

## **Mein Coaching-Konzept –Birgit Scheuerer**

### **Wozu ein Coaching-Konzept?**

Es gibt keine einheitliche bzw. eindeutige Definition von Coaching, der Begriff selbst wird mittlerweile inflationär auf viele beraterische Dienstleistungen angewandt. Um die eigenen Spezialitäten hervorzuheben, um das eigene Angebot gegenüber anderen abzugrenzen und um die Philosophie der eigenen Arbeit darzustellen, erstellt jeder professionell arbeitende Coach sein eigenes Coaching-Konzept. Dieses Konzept stellt die Basis der Beratungstätigkeit *Coaching* dar und dient dem möglichen Klienten als Orientierung.

Das Konzept ist keine Anleitung, die im Coaching schematisch abgearbeitet wird. Vielmehr gibt es Auskunft über das Arbeitsverständnis, die angewandten Methoden und das Welt- und Menschenbild des Coachs.

### **Definition des Coachings - mein Coaching-Verständnis**

Lernen ist ein individueller, kreativer und lebenslanger Prozess. Die Entwicklung eines Kindes folgt bestimmten Meilensteinen und ist doch bei jedem einzigartig. Jedes Kind hat seine eigene Persönlichkeit, lebt in seinem persönlichen Umfeld und wird bereits in den ersten Lebensjahren von unterschiedlichen Faktoren geprägt.

Unter Coaching verstehe ich einen individuellen, begleitenden, personenbezogenen Beratungs- und Betreuungsprozess, der unterschiedliche Anforderungen des Coachees (Klienten) umfassen kann, zeitlich begrenzt ist und das Ziel der „Hilfe zur Selbsthilfe“ hat. Der Coaching Prozess dient der Entwicklung und Stärkung von Selbstvertrauen, -bewusstsein sowie von Selbstmanagementfähigkeiten. Er ist lösungs- ziel- und ressourcenorientiert, ersetzt aber weder eine psychologische, noch eine therapeutische Beratung.

LernCoaching ist ein individuelles Coaching für Körper, Geist und Seele, das Kindern und Jugendlichen wie auch Erwachsenen hilft, erfolgreicher und mit mehr Freude zu lernen. Es baut auf den einzigartigen Stärken jedes Einzelnen auf und geht davon aus, dass jeder alles in sich trägt, was er für sein persönliches Glück braucht.

Inhaltlich ist Coaching eine Kombination aus individueller Unterstützung, persönlichem Feedback und praxisorientierter Begleitung bei der Bewältigung verschiedener Anliegen. Dabei werden die Kinder und Jugendlichen angeregt, für ihre Fragestellungen eigene Lösungen zu entwickeln.

Das LernCoaching verhilft Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen zu mehr Selbstvertrauen in ihr eigenes Können, zu Motivation, zu für sie passenden Lernstrategien und zu eigenmotiviertem Lernen. Es hilft Zugang zu den eigenen Stärken zu finden und sie entsprechend zu nutzen.

Im Coaching werden schulische, berufliche aber auch private Problem- und Fragestellungen bearbeitet. Dazu gehören u.a. schulische oder berufliche Entwicklung, Krisen- und Konfliktbewältigung, Umgang mit starker Schul- und Arbeitsbelastung, Klärung von (schulischen) Beziehungsproblemen, Entdeckung und Ausbau individueller Möglichkeiten und Ressourcen, Abbau von Blockaden und

Hemmnissen sowie weitere spezifische Anforderungen, die Kinder, Jugendliche und Erwachsene betreffen.

Dabei ist LernCoaching nicht zu verwechseln mit Nachhilfe, oder dem ausschließlichen Einüben von Lern-Techniken oder einer Lerntherapie.

Coaching ist kein „Allheilmittel“. Es darf auch nicht als „Reparaturbetrieb“ gesehen werden. Der Erfolg des Coachings hängt in erster Linie von der Bereitschaft der Kinder und Jugendlichen ab, sich auf den Entwicklungs- und Veränderungsprozess einzulassen.

Veränderungen benötigen Zeit, um so manche eingefahrene Verhaltensweise und hinderliche Struktur zu ersetzen. Gerade in den ersten kleinen Schritten liegt die Bedeutung für den weiteren eigenen, erfolgreichen Weg.

LernCoaching bedeutet Kompetenzen zu gewinnen und zu stärken, die unabhängig vom Lernstoff (deshalb für alle Schularten geeignet) lebenslang wichtig und nützlich sind und nicht nur beruflich, sondern auch privat sowie für die Persönlichkeitsbildung und –entwicklung große Chancen birgt. Lernen bedeutet auch, sich mit Neuem auseinanderzusetzen: mit persönlichen Veränderungen, neuen gesellschaftlichen Herausforderungen oder mit dem technischen Fortschritt.

Im Coaching nicht bearbeitet werden können alle diejenigen Problemstellungen, die einer ärztlichen Behandlung, einer Psychotherapie oder eines Heilpraktikers bedürfen.

### **Methoden**

Coaching orientiert sich immer an den Bedürfnissen der Kinder, Jugendlichen und Erwachsenen. Bei der Vielzahl an Aufgabenstellungen ist für ein erfolgreiches Coaching der Einsatz eines gut gefüllten Methodenkoffers mit verschiedenen „Werkzeugen“ erforderlich. Selbst Mutter von zwei Jungs bringe ich durch meine langjährige Arbeit mit Kindern zudem einen großen Erfahrungsschatz mit.

