



Coach Reflection Day Formate

Coach Reflection Day Vision (erstellt 2014)

"Agilität in Organisationen zu fördern, heißt mit agilem Coaching arbeiten. Mit agilem Coaching arbeiten heißt mit Menschen arbeiten. **Mit Menschen arbeiten heißt an sich selbst arbeiten.** Das gelingt nicht im stillen Kämmerlein. Das braucht Austausch. Diesen Austausch jedem einzelnen Agilen Coach professionell zu ermöglichen ist unser Ziel.

Im Jahr 2016 hat jeder Agile Coach einmal pro Halbjahr die Gelegenheit an einem Reflexionstag teilzunehmen, um sich auszutauschen und für seine tägliche Praxis zu lernen. Preis und Reisedauer stellen hierbei kein Teilnahme-Hindernis dar.“

Initiatoren Gerald Fiesser, Martin Heider & Fabian Schiller

Supervision

Vorbereitung

Sofern nicht vorgegeben ernennt die Gruppe einen Moderator, der folgende Aufgaben hat:

- Auf die Zeit achten
- Auf die Struktur achten
- Fälle aufnehmen (am Flip-Chart)
- Einige Kern-Fragen stellen

Der Moderator kann nicht gleichzeitig Fallgeber sein, darf also im Folgenden keine Fälle einbringen.

Im nächsten Schritt muss ein Thema für die kommenden 70 Minuten gefunden werden:

Der Moderator fragt in die Runde nach konkreten Fällen, die die Teilnehmer besprechen möchten. Jeder potentielle Fallgeber schildert seinen Fall in 1 Minute und gibt dem Fall dann einen Namen (1-2 Worte), den der Moderator am Flip-Chart notiert. Das geschieht so lange, bis keine Fälle mehr genannt werden bzw. 10 Minuten vergangen sind.

Im Anschluss verteilt jeder Teilnehmer drei Punkte auf die Fälle, die er gerne bearbeiten würde. Der Fall mit den meisten Punkten gewinnt. Die Person, die den Fall eingebracht hat, ist im Folgenden der Fallgeber.



Durchführung

Allgemeines: Es ist wichtig darauf zu achten, dass jeder Block 10 Minuten nicht überschreitet. Außerdem dürfen – außer in den Blöcken „Fragen zum Fall“ (2) und „Reflexion“ (7) – je Block immer nur der Fallgeber oder nur die Gruppe sprechen!

1. Beschreibung des Falls durch Fallgeber – die Gruppe schweigt! [10 min]

Der Moderator fordert den Fallgeber auf, den Fall in seinen eigenen Worten möglichst genau in 10 Minuten zu schildern.

Wenn der Fallgeber mit seiner Beschreibung fertig ist oder 10 Minuten vergangen sind beendet der Moderator mit der Frage: „Gibt es noch etwas wichtiges, was wir über den Fall wissen müssen?“

2. Fragen zum Fall durch Gruppe – Gruppe fragt, Fallgeber antwortet [10 min]

Der Moderator bittet die Gruppe, Fragen zum Fall zu stellen. Der Fallgeber antwortet entsprechend.

Der Moderator fragt den Fallgeber: „Könntest Du bitte Deine Frage an die Gruppe – bezüglich des Falls – noch einmal kurz formulieren?“ – Diese Frage sollte der Moderator notieren!

Nach den Fragen bittet der Moderator den Fallgeber hinter einer Metaplanwand Platz zu nehmen, zuzuhören und darauf zu achten, was in ihm selbst beim Zuhören vorgeht.

3. Hypothesenbildung durch Gruppe – Fallgeber schweigt [10 min]

Die Gruppe bildet alle Hypothesen, die ihr zum geschilderten Fall einfallen. Eine Person (nicht der Moderator!) hält alle Hypothesen auf dem Flip-Chart fest.

Der Moderator fordert den Fallgeber auf, wieder ans Flip-Chart zu kommen.

4. Stellungnahme durch Fallgeber – Gruppe schweigt [10 min]

Der Fallgeber geht die aufgestellten Hypothesen am Flip-Chart eine nach der anderen durch und nimmt jeweils Stellung dazu. Die Gruppe schweigt und hört zu!

Nach den Fragen bittet der Moderator den Fallgeber hinter einer Metaplanwand Platz zu nehmen, zuzuhören und darauf zu achten, was in ihm selbst beim Zuhören vorgeht.

5. Handlungsoptionen durch Gruppe – Fallgeber schweigt [10 min]

Die Gruppe überlegt gemeinsam, welche Handlungsoptionen der Fallgeber im besprochenen Fall hat. Alle Optionen, die die Gruppe findet werden am Flip-Chart notiert.

Der Moderator fordert den Fallgeber auf, wieder ans Flip-Chart zu kommen.

6. Stellungnahme durch Fallgeber – Gruppe schweigt [10 min]

Der Fallgeber geht die Handlungsoptionen Punkt für Punkt am Flip-Chart durch und nimmt Stellung dazu.

