

Angebote für eine neue Lehr- und Lernkultur

Längst ist bekannt, dass unsere Arbeits- und Lebenswelt selbstständige, kreative Menschen braucht, die eigenverantwortlich handeln und ein Leben lang selbstständig lernen können. Betrachtet man jedoch die bis heute gültigen Strukturen, Verordnungen und die daran ausgerichtete Unterrichtspraxis, so scheint Schule eher darauf vorzubereiten, klar definierte, inhaltlich eingegrenzte Aufgaben in vorgegebener Zeit mit vorgegebener Methode und vorgegebenem Material zu erledigen. Diese Unterrichtspraxis stammt aus der Zeit der Industrialisierung, als man Arbeitskräfte brauchte, die vorgegebene Arbeitsschritte in vorgegebener Zeit und Reihenfolge und nach strikter Anweisung erledigen. Viele dieser Aufgaben werden heute bereits durch Maschinen ersetzt und wir wissen, dass in naher Zukunft ganze Berufe vollständig durch diese ersetzt werden.

Die Kluft zwischen dem, was wir in unserer heutigen Arbeits- und Lebenswelt brauchen und dem, was in Schule gelehrt wird, ist für mich Anlass und Motivation für meine Arbeit. 2016 machte ich mich zusammen mit meiner Kollegin auf den Weg, ein offenes Unterrichtskonzept zu entwickeln. Kurze Zeit später schlossen sich weitere Kolleginnen und Kollegen an und so begleiteten wir schließlich über 200 Lernende in drei Jahrgängen in ihren selbstständigen und eigenverantwortlichen Lernprozessen.

Meine Erfahrungen gebe ich in Workshops für Lernende und Fortbildungen für Lehrende weiter. Auf den folgenden Seiten finden sie ausgewählte Workshop-Angebote für Lernende.

Lerncoaching an Ihrer Schule

Als zertifizierte Lerncoach biete ich Einzelcoachings für Lernende an. Lerncoaching ist in Abgrenzung zur fachlich orientierten Nachhilfe eine nachhaltige Maßnahme der individuellen Förderung überfachlicher Kompetenzen.

Buchen Sie mich gerne als hausinterne Lerncoach an Ihrer Schule.

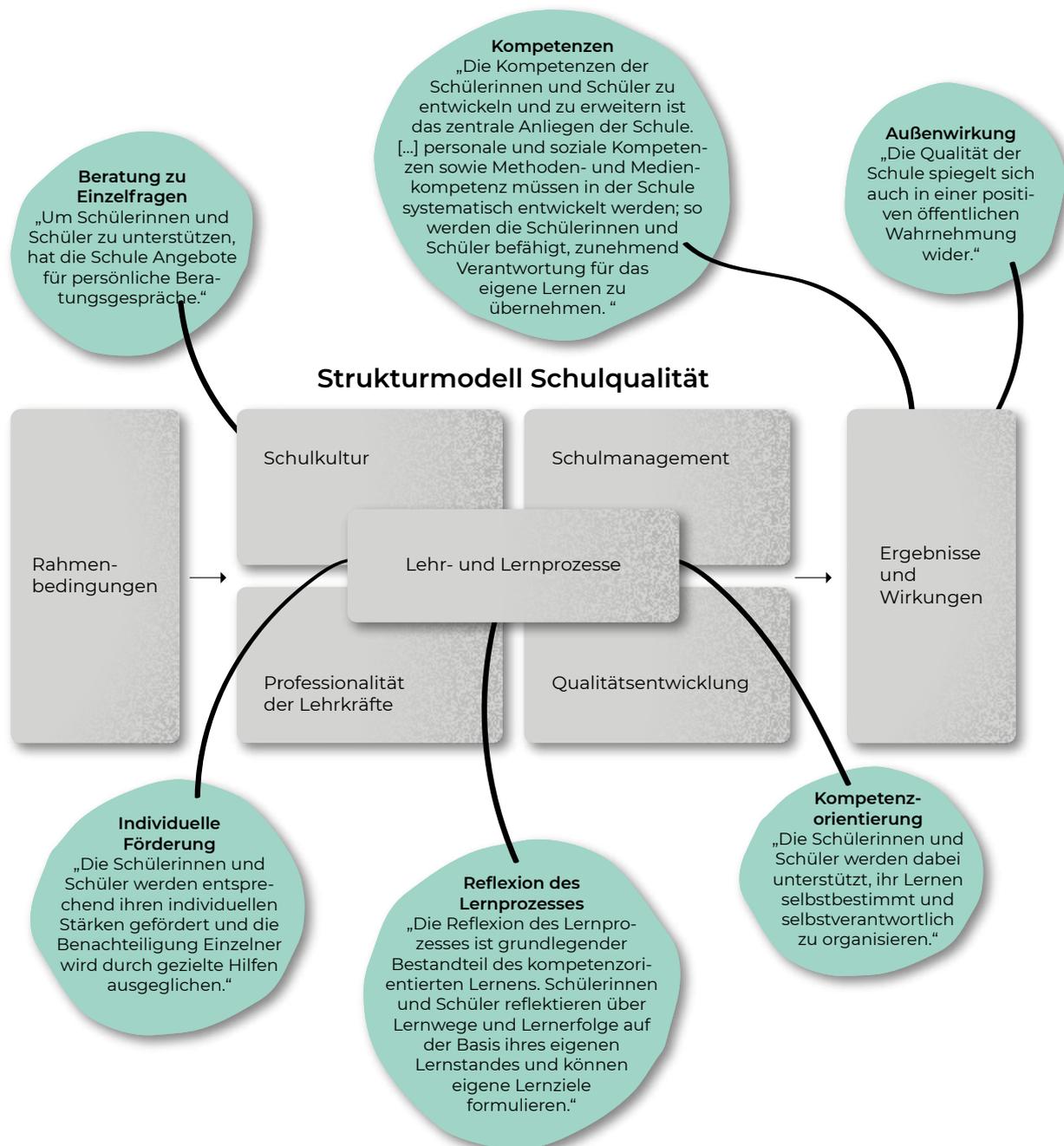
Lerncoaching bietet Ihrer Schule in vielerlei Hinsicht einen enormen Mehrwert:

