

Ablauf eines Lerncoachings

1. Analyse deiner Lernsituation.
2. Beschreibung deiner Lernschwierigkeiten und Definition deiner Ziele.
3. Techniken zum Erreichen deiner Ziele festlegen.
4. Selbständiges Anwenden und Einüben dieser Techniken zwischen den Coaching-Lektionen.
5. Erfolgsüberprüfungen und allfällige Anpassungen der Lernstrategien.



Lerncoaching

Lerne mit Spass und Leichtigkeit



Bildungs- und Kulturdepartement
Kantonsschule Reussbühl Luzern
Ruopigenstrasse 40
6015 Luzern

Telefon 041 349 72 00
www.ksreussbuehl.lu.ch

Lerncoaching

■ Was ist ein Lerncoaching?

Ein Lerncoaching ist mehr als Lernen lernen. Um langfristig erfolgreich und clever lernen zu können, sind Motivation, Selbstmanagement und die Stärkung des Selbstvertrauens von zentraler Bedeutung. Mit verschiedensten Methoden werden bei einem Lerncoaching die vorhandenen Stärken optimiert und Schwächen gezielt angegangen.

■ An wen richtet sich ein Lerncoaching?

Grundsätzlich an alle Schüler/innen der Kantonsschule Reussbühl Luzern. Besonders angesprochen sind Unterstufenschüler/innen, denen der Übertritt an die Kantonsschule anfänglich Mühe bereitet. Das Lerncoaching wird einzeln besucht.

■ Warum machst du ein Lerncoaching?

- weil dir das Lernen Mühe und Stress bereitet
- weil du Motivationsprobleme hast
- weil du dich beim Lernen schlecht konzentrieren kannst
- weil du Hausaufgaben und schriftliche Arbeiten ständig aufschiebst
- weil du Mühe bei der Planung deiner Arbeitszeit hast
- weil du nicht weisst, mit welchen Methoden du erfolgreich lernst
- weil du dich vor Prüfungen fürchtest

■ Welches sind die Ziele eines Lerncoachings?

- Im Lerncoaching analysierst du mit dem Lerncoach deine Lernschwierigkeiten und suchst nach Lösungen.
- Du gewinnst wieder Motivation und Freude am Lernen.
- Du bist weniger anfällig für emotionalen Schulstress und Frust.
- Du entwickelst Ausdauer beim Lernen.
- Du lernst deine Arbeitszeit gezielt einteilen.
- Du lernst wirksame Lerntechniken kennen und anwenden.
- Du baust Vertrauen in deine eigenen Fähigkeiten auf.

■ Wer erteilt das Lerncoaching?

Das Lerncoaching wird von Frau Yvonne Zulian erteilt. Frau Zulian leitet die Bibliothek an unserer Schule und absolviert zur Zeit eine spezielle Ausbildung zum Lerncoach.

■ Wie lange dauert ein Lerncoaching

In der Regel dauert ein erfolgreiches Lerncoaching vier bis fünf Lektionen. Zwischen den einzelnen Lektionen wendest du das Gelernte selbständig an.

Das Lerncoaching beinhaltet aber keinen Nachhilfeunterricht für einzelne Fächer.

Erfolgreich durch das Lerncoaching

■ Wann findet das Lerncoaching statt?

Die Coachings finden in der Regel am Montag, Dienstag und Mittwoch zu Randzeiten nach individueller Vereinbarung statt.

Alle Coaching-Gespräche werden vertraulich behandelt. Dein Lerncoach untersteht der Schweigepflicht.

■ Was kostet ein Lerncoaching?

Eine Einzelcoaching-Lektion kostet 20 CHF. Die erste Lektion eines Coachings ist kostenlos. Die Rechnungsstellung für alle Lerncoachings erfolgt über die Schule.

■ Wie meldest du dich für das Lerncoaching an?

Du kannst dich persönlich bei Frau Zulian in der Bibliothek für ein Lerncoaching anmelden. Oder du schreibst eine Email an:

yvonne.zulian@edulu.ch

