

Kunsten at dvæle i dialogen

Kvalificering af professionelle hverdagsdialoger gennem tredje generations coaching®

Reinhard Stelter

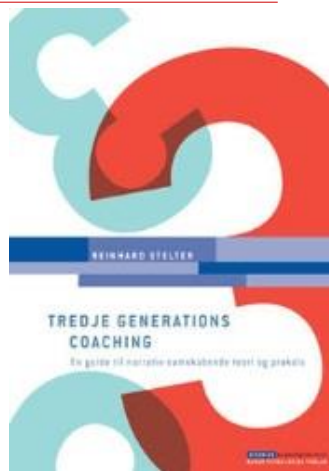
Professor, ph.d. (psyk)
Accred. coachingpsykolog (ISCP)
Leder af Coaching Psychology Unit, NEXS, KU

Email: rstelter@nexs.ku.dk
www.rstelter.dk
www.nexs.ku.dk/coaching
www.nexs.ku.dk/coachingforedrag



Lidt om mig

- Professor i coachingpsykologi på NEXS, KU
- Gæsteforsker på CBS – Master of Public Governance
- Course director Copenhagen Summer University: [Kunsten at lede: Coaching, Kierkegaard og lederskab](#)
- CBS Executive: [Selvindsigt og handlekraft](#)
- Accred. coachingpsykolog (ISCP) i egen praksis, mentor i 2 mentorprogrammer
- Underviser på Master coachinguddannelse ved Copenhagen Coaching Center
- Har boede i DK siden 1984, tysk statsborger
- www.rstelter.dk





Program for dagen

10.00 **Velkommen** – forventningsafstemning

10.15-12.00 (med pauser efter behov)

- **Kort om tredje generations coaching:** Centrale pointer for kunsten at dvæle i dialogen
- **Identitet i dialogens centrum – teorigennemgang**
- **Præsentation af tredje generations coachings interventionsteori**

12.00-12.45 FROKOST

12.45-15.00 (med pauser efter behov)

- **Konkrete praksisøvelser/demonstration** med deltagernes erfaringsrefleksion samt teoretisk input
- **Værdirefleksion, udformning af narrativ-samskabende processer** og fælles meningsskabelse mellem coach og coachees

15.30 Spørgsmål og afrunding

16.00 Tak for i dag

Reinhard Stelter

3



Bogens motto

***At staa ene –
ved en Andens Hjalp!***

Søren Kierkegaard
i *Karlighedens Gerninger* (1847)

Reinhard Stelter

4

Motto ved tidligere bog

*In true dialogue,
both sides are willing to
change.*



Thich Nhat Hanh
Buddhistisk munk og fredsaktivist

Min ambition

- At udvikle bæredygtige dialoger**
- Coachen skal være et **med-menneske** som dialogpartner
- Dialogpartneren (fx coachee'en eller fokuspersonen) skal **frigøres** fra dialogholderen (fx coachen)
- Dialogpartneren skal **finde sit ståsted** og sin **forankring i nogle personlige værdier**
- Jeg vil inviterer dig til at dele en drøm med mig om at **føre dialoger, som beriger begge parter**

Coachingens tre generationer – en samtaler med forskellige perspektiver

□ 1. *generations coaching*

□ **Problem/målperspektiv**

Min ambition



□ 2. *generations coaching*

□ **Løsnings/fremtidsperspektiv**



□ 3. *generations coaching*

□ **Refleksionsperspektiv**



Reinhard Stelter

Dias 7

Coaching som slidt begreb

Jeg vil hellere tale om:

- Frugtbare dialoger
- Bæredygtige dialoger
- **Transformative dialoger**
- **Professionelle hverdagsdialoger**

Reinhard Stelter

8

Tredje Generations Coaching - nogle centrale egenskaber

- Fokus på at skabe mening og refleksion over værdier
- Coaching som en reflektiv og samskabende praksis
- Øjeblikke af symmetri mellem coach og coachee
- At stræbe efter det almen menneskelige i dialogen
- At være med-reflekterende, radikal til sted
- **Redefinition af coach-coachee forholdet**

