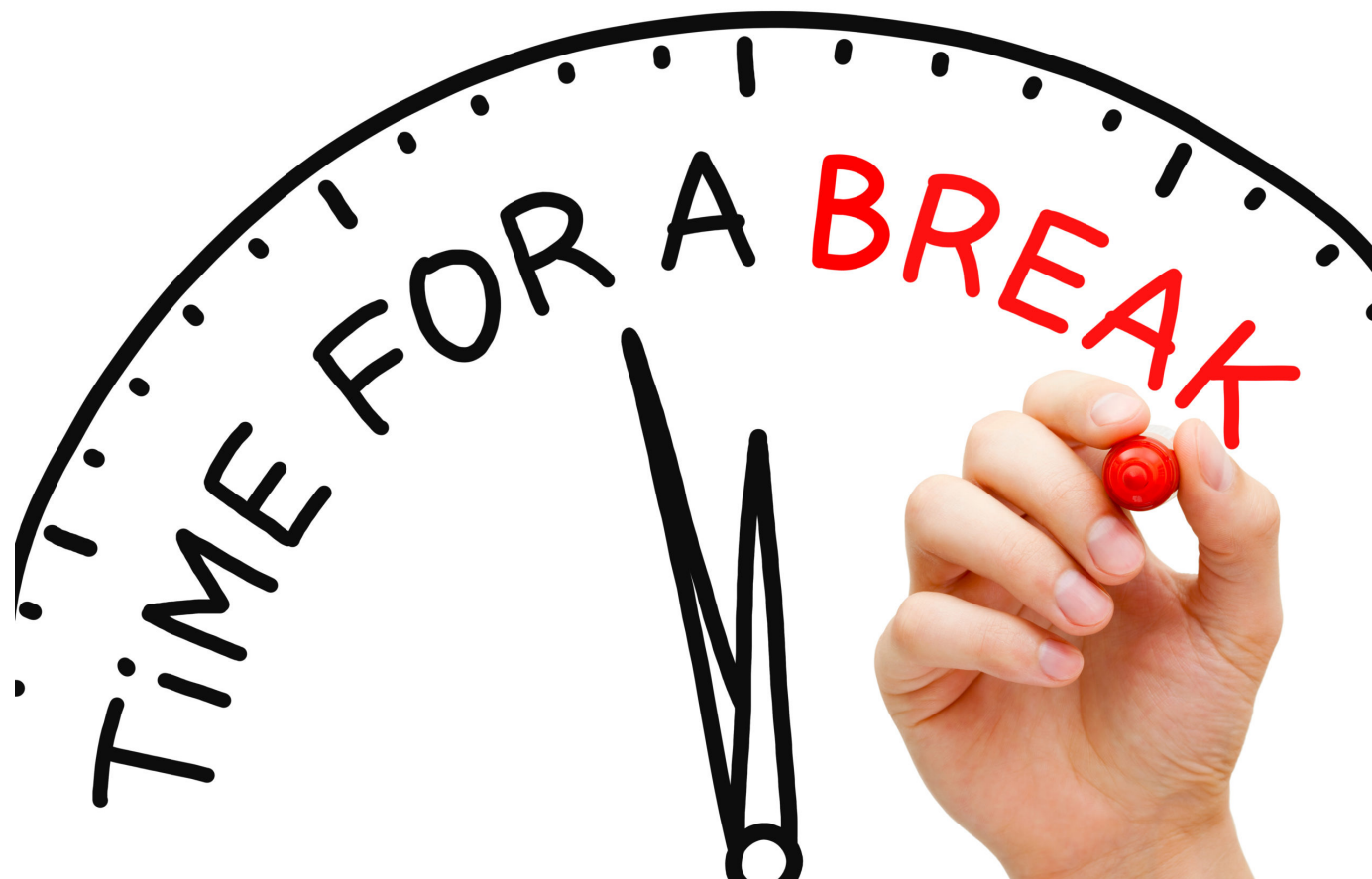




Øvelse: Stilladsering, handle -og meningslandskab

- Interview i par ca. 2 x 20 min
- Som interviewperson tænker du tilbage på et forløb, en coaching samtale, en arbejdsopgave, som du egentlig er meget godt tilfreds med eller måske endda lidt stolt over. Som Interviewer har du nu til opgave, at interviewe ind i dette og bygge et stillads af mening.

