

Case clinic en coachcirkels

Van alle elementen van het U.Lab zijn de coachcirkels het belangrijkste voertuig om je te helpen in de beweging van theorie naar praktijk, van idee naar actie. De ruggengraat van de coachcirkels is de case clinic. Via de case clinic is een groep in staat een heel U-proces binnen een uur te doorlopen.

In de case clinic is 1 persoon de case-giver, de inbrenger en de andere 4 a 5 mensen in de groep zijn helpers of consultants. Je gebruikt de uitgangspunten van Theorie U om door dit proces te bewegen.

Door de case clinic kunnen deelnemers hun issues anders kaderen en nieuwe manieren vinden om ermee om te gaan. Als je aan een coachcirkel deelneemt, ga je iedere keer door dit proces met jouw groep en help je de case-giver, degene die de case inbrengt, bij het vinden van meer creatieve en meer effectieve manieren om met zijn/haar uitdagingen om te gaan.

In iedere case clinic zijn er 3 soorten participanten: de case giver (de inbrenger van een kwestie), de coaches en de procesbegeleider die de tijd bewaakt.

Case giver/degene die een case inbrengt

Als je case-giver bent dan breng je een uitdaging of een situatie in die voldoet aan de volgende criteria:

- Het speelt op dit moment;
- Het is concreet;
- Het is belangrijk voor je;
- Jij bent de sleutelfiguur;
- Het kan binnen 15 minuten worden gepresenteerd aan een groep collega's;
- Het kan voor jou en je omgeving een groot verschil maken in de beweging naar voren.

Nu werken de meesten van ons op een manier waarbij er 2 type cases zijn te onderscheiden die we zouden kunnen inbrengen.

De ene is een case die je gewoonlijk inbrengt in een groep of in een workshop en waarbij je van collega's feedback krijgt.

De andere is een *echte* case. De echte case waarmee je echt te maken hebt, een case die je echt raakt.

Waarom zijn dit 2 verschillende cases? Omdat er, bij wat Scharmer als echte case ziet, echt wat met iemand gebeurt.

Het komt echt binnen waardoor je het echte probleem gaat zien en dat vraagt van je om over een stukje van je professionele en persoonlijke situatie te delen waar je het niet weet, waar je misschien onvoldoende aandacht aan hebt besteed en waar je al iets geprobeerd hebt dat niet werkt.

Dus om over je echte problemen te delen, vraagt van je om je kwetsbaar op te stellen naar een groep mensen die je niet kent en dat vraagt moed.

Om zoveel mogelijk uit een case clinic te halen, vragen we je om een echte case in te brengen en om het over de echte uitdagingen te hebben.

Dat is de rol van de case-inbrenger.

Coach

Als coach is het je belangrijkste rol om te luisteren, intens luisteren met open mind en hart. Het is een oefening om dieper te leren luisteren. Om je empathisch en generatief luisteren te oefenen. Met andere woorden het vraagt om het uitstellen van je oordeel en om een totale afwezigheid van cynisme. En je hoeft niet iets te fiksen! Die gewoonte moet je even opzij zetten. Dus eerst naar je open mind en je open hart voordat je je verbindt met de situatie.

Tijdsbewaker

Een van de coaches vervult ook de rol van tijdsbewaker. Als bewaker van de tijd zorg je ervoor dat de groep min of meer binnen een uur door de 7 stappen van het proces beweegt. Er wordt voor iedere stap een bepaalde hoeveelheid tijd gesuggereerd. Het is geen rigide structuur, je moet het aanpassen aan de situatie van de groep.

Case clinic – samenvatting rollen

De case clinic kent 3 rollen:

- Case giver
- Coaches
- Time-keeper

Case giver

Brengt een situatie in

De situatie is:

- recent
- concreet
- belangrijk
- jij bent de sleutelfiguur
- 15 minuten toelichting
- het is iets dat een groot verschil kan maken in de voorwaartse beweging

Typering case

- het is een echte situatie die je verhindert om je hele potentieel te leven
- een situatie waarin je het niet weet
- waar je kwetsbaar bent
- die een grote hefboom kan zijn in de verandering

Coach

- luisteren is je belangrijkste rol
- oefen je luisteren op niveau 3 en 4
- zonder oordeel en zonder cynisme
- je gaat niet fixen en oplossen, je schort die houding op

Time-keeper

- zorgt ervoor dat de groep zich via de 7 stappen (zie bijlage) door het proces beweegt in 75 minuten

Stap Tijdsduur Activiteit

- | | | |
|----------|--------|--|
| 1 | 2 min | Selecteer iemand die de casus inbrengt en iemand die de tijd bewaakt |
| 2 | 15 min | <p>Intentie van degene die de casus inbrengt
 <i>Neem een ogenblik om te reflecteren op wat je wil inbrengen en hoe je het wilt inbrengen. Geef dan een toelichting op de volgende vragen:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Huidige situatie: Tegen welke belangrijke uitdaging of sleutelvraag loop je op? • Intentie: Welke toekomst wil je graag creëren? • Learning edge: Wat zou je moeten loslaten – en wat zal je moeten leren? • Hulp: Waar heb je input of hulp op nodig? <p><i>De coaches luisteren grondig en mogen verhelderende vragen stellen (geef geen advies!)</i></p> |
| 3 | 3 min | <p>Stilte
 Luister naar je hart: verbind je met de energie van je hart om te horen wat het te zeggen heeft.
 Luister naar wat resoneert: welke beelden, metaforen, gevoelens en gebaren/houdingen verschijnen er bij je die de essentie van wat je gehoord hebt, vatten?</p> |
| 4 | 25 min | <p>Spiegelen
 Iedere coach deelt beelden, metaforen, gevoelens en/of gebaren en houdingen die naar boven kwamen.</p> |
| 5 | 20 min | <p>Generatieve dialoog
 <i>Zet dan het gesprek voort en begin bij degene die de casus heeft ingebracht: deze reflecteert op wat deze beelden en verhalen bij hem/haar oproepen:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Als je jezelf van een afstandje bekijkt, wat raakte je, wat resoneerde bij je, welke vragen en reflecties komen er nu bij je op? • Ieder reflecteert op de opmerkingen van degene die de casus inbracht. • Zo beweeg je je met elkaar in een generatieve dialoog waarin je nieuwe perspectieven en invalshoeken op de situatie en de reis van de inbrenger van de casus onderzoekt. |
| 6 | 8 min | <p>Slotopmerkingen
 Door de coaches
 Door de inbrenger van de casus: Hoe kijk ik nu naar mijn situatie en de weg naar voren?
 Bedank elkaar: een teken van waardering naar elkaar.</p> |
| 7 | 2 min | Reflecteer en schrijf individueel: beschrijf je leerpunten |