- Ressourcenorientiertes Coaching stärkt Schülerinnen und Schüler.
- Die intensive Auseinandersetzung mit einzelnen Problemlagen entlastet das Unterrichtsgeschehen und damit die Lehrenden.
- Da Lerncoaches nicht der Verpflichtung unterliegen, Noten vergeben zu müssen, kann eine besonders vertrauensvolle Beziehung zu den Lernenden aufgebaut werden.
- Eine systematische Verankerung des Lerncoachings im Schulprogramm sorgt für eine attraktive Außenwirkung.

INNERSCHULISCHE QUALITÄTSENTWICKLUNG HANDLUNGSRAHMEN SCHULQUALITÄT IN BERLIN

Meine Angebote im Bereich der innerschulischen Qualitätsentwicklung

Meine Angebote stellen einen wertvollen Beitrag für die innerschulische Qualitätsentwicklung dar. Durch Lerncoaching und Gruppentrainings fördern Sie die überfachlichen Kompetenzen der Schülerinnen und Schüler individuell. Mit einem Lerncoach an Ihrer Schule schaffen Sie nicht nur ein professionelles Angebot der Beratung, das Konzept kann auch im Schulprogramm verankert werden und so zu einer positiven Außenwirkung beitragen.



GRUPPENTRAINING SELBSTMANAGEMENT FÜR JUGENDLICHE (ZRM®)

#01

Schwerpunkte

Das Trainingsprogramm wird nach dem Trainingsmanual: „Ich packs! – Selbstmanagement für Jugendliche“¹ durchgeführt. Die Arbeit mit dem Zürcher Ressourcen Modell (ZRM®) basiert auf neurowissenschaftlichen Forschungsergebnissen und einem psychologischen Selbstmanagementmodell. „Mit dem Zürcher Ressourcen Modell (ZRM®) erkennen Jugendliche, in welcher Lebenslage sie gerade stehen und was ihnen besonders wichtig ist. Sie durchschauen, wohin sie am sinnvollsten ihre Aufmerksamkeit und Energien lenken sollten. Sie entwickeln mit somatischen Makern, das sind individuelle Körpersignale, stark motivierende Motto-Ziele. Da diese Ziele von ihrer Gesamtpersönlichkeit getragen sind, werden sie überdurchschnittlich oft erreicht. Die Jugendlichen erlangen so Identitätskompetenz, die ihnen eine zukunftsgerichtete Lebensplanung und -gestaltung ermöglicht.“

Ziel

Die Teilnehmer:innen erlernen ein ressourcenorientiertes Verfahren des Selbstmanagements, das sie auch über das Training hinaus mit Erfolg anwenden können. Sie erlangen Klarheit darüber, was ihnen in ihrer aktuellen Lebenslage besonders wichtig ist und sind in der Lage, Ziele zu entwickeln, die von ihrer Gesamtpersönlichkeit getragen und mit ihren individuellen Ressourcen umgesetzt werden.

Aufbau

Das Trainingsprogramm wird i.d.R. in 8 Sitzungen (je 3h) durchgeführt. Es besteht aus den folgenden aufeinander aufbauenden Teilen:

Vorkurs: Trainingsvereinbarungen und Situationssammlung

1. Mein Thema klären:
Wie will ich gerne sein?
2. Vom Wunsch zum Motto-Ziel:
So will ich sein!
3. Vom Motto-Ziel zum Ressourcenpool:
Krafttraining für mein Gehirn.
4. Mit meinen Ressourcen zielgerichtet handeln:
So bringe ich mich neu ins Spiel.
5. Transfersicherung:
Ich setze mein Motto-Ziel im Alltag um.

