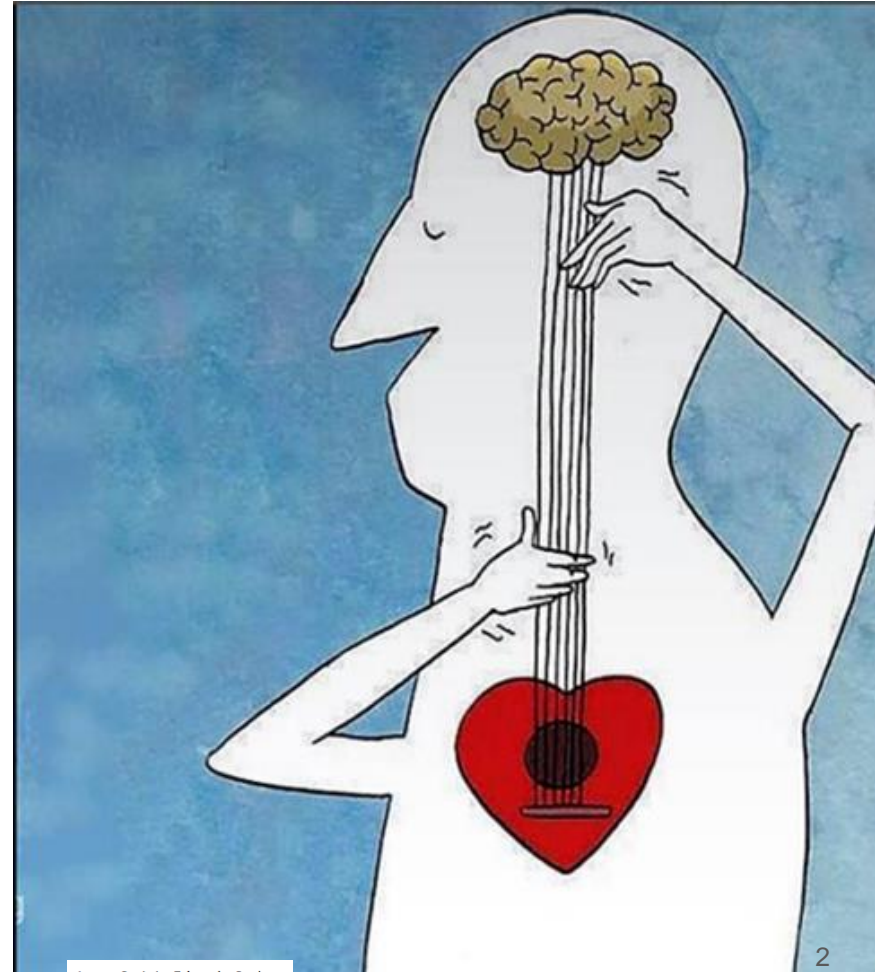


CEJFE

30 nov 2020

Intenció:

Seguir afinant l'instrument



Itinerari del viatge



- D'on partim en aquest viatge?
 - Escolta introspectiva emocional. *Journaling*
 - Escolta empàtica amb un altre
 - Escolta aprofitant la ressonància del grup. *Coaching Circle*

.....PAUSA.....

- Indagació i diàlegs apreciatius
- Dinàmica Open Space
- Meta-collita



Principis per una escolta empàtica



- Calmar la ment i ser present
- Escoltar amb tots els sentits
- Escoltar les paraules, les imatges, les emocions de la persona que està parlant
- Suspendre el judici
- Notar el que no entenc o el que provoca preguntes, en lloc del que no m'agrada del que sento
- Què sento en escoltar el que es diu?

Tipos de escucha/ tipo de conversación

<ul style="list-style-type: none">- Prejuicio: Desde lo que ya se	Descarga: hablar cordialmente, reconfirmar viejas opiniones y juicios
<ul style="list-style-type: none">- Fáctica: Escuchar hechos y datos nuevos. Abrir la mente, curiosidad, mirar hacia fuera, notar las diferencias	Debate: Hablar directo, yo soy mi punto de vista, confrontación.
<ul style="list-style-type: none">- Empática: escuchar a través del los ojos del otro. Abrir el corazón, percibir sus emociones, desde dónde lo dice. Conexión personal	Diálogo: escuchar desde dónde se habla, reflexión, paso de defenderme a indagar sobre el punto de vista del otro. Puedo cambiar mi visión.
<ul style="list-style-type: none">- Generativa: Escuchar desde el "campo", el sistema global. Abrir la voluntad, sin intención en los resultados. Conexión con la fuente.	Presenciación: escuchar desde el futuro que quiere emerger, creatividad colectiva.