Der Moderator fragt abschließend den Fallgeber: „Wurde Deine Frage hier hinreichend beantwortet?“ – Frage von der Notiz am Anfang nochmal vorlesen.

7. Reflexion – Fallgeber und Gruppe [10 min]

Die Gruppe spricht darüber, wie das Format für sie funktioniert hat, welche Dinge leicht und welche schwer gefallen sind. Der Fallgeber reflektiert darüber, wie er damit umgegangen ist, dass 60 Minuten über ihn und seinen Fall gesprochen wurde.

Coaching Dojo

Wir starten mit einem vereinfachten „Check in“ Format aus den Core Protokollen der McCarthys, welches aus folgenden Schritten besteht:

- Sprecher sagt „Ich bin [eines oder mehrere der Gefühle wütend, traurig, glücklich, ängstlich].“
Zudem kann der Sprecher eine kurze Erklärung hinzufügen.
- Sprecher schließt mit „Ich bin jetzt da“ ab.
- Die Zuhörer antworten mit „Willkommen.“

Die Teilnehmer schweigen während anderer „Check ins“. Beim eigenen „Check in“ wird nicht auf andere „Check ins“ Bezug genommen.

Anschließend teilen wir uns in Coaching Dojos mit 5-6 Teilnehmern auf, welche folgende Rollen unter sich aufteilen

- 1 Moderator & Beobachter, der auf die Zeit achtet
- 1 Suchender / Coachee, teilt seinen Fall mit der Gruppe
- 2 Coaches
- 1 - 2 Beobachter, sehen und hören zu, wie die Coaches agieren

Die Coaching Dojos nehmen sich einen Fall aus der Praxis vor, um Coaching-Interventionen auszuprobieren und zu beobachten. Dabei können entweder vorgefertigte Situationen oder wirkliche Fälle der Teilnehmer gecoacht werden. Die Auswahl eines realen Teilnehmer Falls kann wie in der Supervisionsvorbereitung erfolgen.

Die Coaches haben die Möglichkeit mit **Click** ein Einfrieren einer Coaching Session herbeizuführen, um z.B. die eigenen Gedanken offen zu legen oder Tipps von Beobachtern oder dem anderen Coach zu erfragen. Darüber hinaus kann mit **Rewind** an einem früheren Zeitpunkt der Coaching Session nochmals aufgesetzt werden.



Der zeitliche Plan sieht wie folgt aus:

- Wahl des Falls und der Rollen [10 min]
- Erklärung der Click Rewind Technik durch den Moderator [5 min]
- Coaching durch den ersten Coach. Beobachter machen sich Notizen, was sie hören, sehen und anderweitig wahrnehmen [15 min]
- Moderator gibt ein Zeichen, wenn 15 Minuten vorbei sind
- Coaching durch den zweiten Coach. Beobachter machen sich Notizen, was sie hören, sehen und anderweitig wahrnehmen [15 min]
- Moderator gibt ein Zeichen, wenn 30 Minuten vorbei sind
- Coaching durch beide Coaches als Paar. Beobachter machen sich Notizen, was sie hören, sehen und anderweitig wahrnehmen [10 min]
- Debriefing
 - o 10 Minuten innerhalb Coaching Dojos. Moderator sammelt Erkenntnisse auf Flipchart
 - o 5 Minuten Teilen der Lernerfahrungen im Plenum

Walk & Talk

Wir laden Euch ein, in Paaren einen gemeinsamen Spaziergang im Fürther Stadtwald zu machen und Euch miteinander zu unterhalten. Natürlich nicht einfach so, sondern gleichzeitig um Eure Fähigkeit einander zuzuhören zu üben und mehr über Euch selbst und den anderen zu erfahren. Wir empfehlen Euch, einen Partner zu wählen, den Ihr noch nicht kennt. Stellt Euch gegenseitig kurz vor. Anschließend laden wir Euch zu folgendem Format ein:

- 20' Minuten: Einer spricht, der andere hört nur aufmerksam zu oder stellt Verständnisfragen
- 20' Minuten: Der Andere spricht, der erste hört nur aufmerksam zu oder stellt Verständnisfragen

Als Thema bieten wir Euch folgende Fragen an

- Was macht aus meiner Sicht einen guten Agilen Coach/Scrum Master aus?
- Was lebe ich bereits sehr gut? Was fällt mir leicht?
- Wo habe ich noch Potential? Was fällt mir bis jetzt schwer?
- Wo möchte ich mich weiter entwickeln?

Sollte dem Sprechenden einmal nichts einfallen, so schweigt gemeinsam, bis dem Sprechenden wieder ein Gedanke kommt. Bemerkte auch was das Schweigen mit Euch macht.

In der übrigen Zeit könnt Ihr Euch darüber unterhalten, welche Erkenntnisse Ihr aus den ersten 40 Minuten gewonnen habt. Anschließend erwarten wir Euch wieder für Supervision oder Coaching Dojo im NH Hotel Forsthaus.

Anbei ein kleiner Plan für den Stadtwald, falls Ihr Euch verlaufen solltet :-)

