OPDRACHT SCHRIJF-COACHEN

We gaan een oefening doen, waarbij ik jullie graag wil meenemen in de wereld van het schrijf-coachen.

Hopelijk kan ik jullie de ervaring meegeven dat je d.m.v. het schrijven van berichten (kort en ‘to-the-point’) snel, soms sneller, tot de kern kan komen.

De invloed van non-verbale en verbale communicatie hierbij uitschakelen, waardoor de hulpvrager meer naar binnen kan kijken, minder afgeleid wordt, minder sociaal wenselijke antwoorden geeft en dichter bij zijn gevoel komt.

Ik wil jullie dan ook vragen met de rug naar elkaar toe te gaan zitten en elkaar niet aan te raken en niet te praten of geluiden te maken, zodat je niet ziet, hoort of voelt wat de ander doet. Hiermee bootsen we de wereld van het mail-coachen na.

Jullie krijgen beiden 10 Post-It’s, die je aan 1 kant mag beschrijven per keer.
Een persoon is de hulpvragen en deelt met jou een actueel persoonlijk probleem. De ander is de coach en stelt verdiepende vragen. Samen probeer je in heel korte tijd toe te werken naar inzicht in het probleem, een oplossing of oplossingsrichting.

Het kan zijn dat de hulpvrager inzicht krijgt, zichzelf een doel stelt of jij het/haar een opdracht mee geeft.

Probeer pas te stoppen als de 10 briefjes  van beide kanten gewisseld zijn. Hou het tempo erin.
Hou het kort en bondig. Na ong. 10 min stoppen we en evalueren.

Ga met respect om met de hulpvraag en ook hier geldt geheimhouding, tenzij je anders afspreek.