

# Coaching som kunsten at dvæle i dialogen

25. april 2017



Foredragsrække "Coaching – forskning og praksis", 25.4.2017

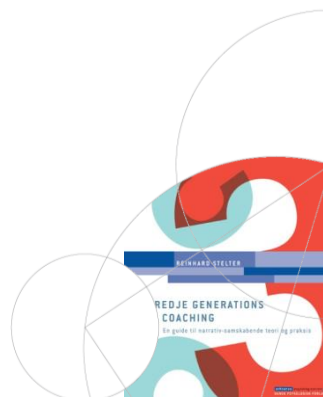
## Coaching som **Kunsten at dvæle i dialogen** Kvalificering af professionelle hverdagsdialoger gennem tredje generations coaching®

### Reinhard Stelter

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

Email: [rstelter@nexs.ku.dk](mailto:rstelter@nexs.ku.dk)  
[www.rstelter.dk](http://www.rstelter.dk)  
[www.nexs.ku.dk/coaching](http://www.nexs.ku.dk/coaching)

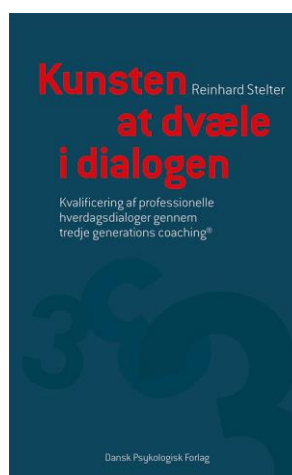
1



## Bogens motto

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

Søren Kierkegaard  
i *Karlighedens Gerninger* (1847)



2

## Motto ved tidligere bog



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

*Thich Nhat Hanh*  
Buddhistisk munk og fredsaktivist

3



## 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**

4



## **Coachingens tre generationer – en samtaler med forskellige perspektiver**

### *1. generations coaching*

#### **Problem/målperspektiv**

Min ambition



### *2. generations coaching*

#### **Løsnings/fremtidsperspektiv**



### *3. generations coaching*

#### **Refleksionsperspektiv**



Dias 5



## **Coaching som slidt begreb**

### **Jeg vil hellere tale om:**

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

6



## Tredje Generations Coaching - nogle centrale egenskaber

- Fokus på at skabe mening og refleksion over værdier
- Coaching som en refleksiv 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**

Dias 7



## Tredje generations coaching

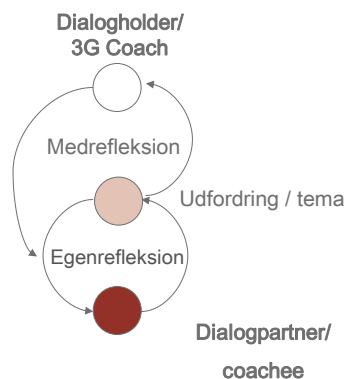
Coachen er **medreflekterende** partner



*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



8



## **Vejen til kunsten at dvæle i dialogen**



- Dialogen inviterer til et **perspektivskift** – at finde et nyt og mere passende stasted
- 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 socialt praksisfællesskab.

9



## **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**

10



## **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.

11



## **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
  
- Mange (post)moderne teorier har en antagelse om **selvet som dynamisk udviklende**
  - Kierkegaard: Selvet er et forhold der forholder sig til sig selv
  - Kirkeby: Selvet sker
  - Socialkonstruktionisme: Selvet er relationelt og udvikler sig i specifikke kontekster

12



## 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.

13



## 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.

14



## 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)

15



## Hvilken betydning har andre, konteksten og relationen for selvet?

### 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 sig selv. Men som øjeblikket forsvinder, forsvinder bølgen i endeløse bevægelser, hvorfra den enkelte ikke kan adskilles."

16





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

### Om autenticitetsbegrebets begrænsning

- ❑ Ordet **autentisk** kommer fra græsk *authentikos* (original, genuin, magt) og fra *authentos* (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).

