

Ich traue mich im Unterricht nicht, etwas zu sagen.

Ich konnte das alles, aber in der Arbeit war's wieder weg.

Was mach ich beim Lernen falsch?



Viele von euch kennen sicher diese oder ähnliche Fragen und Gefühle!

Wenn du aus eigener Kraft und Motivation deine Lernsituation verbessern und Lernstrategien erhalten möchtest,

bist du richtig beim



Seit 2017 gibt es am Fürstenberg-Gymnasium das Angebot des Lerncoachings. Insgesamt acht Lehrerinnen und Lehrer haben sich zu Lerncoaches ausbilden lassen und stehen den Schülerinnen und Schülern fortan als Lernberater zur Verfügung.

Was ist Lerncoaching und welches Ziel verfolgt es?

Ganz einfach formuliert ist das Lerncoaching ein Hilfsmittel, um von einem Ausgangspunkt, der Unzufriedenheit aufgrund einer Lernschwierigkeit, zu einem Ziel zu gelangen, nämlich einer geeigneten Strategie und der Freude beim Lernen:



Dabei gehen wir davon aus, dass jeder Mensch über die Fähigkeiten und Stärken verfügt, die er benötigt, um sein Leben und Lernen zu gestalten. Man muss sie nur kennen und einzusetzen wissen!

Während des Lerncoaching-Prozesses wird zunächst die **Ausgangssituation** analysiert, d.h. die Schülerinnen und Schüler, die Coachees, formulieren konkret ihre Lernschwierigkeit sowie ihr persönliches Ziel und machen sich bewusst, warum ihnen eine Änderung der aktuellen Situation gut tun würde. Dadurch ist es möglich, diejenigen Schritte zu erarbeiten, die eine dauerhafte Veränderung und Verbesserung der Lernsituation bewirken können.

Gemeinsam mit dem Coach wird anschließend an der Erreichung dieses Ziels bzw. der Realisierung von Teilzielen gearbeitet, wobei immer die Lösung im Vordergrund und das Problem im Hintergrund steht. Beim Ausprobieren der **Lösungsstrategien**, das zwischen zwei Sitzungen erfolgt, stellen die Schülerinnen und Schüler häufig fest, dass gewisse Hindernisse überwunden werden müssen. Der Lösungsweg wird daher in der nächsten Coachingeinheit reflektiert und ggf. überarbeitet. Dabei werden neben der individuellen Situation immer die eigenen Stärken in den Blick genommen und gezielt eingesetzt.

Auf diese Weise entdecken die Schülerinnen und Schüler ihre Lernpotentiale und entwickeln neue, eigene und erfolgreiche Lernstrategien, die sie (wieder) Freude am Lernen finden lassen. Im Unterschied zu einer fachlichen Nachhilfe steht beim Lerncoaching somit das „**Wie?**“ und nicht das „**Was?**“ bezüglich des Lernens im Mittelpunkt.



An wen richtet sich das Angebot?

Das Angebot des Lerncoachings richtet sich zum einen an Schülerinnen und Schüler der **Jahrgangsstufen 6 bis 9**. Es ist nicht nur für schwächere Schülerinnen und Schüler geeignet, sondern auch für solche, die beispielsweise Schwierigkeiten bei der eigenen Organisation oder Angst vor Klassenarbeiten haben, die sich schlecht konzentrieren können oder ihre mündliche Mitarbeit verbessern wollen. In der **Jahrgangsstufe 5** ist eine Lernbegleitung möglich.

Zum anderen bieten wir für **Oberstufenschüler und -schülerinnen** thematische Workshops (im Umfang von 90 Minuten im Nachmittagsbereich) an. Diese Workshops finden für jede Stufe einmal im Jahr statt. Angeboten werden stufenspezifische Themen, wie zum Beispiel Organisation und Zeitmanagement, Motivation und Konzentration sowie Lernmethoden. Hier möchten wir besonders hinweisen auf unseren Q2-Workshop, der euch gezielt bei eurer **Abiturvorbereitung** unterstützen wird (Prüfungsvorbereitung, Stress und Prüfungsangst). Im Anschluss kann in Einzelcoachings oder Gruppencoachings auf die individuellen Bedürfnisse und Wünsche der Oberstufenschüler und Oberstufenschülerinnen eingegangen werden.

Die Anmeldung zum Lerncoaching kann aufgrund einer Empfehlung eines Fachlehrers oder eine Fachlehrerin auf eigenen Wunsch erfolgen, sie setzt jedoch grundsätzlich die **Freiwilligkeit** sowie die **Bereitschaft der Schülerin / des Schülers** voraus, das eigene Lernverhalten zu überdenken und zu verändern.

Organisation des Lerncoachings am Fürstenberg-Gymnasium

Es gibt zwei verschiedene Formen des Coachings:

Das Einzelcoaching:

Beim Einzelcoaching arbeitet ein Coach mit einem Coachee allein und ganz individuell an dessen Lernschwierigkeiten und -chancen. Die ca. 25-minütigen Sitzungen finden im Vormittagsbereich statt, indem der Schüler bzw. die Schülerin den regulären Fachunterricht für diese Zeit verlässt und den jeweiligen versäumten Unterrichtsstoff anschließend nacharbeitet.



Das Gruppencoaching:

Das Gruppencoaching mit maximal vier Schülerinnen und Schülern findet am Nachmittag, in der 8. Stunde, statt. Hier dauert eine Sitzung ca. 45 Minuten. Beim Gruppencoaching profitiert eine Schülerin/ein Schüler unmittelbar von den Lösungsideen der übrigen Coachees, was besonders dann zum Tragen kommt, wenn die Gruppenmitglieder gleiche oder ähnliche Lernschwierigkeiten haben. In der Regel werden die Gruppen aus Schülerinnen und Schülern einer Jahrgangsstufe zusammengesetzt.

Bei beiden Formen erstreckt sich ein Coaching-Prozess üblicherweise über ca. 5 bis 6 Sitzungen, die im Abstand von zwei bis drei Wochen erfolgen. Es wird darauf geachtet, dass keine aktuellen Fachlehrer gleichzeitig als Lerncoach der Schülerinnen und Schüler eingesetzt werden, um stets eine klare Trennung zwischen Unterrichts- und Coachingsituation zu gewährleisten.

Außerdem gilt selbstverständlich: **Alle Inhalte werden vertraulich behandelt!**

Kontakt: Sprecht uns oder euren Klassenlehrer bzw. eure Klassenlehrerin persönlich an.

Das Lerncoaching-Team



Hintere Reihe von links: **M. Burmeister, H. Kremer, M. Schumacher.**

Vordere Reihe von links: **K. Rehermann, A. Genuit, C. Lampa-Pruisken.**

Nicht im Bild: **B. Kipp und J. Timmer**