

**Fallgeber\_in:** Stelle dein Anliegen in max. 15 Minuten dar. Es soll eine aktuelle, konkrete und für dich wichtige Fragestellung sein, die Sie beeinflussen können. Wo wollen Sie Feedback der Anderen? Wo liegt die Herausforderung, was müssen Sie lernen/ loslassen?

**Coaches:** Hören sie aufmerksam und generativ zu! Öffnen Sie sich dem/der Fallgeber\_in, ohne das Problem zu fixieren oder zu urteilen. Beobachten Sie, welche Bilder, Metapher, Gefühle und Gesten in Ihnen aufsteigen.

**Zeitmanager\_in:** Achten Sie darauf, folgenden Zeitplan einzuhalten.

1	2 Min.	Legen Sie die Rollen fest! Wer bringt einen Fall ein?
2	15 Min.	<b>Darstellung des/der Fallgebenden:</b> Nehmen Sie sich einen Moment, um Ihr Anliegen innerlich zu klären, dann folgen Sie den Fragen: 1. Aktuelle Situation: Welchen Fragen oder Herausforderungen stehen Sie gegenüber? 2. Stakeholder: Wie könnten Andere die Situation sehen? 3. Intention: Welche Zukunft möchten Sie gestalten? 4. Lernschwelle: Was müssen Sie loslassen, was müssen Sie lernen? 5. Wo brauchen Sie Hilfe? Coaches hören aufmerksam zu, können klärende Fragen stellen. Vermeiden Sie es, Ratschläge zu geben!
3	3 Min.	<b>Stille:</b> 1. Hören Sie auf Ihr Herz. Verbinden Sie sich mit sich und dem Anderen, was kommt in Ihnen zum Schwingen? Wo erleben Sie Resonanz? 2. Welche Bilder, Metaphern, Gefühle und Gesten entstehen als Essenz des Gehörten?
4	10 Min.	<b>Spiegeln:</b> Alle Coaches teilen ihre Bilder, Gefühle und Gesten, die in der Stille oder beim Zuhören entstanden. Anschließend reflektiert der/die Fallgebende, was er/sie gehört hat.
5	20 Min.	<b>Generativer Dialog:</b> Anhand der Reflexion der Fallgeber_in tauchen alle in einen generativen Dialog ein, welche neuen Perspektiven entstehen für des/der Fallgebenden Situation und Weg. Aufbauend aufeinander wird so dem/der Fallgeber_in gedient, ohne Druck Herausforderungen zu fixieren oder Probleme zu lösen.
6	8 Min.	<b>Abschließende Bemerkungen:</b> Zunächst die Coaches und dann der/die Fallgeber_in: Wie sehe ich jetzt meine Situation? Gegenseitiger Dank und Wertschätzung der Offenheit und des Vertrauens.
7	2 Min.	<b>Individuelles Journaling:</b> Alle notieren sich, was Sie gelernt haben.