Coaching circle / Cercle de coaching

Rols i seqüència

- **Persona que exposa el seu cas:**

Comparteix un desafiament personal en el que et trobis involucrat/da ara, una situació concreta i important per a tu. Tens 10 min.per a presentar el cas i després rebràs un valuós feedback que et servirà per recollir aprenentatges (**què necessites deixar anar i què aprendre**)

Rol de Coaches:

Escolta profundament, no tractis de jutjar, etiquetar, el problema, posa atenció en escoltar molt profundament a qui està exposant el seu cas, estiguis atent/a a les imatges, metàfores, sensacions i gestos que la història que estàs escoltant et evoca.

- **La persona que és Guardiana del temps:**

Un dels coaches a més, es responsabilitza de gestionar i avisar dels temps per a cada secció

	Temps	Activitat
1	3'	Es tria la persona que exposa el seu cas i la persona guardiana del temps
2	10'	<p>La persona que va a exposar el seu cas es pren un temps per connectar amb el que vol exposar i exposa les següents qüestions:</p> <p>Quina és la situació? quin és el repte?</p> <p>Stakeholders: Com veuen altres persones implicades aquesta situació?</p> <p>Intenció: Quin és el futur que t'agradaria aconseguir?</p> <p>Aprenentatges i límits: Què necessites deixar anar i què necessites aprendre o que et vingui?</p> <p>Ajuda: Què t'agradaria rebre, quin imput?</p> <p>Els coaches escolten profundament, poden introduir alguna pregunta si necessita aclarir</p>
3	2'	<p>Temps de silenci per connectar amb el cor, les teves sensacions i sentiments</p> <ul style="list-style-type: none"> - quines imatges, metàfores o gestos t'arriben que capten l'essència del que has escoltat
5	10'	Ronda de feedback: Cada coach comparteix les imatges, metàfores o sensacions que li han vingut durant el temps de silenci o quan escoltava el relat. La persona que exposa el cas, reflexiona sobre aquesta ronda de feedback (què li aporta)
6	10'	Diàleg generatiu: Com aquestes observacions i el que recull la persona que ofereix el cas, pot generar noves perspectives sobre la seva situació i els camins possibles que s'obren
7	5'	<ul style="list-style-type: none"> - Ronda de tancament: Coaches, Què s'emporten? Persona que ofereix el cas: Com veig la meva situació ara? Quins passos veig?

PRINCIPIOS DEL OPEN SPACE



**CUANDO
EMPIEZA,
EMPIEZA**



**Y CUANDO
TERMINA...
ES CUANDO TENÍA**



**CUALQUIER
COSA QUE PASE...
ES LO QUE TENÍA
QUE PASAR**



**QUE TERMINAR
PERSONA QUE
VENGA, ES LA
APROPIADA**



LA LEY DE LOS DOS PIES

**FORM
AS DE
PARTI
CIPAR**



ANFITRION/A



SEGUIDOR/A



ABEJA



MARIPOSA

Meta-collita

Elements fonamentals per dissenyar un bona conversa (Reunió, projecte, activitat)



- Metodologia o pràctiques d'Art of Hosting
- Propòsit clar
- Pregunta llavor
- Tenir cura l'espai i el procés
- Integració dels nivells d'aprenentatge cognitiu, emocional, corporal
- Principis per bones converses
- Mètodes conversacionals (Open Space, World Cafè, Cercle, Idagació Apreciativa, etc.)
- Collita dels resultats

Com va néixer el AoH el Lideratge participatiu?

I si tots els problemes en el món fossin el resultat de totes les converses que mai van succeir?

Quin és el tipus de lideratge que es necessita ara per navegar pel complex futur que ens espera?

Cada persona és inherentment un líder, només necessita les condicions i els espais adequats per oferir els seus dons i habilitats, de la millor manera i per al benefici comú.

- Es construeix sobre la convicció i l'experiència que **hem de trobar noves solucions per al bé comú basades en l'enteniment de la nostra interconnexió.**
- Ens proposa un conjunt de models, mètodes i pràctiques per dissenyar, facilitar i sostenir processos de comunicació efectius, espais de confiança i converses transformadores