Reinhard Stelter, KU

Dias 9

Tredje generations coaching

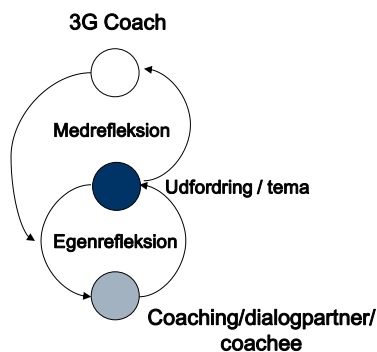
Coachen er **medreflekterende** partner



Delvis asymmetrisk relation

I faser symmetrisk relation

- Coachen støtter coachees egenrefleksion
- Coachen fungerer som vidner i dialogen
- Coachen er med-menneske og samskaber i dialogen



Reinhard Stelter, KU

10



Vejen til kunsten at dvæle i dialogen

- Dialogen inviterer til **selvrefleksion** og bygger på **translokutionaritetens princip**:
Jeg ved ikke, hvad jeg mener, før jeg hører, hvad jeg selv siger; jeg bringes til at lytte til mig selv i egenskab af en anden
(Ole Fogh Kirkeby)
- Dialogen retter sig mod en *falles refleksion* af de involverede parter – en form for læring i et praksisfællesskab.
- Dialogen inviterer til et **perspektivskift** – at finde et nyt og mere passende stædet.

Identitet er i dialogens centrum – selvet tilblivelse i dialogen

- **Identitet** beskriver den dynamiske proces og samspillet mellem individ og den sociale omverden
- **Selvet** er det begreb, der bedst egner sig til at operationalisere og indfange bestemte kendetegn ved individet, fx tanker, og følelser ift. sig selv.

Om at søge sig selv – identitet som central udfordring i vores tid

Hvori ligger udfordringer for den enkelte?

- Sociale relationer og deres kompleksitet udvider sig ekstremt
 - Stigende informationsmængde, samt mange kontakter og berøringsflader via digitale medier
 - Tiltagende selvkontrol, selvovervågning og hyperaktivitet
 - **Vi skal iscenesætte os i forskellige sociale kontekster og gennem de sociale relationer vi indgår i**
 - **Kropsligheden som sanseligt anker for vores identitetsdannelse er truet af de virtuelle rum**
 - **Faren for at opleve sig som rodløst**
-

Reinhard Stelter

13

Samtale med din bordnabo?

Tal sammen med udgangspunkt i følgende spørgsmål:

Vær undersøgende ift. din egen virkelighed og den måde du ser på dig selv ud fra!

- **Hvad har forandret sig for dig gennem de sidste 5 år i forhold til din egen selvopfattelse?**
 - **Hvor meget kontinuitet oplever du i din selvopfattelse?**
 - **Hvad er der sket som noget nyt?**
 - **Hvilken betydning tillægger du andre ift din selvforståelse?**
-

Reinhard Stelter

14

Selvet som kerne eller dynamisk udviklende?

- ❑ I nogle psykologiske teorier (fx psykoanalysen) har man en antagelse om **selvet som kerne**
- ❑ Det bedste man kan gøre er at gå på opdagelse og udforske sit underbevidste og nogle bestemte uheldige modstandsmekanismer

Socialkonstruktionisme:

- ❑ Selvet er relationelt og udvikler sig i specifikke kontekster
- ❑ Selvet er forskelligt afhængig af konteksten – det multiple selv
- ❑ Selvet udformes gennem performative handlinger

Hvordan kommer man i kontakt med sig selv?

- ❑ Ifølge Immanuel Kant er selvet givet som et **transcendentalt ego**, dvs. den enkelte person har ikke umiddelbart adgang til sig selv.
- ❑ **Først i bakspejlet** og i en underliggende bevidsthedsstrøm kan det enkelte individ forstå sig selv.
- ❑ Ifølge Kant er selvet forudsætningen og grundbetingelsen for (selv)erkendelsen og kan **ikke samtidigt være et objekt for erkendelsesprocessen.**

Hvordan kommer man i kontakt med sig selv?

- ❑ **Fænomenologen** Edmund Husserl genoptog begrebet om det transcendentale selv.
- ❑ Han mente dog, at man kunne **nærme sig selvet via *epoche***, hvor man sætter sin egenvurdering og selvbedømmelse i parentes, for dermed at nærme sig selvet.

Reinhard Stelter

17

Hvordan kommer man i kontakt med sig selv?

- ❑ Den første amerikanske professor i psykologi William James taler om "***the pure ego***", som man **faktisk ikke har adgang til via erfaring**, men som antages at eksistere.
- ❑ "***Ego***", personen i sig selv er ikke tilgængelig for vores erkendelse, hverken for en person udefra eller for individet selv.

