



Guten Morgen Max.

Machst Du Kampfsport? Warst Du schon mal in einem [Dojo](#)? So wird oft der Trainingsraum bezeichnet, und diese Idee lässt sich prima auch auf andere Fähigkeiten übertragen, die Übung erfordern.

Letztens hatte ich die Gelegenheit, mal wieder an einem Coaching-Dojo teilzunehmen, wo es darum ging, eben Coaching zu üben. Jeweils drei Personen (Coach, Coachee, Beobachter:in) finden sich zusammen, Coach und Coachee führen ein kurzes Coaching-Gespräch und danach gibt es Feedback und Austausch. Kann ich sehr empfehlen!

Ich war in der Rolle der Beobachterin. Sehr spannend und herausfordernd, dem Gespräch zu folgen und auf möglichst allen Ebenen zuzuhören, und dann natürlich den eigenen Impulsen zu widerstehen. Einige Male wäre ich auf eine Bemerkung, eine Aussage der Coachee eingegangen und hätte das vertieft, aber der Coach ist einen anderen Weg gegangen (der auch funktioniert hat). Und ich musste die Klappe halten! ☹️



Foto von Sam Moghadam Khamseh auf Unsplash

Im Rückblick auf den gesamten Gesprächsfluss ist mir nochmal aufgefallen, wie wichtig es ist, das Ziel zu Beginn zu klären. Insbesondere auch das emotionale Ziel des Coachee. Wie fühlt es sich an, wenn du angekommen bist? Woran erkennst du, dass du eine für dich gute Lösung erreicht hast? Das hätte zu mehr Fokus und Klarheit im Verlauf des Gesprächs geführt.

Und ich habe so den Verdacht, dass Gesprächsziel klären (für jede:n persönlich und gemeinsam) auch für andere Gespräche hilfreich sein kann...

Herzliche Grüße,
Dörte

PS: Danke an die [Agile Usergroup FrankfurtRheinMain](#) für die Organisation des Coaching-Dojos!



Begegnen wir uns?

... bei einer gemeinsamen Veranstaltung:

- 28.2.2023, [Guerilla Organisation Enablement](#), Agiler Stammtisch Frankfurt, online (und in Frankfurt)

... in offenen Trainings oder Workshops:

- 9./10.2.2023, [Hybrides Projektmanagement 1](#), online
- 2./3.3.2023, [Hybrides Projektmanagement 1](#), München (ausgebucht)
- 8./9.5.2023, [Hybrides Projektmanagement 2](#), Köln

... unterwegs:

- 13./14.2.2023 in München
- 22./23.2.2023 in Höhr-Grenzhausen
- 1./2.3.2023 in München
- am Wochenende 11./12.3.2023 in Trier
- 22./23.3.2023 in Remscheid

... oder einfach mal so austauschen: dann gern [hier](#) einen Gesprächstermin via Zoom oder Telefon vereinbaren. Oder mir eine [Mail](#) schreiben.

Wurde Dir diese Mail weitergeleitet?

Jetzt
abonnieren!



Dörte Schröder | Siebengebirgsblick 6 | D-53844 Troisdorf
Copyright ©2023. All rights reserved.

[Abmeldelink](#) | [unsubscribe](#) | [Lien de désinscription](#)