13:45

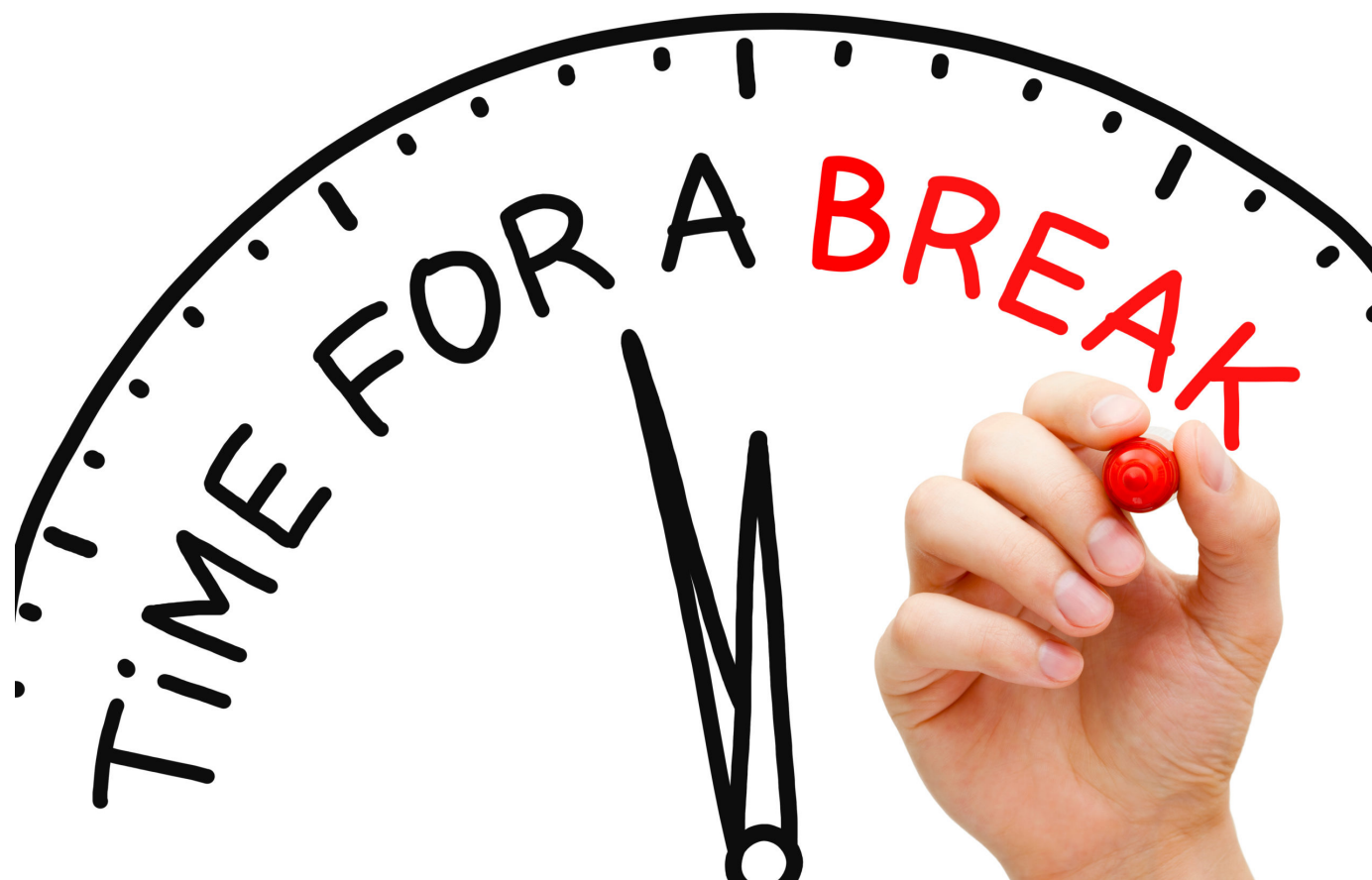




Øvelse: Stilladsering, handle -og meningslandskab

- Interview i par ca. 2 x 20 min
- Som interviewperson tænker du tilbage på et forløb, en coaching samtale, en arbejdsopgave, som du egentlig er meget godt tilfreds med eller måske endda lidt stolt over. Som Interviewer har du nu til opgave, at interviewe ind i dette og bygge et stillads af mening.

