

## BEGLEITUNG / COACHING

### Zielsetzung

Ziel einer Begleitung oder eines Coachings ist es, Eltern, Lehrpersonen oder Schüler über einen zeitlich definierten Rahmen beratend zu begleiten. Ein Coaching kann Folge eines ersten Beratungsgesprächs sein, in dem oder nach dem das Bedürfnis entsteht, unsere Unterstützung mehrmals in Anspruch zu nehmen. Wir sprechen die Themen und die Anzahl Sitzungen mit Ihnen individuell ab.

### Elterncoaching

Erziehungsfragen können sehr komplex sein. Manche Situationen lassen sich rasch, andere nur schwer einordnen und verändern. Manchmal geht es auch darum, mit Situationen leben zu lernen, sie auszuhalten, durchzustehen und dennoch sein Leben zu leben. Eine Begleitung in Erziehungsfragen kann dabei hilfreich sein.

### Schülercoaching

Junge Menschen sind zunehmend mit schulischem Druck, familiären Veränderungen, wachsendem Freizeitstress oder auch fehlenden Herausforderungen konfrontiert. Konzentrations- oder Teilleistungsschwächen, Prüfungsstress usw. sind leider immer häufigere Begleiter im täglichen Schulalltag. In solchen Fällen fehlt häufig eine effiziente Unterstützung sowohl im fachlichen wie im emotionalen Bereich. Ein Schülercoaching bietet Hilfe zur Selbsthilfe für junge Menschen.

### Lehrercoaching

Die physische und psychische Belastung hat für die Lehrkräfte durch gestiegene Anforderungen und Erwartungen enorm zugenommen. Deshalb ist es wichtig, dass sie ihre persönlichen und beruflichen Ressourcen optimal nutzen können. Wir begleiten Lehrkräfte in diesem Prozess und stehen ihnen auch in Krisensituationen mit Rat und Tat zur Seite.

### Kosten

nach Aufwand            CHF 145.--/Stunde

### Anmeldung und Information

Via Internet oder Telefon 081 286 90 60