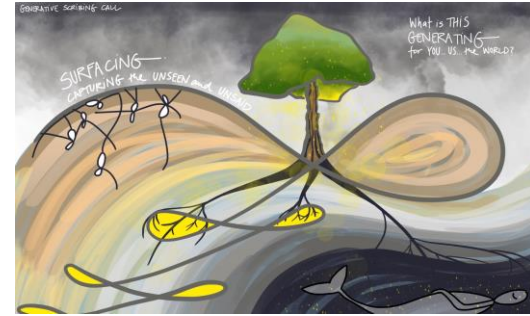
Preguntes poderoses

- Les preguntes obren la porta al diàleg i a la descoberta
- Són com llavors cadascuna conté el potencial d'un gran arbre
- Donen lloc a moviments i a l'acció en qüestions claus, mitjançant la generació d'idees creatives, que poden causar el naixement del canvi

La pregunta:

- Neix d'un supòsit, no d'una afirmació o creença ferma.
- Es centra en la recerca de possibilitats i no en el problema
- No vol ser un judici

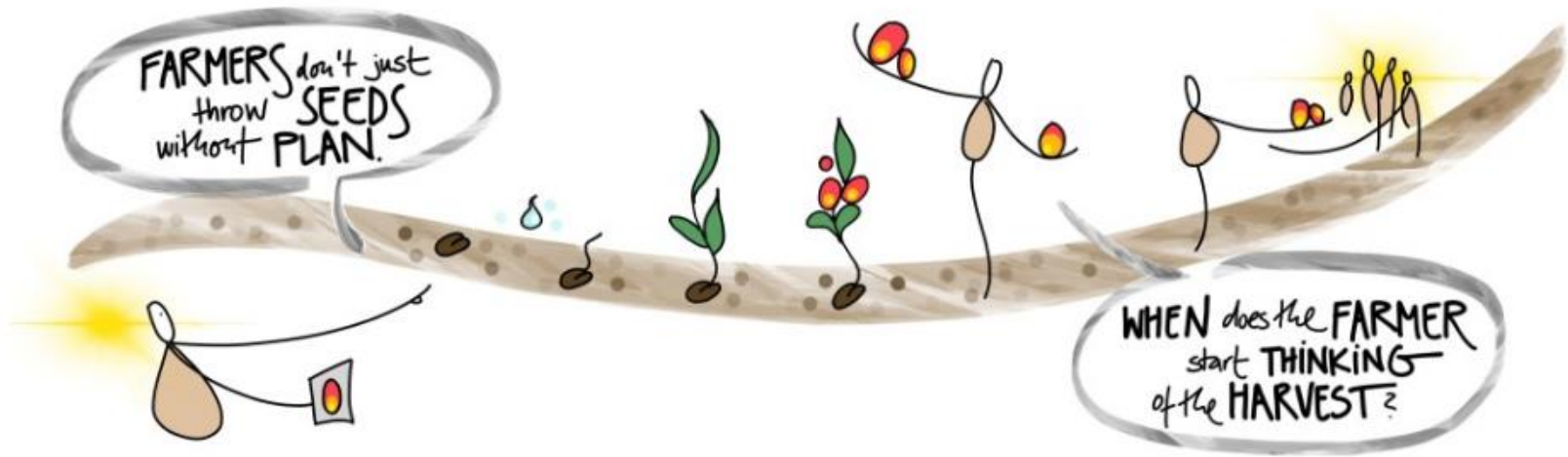
L'eficàcia de les accions que prenguem dependrà de la qualitat de les preguntes que fem.



Principis o pautes per a tenir bones converses en grup:

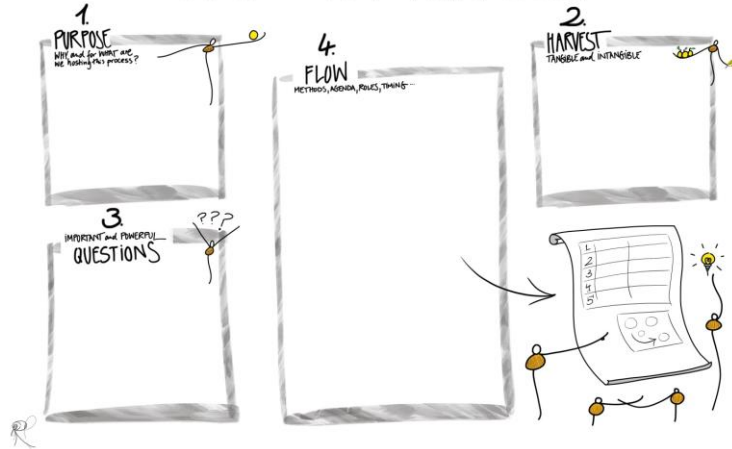


- Parla amb intenció
- Escolta amb atenció
- Connecta idees
- Enfoca't en el què és important
- El silenci parla
- Gaudeix
- Cull: Collita paraules clau, frases, imatges

