



## Die sechs Phasen einer Kollegialen Beratung

Insgesamt braucht ihr für eine Beratung ca. eine dreiviertel Stunde. Dabei werden durch die Teilnehmerinnen im Wesentlichen drei verschiedene Rollen besetzt: Fall Erzählerin, Moderatorin und Beraterinnen. Hier ein kurzer Überblick:

- Phase 1. Zu Beginn wird gesammelt, wer für an diesem Termin einen Fall einbringen möchte. Je nach Dringlichkeit werden zwei oder drei Fälle ausgewählt und gemeinsam eine Reihenfolge festgelegt. Für den ersten Fall steht nun die Fallgeberin fest. Die Moderatorin wird gewählt und alle anderen Teilnehmerinnen sind für diesen Fall die Beraterinnen.
- Phase 2. Die Fallgeberin erzählt spontan, was für ihr Thema und das Problem ist. Dazu hat sie 5 - 10 Minuten Zeit. Die Beraterinnen können Verständnisfragen stellen.
- Phase 3. Die Schlüsselfrage wird benannt: Was ist das Ziel der Fallgeberin?  
Sie kann z.B.
- Neue Perspektiven kennen lernen
  - Rückmeldungen zum eigenen Verhalten erfahren
  - Ideen für Lösungsansätze sammeln
- Phase 4. Die Methode, die jetzt gemeinsam bestimmt wird, richtet sich nach dem gewünschten Ergebnis. Es gibt sowohl lösungsorientierte als auch z.B. anteilnehmende Methoden.
- Phase 5. Jetzt erfolgt die eigentliche Beratung, in der die Fallgeberin den Kreis verlässt ausschließlich zuhört. Die Phase dauert ca. 10 Minuten.
- Phase 6. Die Fallgeberin kehrt zurück in den Kreis und gibt eine erste Rückmeldung

## Feedbackregeln zur Visualisierung

### Feedback-Geber

- beschreiben, nicht werten
- auf konkrete Einzelheiten beziehen
- in der 1. Person sprechen, 'ich statt man'
- Feedback geben, damit der andere etwas davon hat
- Feedback ist ein Geschenk

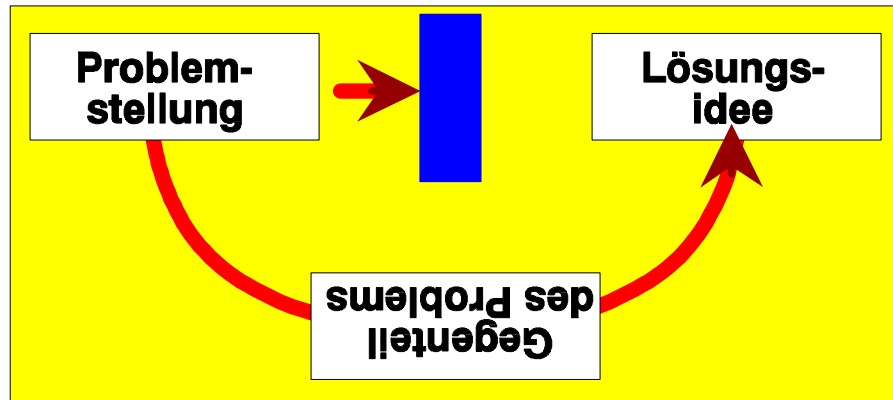
### Feedback-Empfänger

- nachvollziehen, wie Feedback gemeint ist
- genau zuhören, Missverständnisse klären
- Feedback kritisch überdenken
- Feedback nutzen, um daraus zu lernen
- Feedback ist ein Geschenk

# Kopfstand-Technik

## Methodenbeschreibung

Die Kopfstand-Technik kann auch als „Umkehr-Methode“ bezeichnet werden. Bei Fragestellungen, für die sich auf den ersten Blick keine Möglichkeiten einer Lösung zeigen, ist diese Methode geeignet, Ansatzpunkte für eigene Veränderungsmöglichkeiten aufzuzeigen.



## Regeln der Methode

Eine Problemfrage wird in ihr Gegenteil verkehrt. Die daran anschließende Ideensuche erfolgt im Brainstorming

## Durchführung

1. Problemstellung präzisieren
2. Gegenteil der Problemstellung formulieren
3. Brainstorming zu der umformulierten Fragestellung
4. Bewertung der Lösungsideen
5. Entwicklung produktiver Lösungen

## Bewertung der Methode

Die Kopfstand-Technik gehört zu den Methoden, die einfach handhabbar sind, relativ wenig Zeit in Anspruch nehmen und außerdem Spaß machen.

Die veränderte Perspektive führt schnell zu der Erkenntnis, welche Fehler und Barrieren einer Problemlösung bisher im Weg gestanden haben. Ein großer Vorteil der Methode liegt darin, dass sie auch alleine erfolgreich und effektiv durchgeführt werden kann.