Reinhard Stelter

18

Hvilken betydning har andre, konteksten og relationen for selvet?

- G. H. Mead (1934) fremhæver den mere generel påvirkning via den sociale omverdens normer, kulturelle værdier, indstillinger og holdninger, kaldet **the generalized other**
- Individets selvopfattelse og identitet er stærkt afhængig af de **relationer, kontekster og kulturer**, som individet er involveret i.
- Den systemisk-socialkonstruktivistiske tradition tager særligt udgangspunkt i **relationens betydning** for selvet og dens opståen
- Bevidsthed, kognition og følelser forankres i selve relationen som "de fortløbende relationers ejendom" (Gergen & Gergen, 2010)

Reinhard Stelter

19

Reinhard Stelter

Relationer som det bærende

- Ken Gergen (2010) i bogen *Relationel tilblivelse*:
"Relationer bevæger sig og bærer deltagernes identitet med sig. En uendelig folden sig ud, som ingen *enkeltperson* har kontrol over.
På samme måde som en bølge i havet kan 'jeget' i et frosset øjeblik synes at være helt selv. Men som øjeblikket forsvinder, forsvinder bølgen i endeløse bevægelser, hvorfra den enkelte ikke kan adskilles."(s 74)

20

Reinhard Stelter

Etablering af centerposition

- **At forholde sig til mange forskellige relationer og kontekster kan gøre en til kasterbold**
- **I en hyperkompleks verden har vi brug for finde ståsted gennem udvikling af selvindsigt**
- **Ståsteder og selvindsigt sikrer forankring**
- **At finde sit ståsted og at udvikle selvindsigt er en dynamisk og aldrig afsluttende proces**
- **Det forudsætter et dynamisk selv**

21

Centerpositionen: Formning af selvet gennem refleksion og handling

- Kierkegaard: Selvet er et forhold der forholder sig til sig selv**
- Kirkeby: Selvet sker**

Reinhard Stelter

22

Kan man helt finde *sig selv* og være *sig selv*?

Om autenticitetsbegrebets begrænsning

- ❑ Ordet **autentisk** kommer fra græsk *authentikos* (original, genuin, magt) og fra *authentēs* (at man agerer på baggrund af egen autoritet)
- ❑ **Autenticitet** er "en personlig oplevelse af ens egen holdning, indstilling og væremåde, som i de andres syn og anerkendelse af denne tilstand opleves som direkte proportional med ens eget refleksionsniveau, dvs. jo mere bevidst man er omkring det, man føler, og omkring det, man vil i relation til andre, desto mere autentisk kan man være" (Stelter, 2012, 206).

Heteroenticitet som ny vej til dialogfællesskab

- ❑ **Antagelse:** Narrativ-samskabende, meningsskabende og værdiorienterede dialoger med inspiration fra tredje generations coaching kan danne basis for en "**smutvej**", **der kan overskride drømmen efter autenticiteten.**
- ❑ **Heteroenticitet defineres som "at være på den andens vegne og på den andens præmisser" eller at have forbindelse med sig selv gennem den anden.**
- ❑ **Autoritet og handlekraft kan vokse ud af (dialog)fællesskabet ved at skabe noget sammen, hvor den enkelte kan genfinde sig selv med sine idealer, drømme og centrale værdier.**

Partnerinterview

1. Person A interviewer person B med udgangspunkt i følgende spørgsmål (10 min.):
 - *Hvad har været din største succes eller tilfredshed som samtalepartner inden for den sidste tid? Beskriv begivenheden og dine tanker og følelser ift. den!*
 - *Hvad er du særligt stolt af, når du tænker tilbage til denne begivenhed?*
 - *Hvad siger denne succes / tilfredshed om dig som (professionel) samtalepartner?*
 - *Hvilke hensigter, værdier, overbevisninger, ambitioner og forhåbninger forbinder du med denne begivenhed og dit ønske at føre frugtbare samtaler?*
 - *Når du tænker på bestemte udfordringer som samtalepartner, hvor har du lyst til at styrke dig? Hvad vil du gerne blive bedre til og lære mere om?*
 1. A responderer til B ved at tale om det, A har hæftet sig særligt ved i B's refleksioner, og deler sine tanker fra sit – As – perspektiv – uden at bedømme eller evaluere B. (Giv en slags "gave" til din samtalepartner! Tal direkte til din partner!)
-