17



## 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 være i kontakt med sig selv gennem den anden.**
- ❑ **Autoritet og handlekraft** kan vokse frem af (dialog)fællesskabet **ved at skabe noget sammen, hvor den enkelte kan genfinde sig selv med sine idealer, drømme og centrale værdier.**

18



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



#### **1. Giv muligheder for meningsskabelse**

- 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.

19



### **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

Kun analytisk adskilt – skal ses integreret

Coaching Psychology Unit, NEXS - Reinhard Stelter  
20



## 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.

21

Coaching Psychology Unit



## Praktiske "værktøjer"



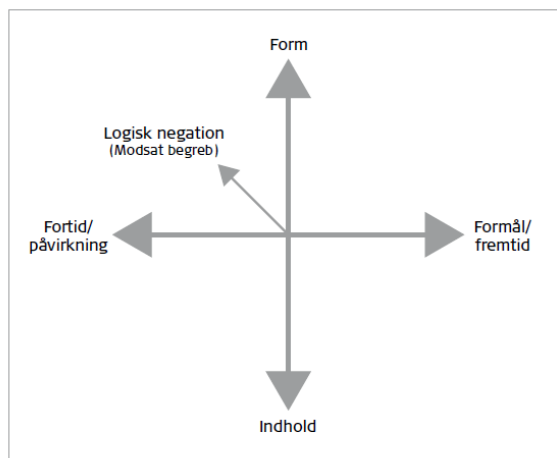
- **Vigtigst er din grundindstilling til den anden:**
  - Egenforståelse
  - Witness-thinking
  - Relational stemthed
  - Opmærksomhed
- **Det logiske kryds til protreptisk samtale**
- **Give gaver** mht. din og dialogpartnerens handlings- og identitetslandskab

22





## Det logiske kryds



23

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



## 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?

24



**Tredje Generations Coaching**

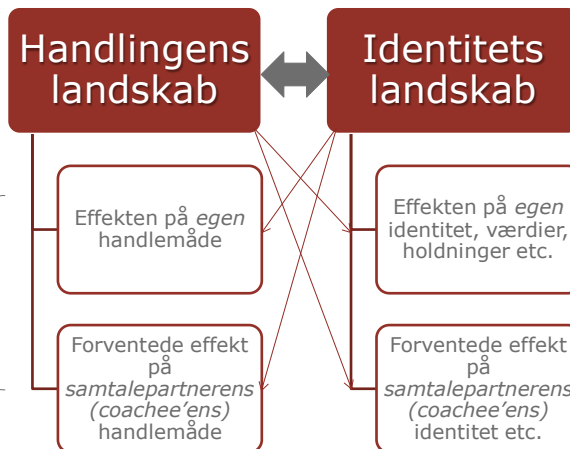
**Det narrative perspektiv**

**Bevidning ved at modtage og give gaver**



To centrale  
fokusområder:

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



25

Effekt = **at give eller modtage gaver**



**Kunsten at dvæle i dialogen**



**En professionel transformativ dialog**

- **som ofte tager udgangspunkt i noget konkret** (situation, problemstilling, dilemma etc.)
- **Men som kan løftes op til noget mere abstrakt og anonymt**, og hvor værdier og centrale begreber er i fokus og hvor begge dialogpartner kan mødes

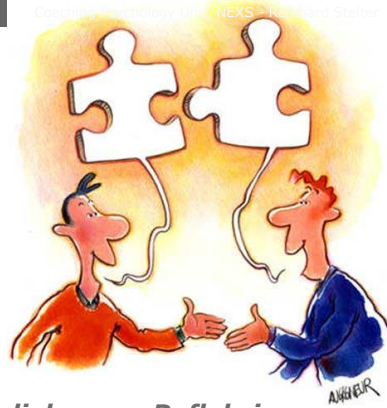
Det er her, øjeblikke af symmetri bedst kan opstå

Og her mødes dialogparterne som med-mennesker

26



## Tak for jeres opmærksomhed!!



**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](#)

27



## Afslutningsinterview



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

28

