

Coaching i organisationer

Kapitel 8

Øvelse

Kognitiv coaching.

Arbejd i denne øvelse gerne sammen i hold på 3, hvor I skiftes til at være coach, fokusperson og observatør. Når I arbejder med kognitiv coaching, er det vigtigt at være opmærksom på, at I i en spørgeramme får alle grundelementerne (adfærd, følelser, krop og tanker) med, som skitseret på side 189 i bogen. I den kognitive strukturmodel kan disse grundelementer inddrages i punkt 2 i modellen (jvf. faseinddelingen side 189 nederst), som arbejder med en analyse af problemet.

Observatøren registrerer de svar og nonverbale registreringer, denne fanger i hvert af de 4 kognitive grundelementer, der spørges ind til.

Hver coachsession har en varighed på ca. 10 minutter og refleksionen på ca. 5 minutter, hvor observatøren fremlægger sine registreringer. Herefter reflekterer alle sammen over forskelligheden i disse svar, der gives, når der spørges ind til hvert af grundelementerne.

Diskuter gerne i plenum, hvilke fordele og ulemper, den kognitive coachmodel har for fokuspersonen.