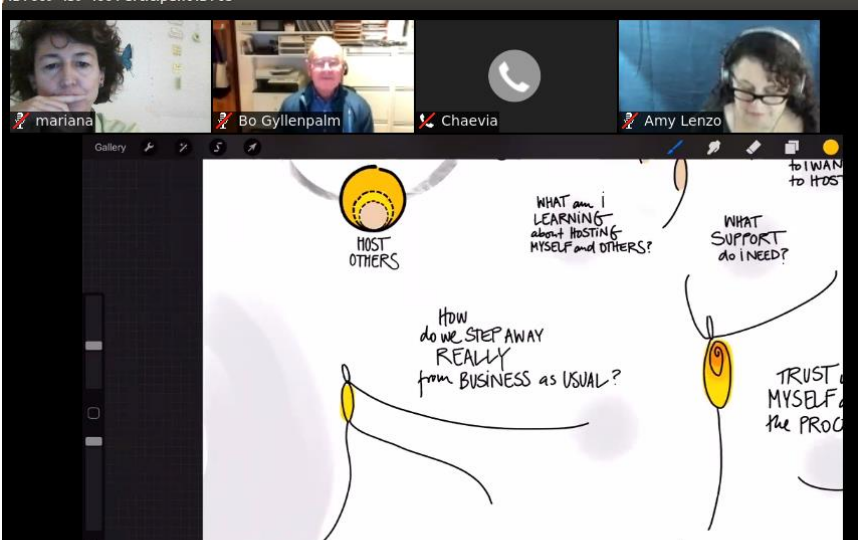
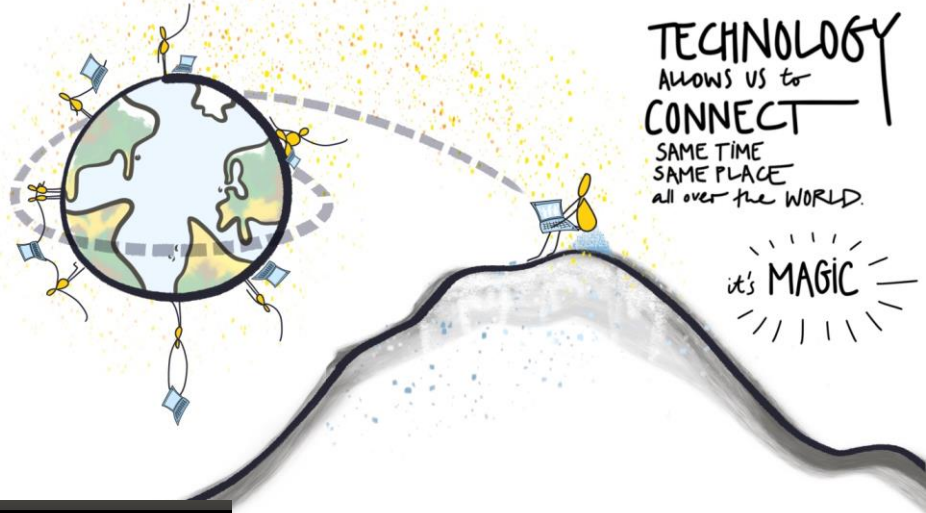


L'art de la collita

DESIGNING from HARVEST



Facilitator converses online



Moltes gràcies!

Más información en:
www.artofhosting.org



Elena Iborra Martínez
elenaiborracoach@gmail.com



Mariana Ruiz de Lobera
marianaruizdelobera@gmail.com

ANEXOS

Niveles de escucha

Otto Scharmer

TEORÍA U:
LIDERAZGO
DESDE EL
FUTURO QUE
EMERGE

Niveles y tipos de Escucha



Cuatro niveles de conversación

Campo:
Estructura
de Atención



Yo-en-mi



Yo-en-ello



Yo-en-ti



Yo-en-ahora

Campo

1

Descargar:
Habla educada

Hablar desde lo que ellos quieren oír

Rutinas corteses, frases vacías
Sistema autista (sin decir lo que piensas)

2

Debate:
Hablar directo

Hablar desde lo que pienso

Perspectivas divergentes: Yo soy mi punto de vista
Sistema adaptativo (dices lo que piensas)

3

Diálogo:
Indagación reflexiva

Hablar viéndome a mí mism@ como parte del todo

Paso de defenderme a indagar en los puntos
de vista de los otros
Sistema auto-reflexivo (reflejo en mí mism@)

4

Presencia:
Flujo generativo

Hablar desde lo que emerge

Quietud, creatividad colectiva, flujo
Sistema Generativo
(Impulso a mi identidad: mi ser auténtico)