Reinhard Stelter

25

3. Generations Coaching Tre basisaktiviteter ved kunsten at dvæle i dialogen



1. **Giv muligheder for meningskabelse**
 - Mening udvikles i samspillet mellem fornemmelser, refleksion, tale og handling
 2. **Tal om værdier**
 - Forbedre ledelse, kommunikation og samarbejde ved at reflektere over centrale værdier
 3. **Giv rum til udfoldelsen af narrativer**
 - Narrativer tjener at strukturere begivenheder og at samle dem sammen på en tidslinje.
-

Reinhard Stelter

26

Tredje generations coachingens® centrale formål: At skabe mening



1. Mening udformes gennem **konkrete oplevelser og erfaringer → implicit viden**
 - Kropsligt forankret
 - Sanselig-æstetisk forståelse → Metaforer
 - Mening og virkelighed er en personlig konstruktion
2. Mening udformes i **sociale forhandlingsprocesser og gennem fortællinger**
 - Mening udformes i dialog, gennem samarbejde, i samskabelsesprocesser
 - Mening og virkelighed udformes i sociale konstruktionsprocessen

Reinhard Stelter

27

Værdiernes betydning for udvikling af handlekraft

- ❑ **Værdier** repræsenterer en central del af vores identitet. Et fokus på værdier er en refleksion på den mest centrale i vores liv
- ❑ **Værdier** er bindeled mellem handlekraft og vores etiske overbevisning
- ❑ **Værdier** giver vores handling en etisk forankrede legitimitet
- ❑ **Værdier** er en "Jeg kan" – en oplevelse at være herre i eget hus. Vi udvikler en handlekraft i den (også uforudsigelige) situation – vi udvikler en "begivenhedskapacitet" (Kirkeby)
- ❑ **Værdier** giver adgang til vores praktiske visdom (phronesis). **Værdier** er med til at skabe et meningsfuld handlingsfundament.

Reinhard Stelter

28

Fortællinger former ens liv og identitet

- ❑ Fortællinger strukturerer begivenheder (tidsforløb, dramaturgi)
- ❑ Fortælling kan også ændres. En fortælling har altid et perspektiv (udvalg af begivenheder; plot; storyline)
- ❑ Fortællinger skaber sammenhæng – men de kan også ændre sammenhæng og skabe ny forståelse
- ❑ Gennem fortælling skaber vi mening og tilskriver begivenheder, tidsforløb og personer en specifik betydning
- ❑ “Lives are told in being lived and lived in being told” (Carr, 1986, 61)
- ❑ Telling is the “doing” of identity (Kraus, 2006)

Narrative strategier

Outsider witness – bevidning

- ❑ Man deler egne overvejelser, følelser og tanker ift. det hørte med den anden eller med gruppen.
- ❑ Bevidnelse undgår diskussioner og skaber en berigende samtale, som giver plads til refleksion og bevidstgørelse for alle involverede parter.



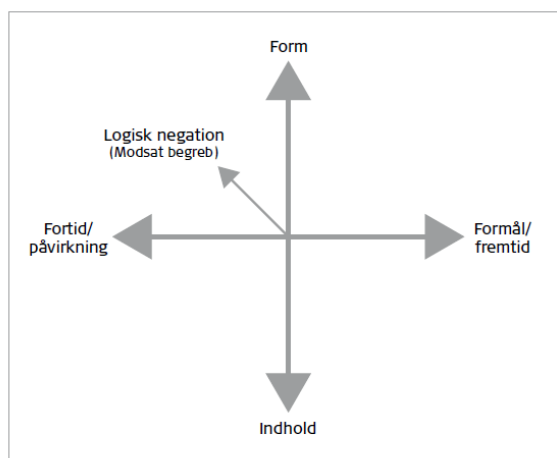
Praktiske "værktøjer"

- **Vigtigst er din grundindstilling til den anden:**
 - Egenforståelse
 - Witness-thinking
 - Relational stemthed
 - Opmærksomhed
- **Det logiske kryds til protreptisk samtale**
- **Give gaver mht din og dialogpartnerens handlings- og identitetslandskab**

Reinhard Stelter

31

Det logiske kryds



Figur 7.3. *Undersøgelse af et begreb, ord eller værdi via det logiske kryds* (illustration med inspiration fra Gørtz & Mejlhede, 2015, s. 30)

