

1.2.3-metoden

1.2.3-metoden är en grundläggande samtalsmodell som utgår från ett coachande förhållningssätt.

Inledning

Inled genom att be eleven berätta om hur förra veckan var.

- Hur mår eleven?
- Vad har gått bra?
- Vad behöver eleven hjälp med?

1. Nuläge: Var är jag?

Här utforskar ni tillsammans elevens nuläge. Genom att ställa öppna och nyfikna frågor tydliggörs elevens utgångsläge.

- Hur ser det ut just nu?
- Vad är du mest nöjd med?

2. Mål: Vart ska jag?

Att ha en bild av målet och vad man vill uppnå är en central del i all coaching.

- Vad vill du uppnå?
- Vad skulle du vilja utveckla/bli bättre på?

3. Strategier: Hur ska jag ta mig dit?

Här pratar ni om hur elever kan nå sina mål, vilka strategier eleven kommer att använda sig av.

- Vad är ditt första steg efter vårt samtal?
- Vad har fungerat förut? Hur gjorde du då?

Förhållningssätt

Ställ öppna frågor:

- vad
- hur
- vem
- när
- på vilket sätt
- berätta
- beskriv
- förklara

Nyfiken inställning till eleven.

Ställ en fråga åt gången.

Var tyst och ge eleven tanketid.

Avslutning

Avsluta genom att be eleven summera samtalet.

- Vad tar eleven med sig?
- Vad blir viktigt att tänka på?