14:45





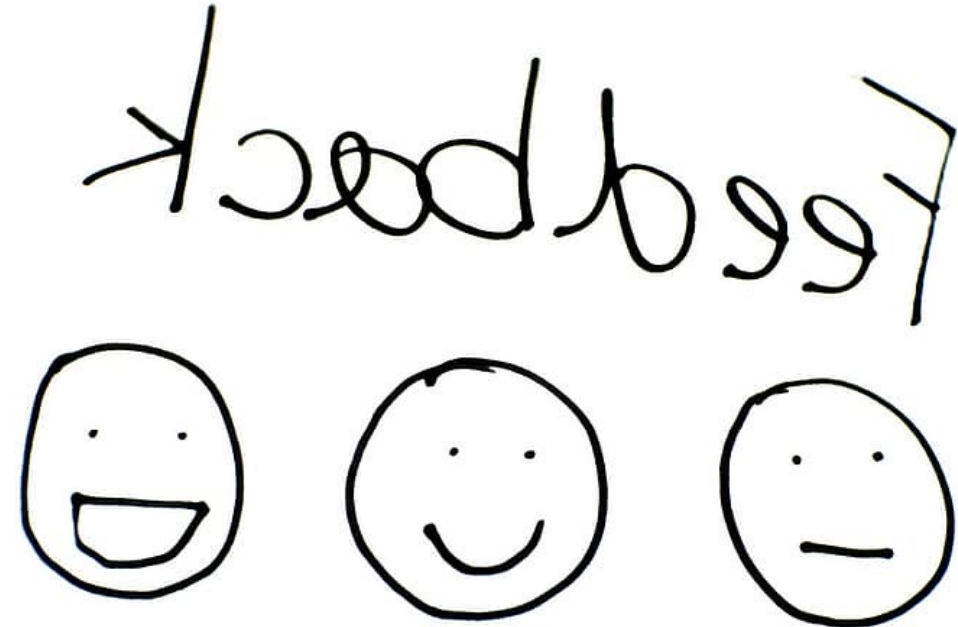
Øvelse: Narrativ tilgang i MIN coaching

Arbejde i par ca. 2 x 20 min

- Arbejd med integrationen af den narrative tilgang i jeres egen praksis, hvor i tager udgangspunkt i en af jeres sager/forløb.
- Brug hinanden som læringsmakkere til at få drøftet og lagt en god plan for, hvordan I kommer til at arbejde videre med det.

15.45 Afrunde

- Aftaler omkring opfølgningen
- Feedback på i dag



Tak for nu

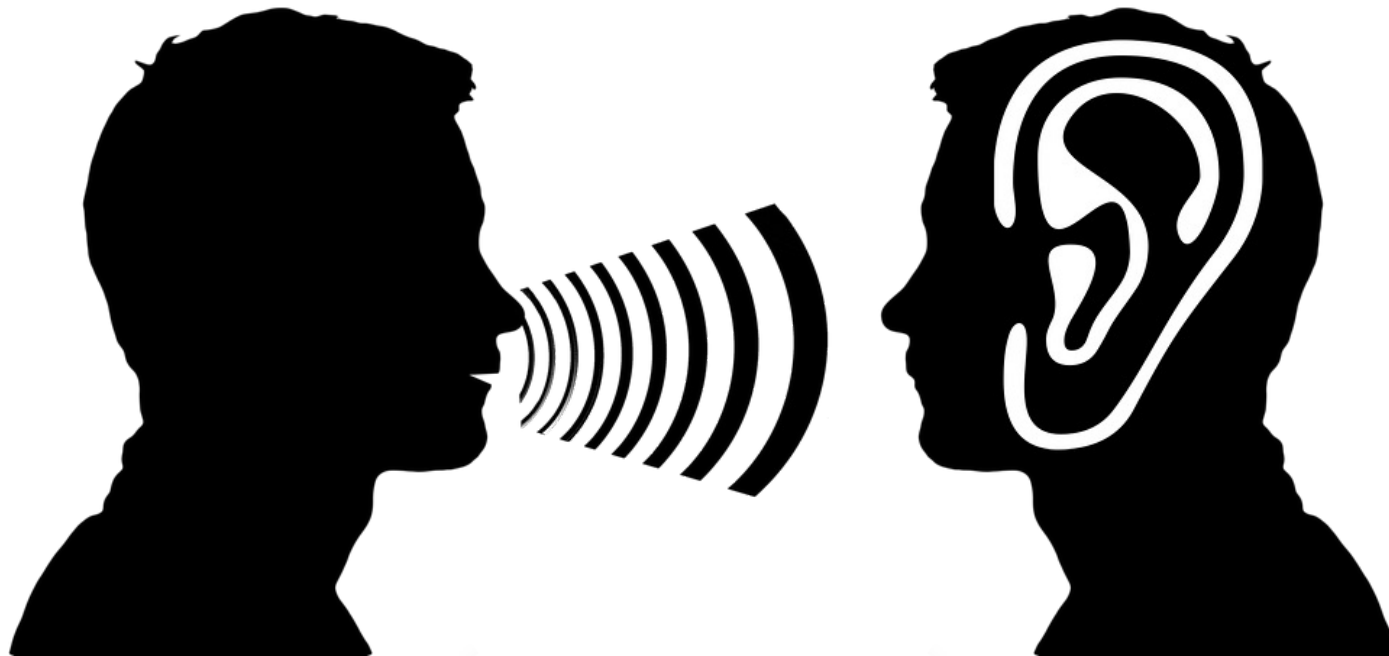
Makkerpar

- Lasse, Anne Kathrine
- Aslak, Astrid
- Frederik (projektmedarbejder) og Jonas (leder)

Disposition af dagen

- 9.00 Godmorgen og plan
- 9.15 Afsæt og Læringsfokus
- 10.00 pause
- 10.10 undersøgelse, narrativer og rationaler
 - Oplæg
 - Øvelse eksternalisering en vej 30 min
- 11.00 pause
- 11.10 Øvelse 2. vej (30 min)
- Fælles opsamling
- 12.00 Frokost
- 12.45 identitet, intention og meningsskabelse
 - oplæg
 - Video demonstration
 - Øvelse 2 (stilladsering en vej)
- 13.45 pause
- 14.00 (stilladsering anden vej)
 - Interview 30 min
 - Fælles erfaringsindsamling
 - Rund om bordet (15 min)
- 14.45 pause
- 15.00-15.45 læringsmakker interview
- 15.45-16.00 Afrunde

Lyt og der vokser eventyr ud af alle





ind og ud af samtalen

- Rund om bordet, 3 x 5 min
 - 1) Foretrukne indgange
 - 2) Foretrukne udgange

