

# COACHING

## für Schülerinnen und Schüler



Mag. Susanne Arnstorfer steht heuer allen Schülerinnen und Schülern des BG/BRG Lilienfeld als neutrale Ansprech- und Vertrauensperson, als Beraterin, als COACH zur Verfügung.

### Themen:

Begleitung und Unterstützung bei Konflikten aller Art, bei Stress in der Schule oder zu Hause, bei Problemen in der Klasse, beim Prozess der Selbstfindung, bei Fragen zu dem Thema „Anderssein - Dazugehören“, bei Unsicherheiten im Umgang mit anderen, bei Lernschwierigkeiten, uvm.

### Arbeitsweise:

- Vorwiegend Einzelgespräche mit SchülerInnen, die freiwillig ins Coaching kommen (einmalige oder regelmäßige Treffen während der Unterrichtszeit).
- Hierbei werden unter anderem verschiedene mentale Trainingsmethoden angewendet, Kommunikationstrainings durchgeführt, Entspannungstechniken geübt, lösungsorientierte Strategien gemeinsam entwickelt...
- Im Bedarfsfall wird auch mit Kleingruppen bzw. ganzen Klassen gearbeitet.

Klare Abgrenzung von der Schulpsychologie/Psychotherapie, gegebenenfalls Empfehlung und Weitervermittlung an diese.

### Ziele:

- seine Grenzen besser wahrnehmen und verteidigen können
- seine Kommunikationsfähigkeit steigern
- Konfliktbewältigungsstrategien entwickeln
- besser mit eigenen Stärken und Schwächen umgehen können
- Frustrationstoleranz erweitern
- Lernkonzepte erstellen
- Verbesserung der schulischen Leistungen
- ...

### Vorgehensweise:

- Bei Bedarf wird von Seiten der LehrerInnen, des Direktors, der Eltern das Coaching als sinnvolle Intervention empfohlen und vermittelt. Selbstverständlich können die SchülerInnen auch direkt den Kontakt suchen.
- Voraussetzungen für das Coaching sind die Bereitschaft und Freiwilligkeit der Schülerin/ des Schülers.
- Das Einverständnis der Eltern wird eingeholt.
- Kontaktaufnahme und Terminvereinbarung mit dem Coach direkt durch den/die SchülerIn, durch eine/n LehrerIn, durch den Direktor oder durch die Eltern.
- Rückmeldung des Coachingfortschritts nur unter Beachtung der Gebote: Vertraulichkeit, Unabhängigkeit und Verschwiegenheit.



### Coachingtermine:

Freitag, 2., 3. und 4. Stunde

Bibliothek (Haupthaus)

Termine nach persönlicher Vereinbarung

### Kontakt:

0676/5076898, [susanne.arnstorfer@gmx.at](mailto:susanne.arnstorfer@gmx.at), [www.schuelercoaching.at](http://www.schuelercoaching.at)

### Zur Person:

Mag. Susanne Arnstorfer

Projektgruppe „SchülerInnen Coaching“ AHS NÖ

AHS-Lehrerin für Deutsch, Psychologie u Philosophie und Schulbibliothekarin am BORGL St. Pölten

Ausbildungen zur Lese-/Lerntrainerin, zum Pädagogischen Coach, zur zert. Konflikt- und Mobbingberaterin, zur zert. Hypnosystemischen Beraterin