

Gestaltung von Peer-Group-Sitzungen

Peergroup-Arbeit ist dazu gedacht,

- Gelegenheit zum Üben der Methoden zu geben
- Feedback zu bekommen
- Selbsterfahrung in der Arbeit mit dem Inneren Team bzw. die Bearbeitung eigener Themen zu ermöglichen
- Sicherer in der Selbst-Leitung zu werden.

Damit das möglich wird, brauchen Peer-Group-Sitzungen eine Struktur. Folgende Struktur hat sich bewährt:

- Anfangsrunde, um in Kontakt zu kommen und Themen zu sammeln.
- Entscheidung, welche Themen behandelt werden sollen. Dabei sollte die praktische Arbeit, also die Bearbeitung von Anliegen und das Üben im Vordergrund stehen.
- Behaltet beim Üben auch im Blick, wo sich ggf. innere Anteile einmischen und das Zepter übernehmen (z.B. eine Lösungsorientierte oder ein Retter). Empfehlenswert ist, dass Ihr alle 10-15 Min. eine kurze Pause von 2 Minuten macht, damit jede/r in der eigenen Rolle innerlich überprüfen kann, ob ggf. Anteile angesprochen sind, die den Prozess beeinflussen. Wenn das passiert, bittet die Anteile still (für Euch selbst) darum, auf die Seite zu treten, um den Prozess mit möglichst viel Oberhaupt-/Selbstenergie begleiten und auch aus dieser Energie / Haltung heraus Feedback geben zu können.
- Nach jeder Arbeit sollte es zunächst eine Sharing-Runde für die ProtagonistIn geben (Was teile ich mit dem/der ProtagonistIn? Wo bin ich berührt?). Anschließend geht es um Feedback an den Coach (Wie hat diese/r sich selber erlebt? Wie hat der Coachee die Arbeit erlebt? Was haben die BeobachterInnen wahrgenommen?).

Neben der Bearbeitung von Themen könnt Ihr zusätzlich auch Fragen besprechen – die Erfahrung zeigt, dass Peer-Group-Arbeit leicht eine Tendenz zum ‚Nur-drüber-Reden‘ bekommt, wenn Ihr nicht bewusst den Fokus auf praktische Arbeit legt.

Eine Peergroup besteht idealerweise aus 4-5 Personen – mit dieser Personenzahl habt Ihr genügend Personen, um die Rollen (Coach / Coachee, BeobachterInnen) zu besetzen und auch dann arbeitsfähig zu sein, wenn mal jemand krank ist. Eine Peergroup-Sitzung sollte nicht unter 2 Stunden dauern, wie empfehlen je nach Gruppengröße 3-4 Stunden. Wenn Präsenztreffen nicht realisierbar sind, sind auch Online-Treffen möglich.

Wir raten dazu, dass im Wechsel immer jemand die Sitzung leitet und auf Struktur und Zeit achtet. Diese Rollen sollten wechseln, so dass jede/r sich mal in der Coach- als auch der Coachee-Rolle erlebt.

Nicht zuletzt sind stabile und vertrauensvoll zusammenarbeitende Peergroups von großem Wert als kollegiales Netz über die Weiterbildung hinaus.

Für eine Zertifizierung im Beratungs-/Coaching-Zweig braucht Ihr 15 Peergroup-Stunden. Bitte führt zum Nachweis der Peegroup-Stunden eine Liste, die Ihr dann mit den Zertifizierungsunterlagen einreicht. Vordruck findet Ihr hier: https://www.integrative-teilarbeit.de/wp-content/uploads/2020/10/Peergroup_NachweisVorlage.pdf

Bei Fragen meldet Euch gerne!