Um ziel- und lösungsorientiert handeln zu können, werden auch verschiedene Methoden flexibel gehandhabt. Eine wesentliche Basis ist es, den Blick auf Lösungen und Ziele gerichtet zu halten und damit nicht auf eine spezielle Methode zu setzen, sondern flexibel und ganz individuell die jeweils erforderliche Methode zu nützen.

Mein Methoden-Koffer ist gut gefüllt: Lernstrategien von Genialico, Kinder- und Jugend-Mental-Training, Entspannungsübungen, Motivationsaufbau- und Stressabbau, Fragetechniken, Visualisierungen, Ängste und Gefühle bearbeiten mit der Resonanz-Therapie nach Huber/Winter, multisensorisches Arbeiten, Brain Gym, Phantasiegeschichten und vieles mehr.

### **Rahmenbedingungen**

Coaching findet auf der Basis einer tragfähigen und durch gegenseitige Akzeptanz und Vertrauen gekennzeichneten, freiwillig gewünschten Arbeitsbeziehung statt, d.h., die Kinder und Jugendlichen gehen das Coaching freiwillig ein und der Coach sichert ihnen absolute Vertraulichkeit zu. In die Schweigepflichtung ist nicht nur der Inhalt, sondern auch die Inanspruchnahme des Coachings einbezogen. Ein „von oben verordnetes“ Coaching kann es daher nie geben.

Grundlage des Coachings ist es, den Kindern und Jugendlichen Zeit, Raum und ungeteilte Aufmerksamkeit zu geben. Dennoch ist Coaching eine „Arbeitsbeziehung“ auf Zeit mit dem Ziel, den Coach selbst überflüssig zu machen.

Der „eigentliche“ Coachingprozess findet zwischen den Sitzungen statt. Eventuell bekommt das Kind Aufgaben, mit welchen es die gewonnenen Einsichten und Erkenntnisse in der Praxis anwendet. Die Erfahrungen werden dann in der Folgesitzung reflektiert und bearbeitet.

Im Vorgespräch werden die individuellen Ziele und die Rahmenbedingungen des Coachings geklärt. Am Ende des Gespräches entscheiden sowohl das Kind oder der Jugendliche als auch der Coach, ob sie die Arbeitsbeziehung aufnehmen wollen.

Wie lange ein LernCoaching-Prozess dauert, hängt unter anderem davon ab, wie viele Themen und welche Themen bearbeitet werden. Oft reichen zwei bis fünf Sitzungen pro Thema, um eine deutliche Verbesserung zu erzielen.

Die Arbeit zur Förderung und Entwicklung der Persönlichkeit von Kindern und Jugendlichen wird nach bestem Wissen und Können durchgeführt. Eine Erfolgsgarantie kann nicht gegeben werden.

Zu einer gelungenen Coaching-Zusammenarbeit gehört eine Abschluss-Sitzung. Beide Seiten sind sich über das Erreichen der Ziele des Prozesses oder auch über das notwendige Ende der Arbeitsbeziehung einig. Sie besprechen, ob und wann es einen Nachtermin geben wird.

### **Mein Angebot**

Als LernCoach arbeite ich mit Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen, die ihr eigenes Lernpotential ausschöpfen wollen und unabhängig vom Lernstoff professionelle Begleitung auf ihrem individuellen Lernweg brauchen.

### **Denn: Jede(r) lernt anders. Ich begleite, den optimalen Lernweg zu finden!**

Ich begleite meine kleinen und großen Klienten, die verschiedenen Stolpersteine auf ihrem Lernweg zu erkennen und aus dem Weg zu räumen. Jeder Schüler hat sein eigenes Tempo, seine Stärken und Ressourcen, Schwächen und Blockaden.

Lösungen finden, Ressourcen aktivieren, Zielorientierung, das ist es, worum es beim LernCoaching in der Hauptsache geht. So individuell die Menschen sind, so individuell ist auch Lerncoaching. Eine „Lösung von der Stange“ gibt es nicht.

LernCoaching ist für mich, mich immer wieder auf die individuellen Probleme und Persönlichkeit meiner kleinen und großen Klienten einzustellen, ihre Gedanken, Bedürfnisse, Fähigkeiten und Gefühle aufzugreifen und eine individuelle Lösung zu entwickeln.

### **Menschenbild**

Meine Grundannahme ist, dass jeder Mensch einzigartig ist, das notwendige Potential zur Lösung seiner Aufgaben in sich trägt und über alle Ressourcen verfügt, sich schulisch, beruflich wie persönlich zu entwickeln. Jeder Mensch hat zu jedem Zeitpunkt Wahlmöglichkeiten. Jeder Mensch trägt zu 100 % selbst die Verantwortung für sein Wahrnehmen, Erleben, Werten, Deuten und Einordnen der Dinge, die ihm

widerfahren. Und: Jeder Mensch ist seines Glückes Schmied! Manch einer braucht nur etwas Hilfe, diese in sich selbst zu erkennen und zu leben.

Auf dem Weg vom Problemraum zum Lösungsraum ist es hilfreich, die Energie bewusst auf die positiven Entwicklungspotentiale zu richten. Diese sind dort zu finden, wo sich Lösungsorientierung mit Ressourcenorientierung paart.

Ich lehne alle Methoden ab, die nicht die Bedürfnisse und Wünsche der Klient/innen in den Mittelpunkt der Arbeit stellen. Ich distanziere mich weiterhin von allen Modellen, die menschenverachtend, diskriminierend oder rassistisch sind (auch von z.B. Scientology).