32

Det logiske kryds

- **Fortid og påvirkning:** Hvor kommer X fra? (etymologiske rødder). Hvordan er X opstået? Hvad betyder X for dig? Hvilken stemning udløser X hos dig?
- **Form:** Hvilken form har X? Hvordan adskiller X sig fra beslægtede begreber Y og Z?
- **Den logiske negation** i forhold til X som særlig kategori: Hvad er det modsatte af X? Hvordan så verden ud, hvis X ikke eksisterede?
- **Indhold:** Hvad består X af? Hvilken skikkelse har for eksempel "ansvarlighed" i din organisation? Hvilken *aura* eller *udseende* har X? Hvordan kommer X til syne hos dig, når du har det godt med dig? Hvor længe kan X vare ved? Hvad kunne være en trussel for X?
- **Formål og fremtid:** Hvad er X's formål? Hvad kommer der til at ske med X? I hvilken retning udvikler tingene sig eller du dig, hvis X kommer til sin fulde udfoldelse?

Reinhard Stelter

33

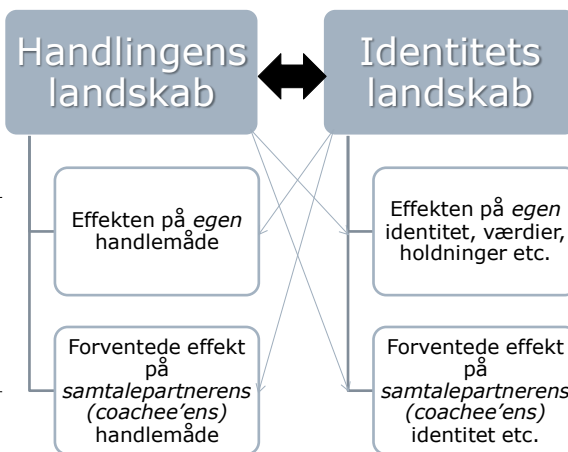
Tredje Generations Coaching

Det narrative perspektiv 'Bevidningsprocedurer'



To centrale
fokusområder:

Bevidnings-
former fra
coach el.
coaching-
gruppe-
deltagere



Reinhard Stelter

Effekt = at give eller modtage **gaver**

34

Interview øvelse

(narrativ orienteret)

4 per gruppe - i alt 45 min per gennemgang



- Coach interviewer fokuspersone. De to observatører lytter til interviewet (20 min)
- Efter afsluttede samtale taler de to observatører sammen (15 min.)
 - "Hvad bed du mærke i i fokuspersonens historie? - Hvilket udtryk, hvilken vending har fanget din opmærksomhed som vidne?"
 - Hvilket billede får du om fokuspersonens liv, identitet og verden generelt? Hvad fortæller dette udtryk/denne vending om personens hensigter, værdier, overbevisninger, forhåbninger og commitments?
 - Hvad siger dette udtryk/denne vending dig, hvis du sætter den i forbindelse med dit eget liv?
 - Hvordan berøres du selv af fokuspersonens fortælling? Hvor har din erfaring med fortællingen bragt dig hen?
- Fokuspersonen kommer med sine refleksioner på observatørens samtale (5 min.)

Reinhard Stelter

35

At fremme opmærksomhed



- At skærpe fokus på situationens implicite elementer**
- At fordybe sig i situationens kompleksitet**
- At være undrende og anerkendende i sin udforskning**
- At skærpe opmærksomhed på sig selv og på den anden**
- At vise opmærksomhed på problemet, ikke på personens mangler**
- At skærpe opmærksomhed på det etisk værdimæssige perspektiv.**

Reinhard Stelter

36



Afslutningsinterview

- Hvad er det mest betydningsfulde, som du tager med fra dagen?
- Hvad fortæller det om dig og det, der er særlig vigtig for dig?
- Hvor bringer dine refleksioner dig hen? Hvilke spor sætter dagen hos dig?
- Hvilke ideer og forestillinger har du ift. nye handlemåder og initiativer efter du er kommet hjem til din arbejdsplads / eller dit liv?

Reinhard Stelter

37

Tak for i dag!!



Stelter, R. (2016). *Kunsten at dvæle i dialogen – Refleksion over tredje generations coaching*®. København: Dansk Psykologisk Forlag.

Stelter, R. (2012). *Tredje generations coaching*®. København: Dansk Psykologisk Forlag.

Stelter, R. (2012). Tredje generations coaching – en invitation til nytænkning og faglig udvikling. [Coachingpsykologi, 2, 1](#), 11-25

Coachingtaler via: www.rstelter.dk eller tel. 23445666

38