Transfersicherung: Follow-up-Veranstaltung

Organisatorisches

Dauer: ca 20h
Teilnehmer: 5 bis max. 12 (ab 16 Jahren)
Benötigte
Ausstattung: 1x Flipchart,
Computer + Beamer,
3 mobile Pinnwände
idealerweise 2 kleine
zusätzliche Räume

Preis

3160,- € (zzgl. MwSt.)

In den Kosten sind folgende Leistungen enthalten:

- Erstellung und Bereitstellung von Arbeitsmaterialien (exkl. Ausstattung s.o.)
- Durchführung des Workshops (ca. 20h)
- Vor- und Nachbereitung der Sitzungen sowie Evaluation des Trainings.

GRUPPENTRAINING

GELINGENDES LERNEN

DURCH SELBSTREGULATION

#02

Schwerpunkte

Das Trainingsprogramm wird nach dem Programm: „Gelingendes Lernen durch Selbstregulation – Ein Trainingsprogramm für die Sekundarstufe II“² durchgeführt. Das Trainingsprogramm wurde basierend auf dem vielfach bewährten Prozessmodell des selbstregulierten Lernens³ konzipiert, erprobt und evaluiert.

„Selbstreguliertes Lernen unterscheidet sich von anderen Methodentrainings, indem es dem Lerner dabei hilft, den gewährten Freiraum optimal nutzen zu können, den Einsatz von Lernstrategien in einen größeren Handlungskontext einordnet und über das Prozessmodell des selbstregulierten Lernens Lernenden aller Altersstufen vermittelbar ist [...] Die Förderung selbstregulierten Lernens zielt auf weit mehr als die Vermittlung kognitiver Lernstrategien ab. Kognitive Lernstrategien betreffen das inhaltliche Bearbeiten des Lernstoffs [...] Metakognitive Lernstrategien sind solche, die die Organisation der Lernhandlung betreffen, z.B. das Planen des Vorgehens beim Lernen, das Beobachten des eigenen Vorgehens während des Lernens und die Reflexion über Gutes und Schlechtes nach dem Lernen.“

Ziel

Ziel des Programms ist das Erlernen metakognitiver Lernstrategien für selbstreguliertes Lernen. In dem Programm sollen allgemein bekannte aber auch ganz persönliche Schwierigkeiten beim Lernen angegangen werden, damit die Lernenden einfacher und effektiver lernen können.

Aufbau

Der Workshop gliedert sich in eine vorbereitende und sieben inhaltliche Sitzungen zu jeweils 90 min:

1. Kick-off
2. Werte
3. Ziele
4. Planung
5. Motivation
6. Selbst-Monitoring
7. Durchhalten
8. Reflexion

Organisatorisches

Dauer: ca 12h
Teilnehmer: 5 bis max. 12 (ab 16 Jahren)
Benötigte
Ausstattung: 1x Flipchart,
Computer + Beamer,
idealerweise 2 kleine
zusätzliche Räume

Preis

1900,- € (zzgl. MwSt.)

In den Kosten sind folgende Leistungen enthalten:

- Erstellung und Bereitstellung von Arbeitsmaterialien (exkl. Ausstattung s.o.)
- Durchführung des Workshops (ca. 12h)
- Vor- und Nachbereitung der Sitzungen sowie Evaluation des Trainings.

2 Trainingsprogramm nach: Keller, Sylvana / Orgin, Sabine / Ruppert, Wolfgang / Schmitz Bernhard (2013): Gelingendes Lernen durch Selbstregulation – Ein Trainingsprogramm für die Sekundarstufe II. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht

3 Schmitz, B & Wiese B. S. (2006): New perspectives for the evaluation of training sessions in self-regulated learning: Time-series analysis of diary data. Contemporary Educational Psychology, 31, 64-96

GRUPPENTRAINING MIT HALTUNG MOTIVIERT LERNEN

#03

Schwerpunkte

Der Prozess des selbstregulierten Lernens lässt sich in drei Phasen unterteilen: vor, während und nach dem Lernen. Vor dem Lernen geht es darum, sich konkrete Ziele zu setzen, das Vorgehen zu planen und sich für die Handlung zu motivieren. Dabei hängt die Motivation wesentlich von Einstellungen und Selbstwirksamkeitserwartungen ab. Eigene Werte und damit verbundene Prioritäten haben einen bedeutenden Einfluss auf das selbstregulierte Lernen. Sich seiner Werte bewusst zu sein, führt dazu, sich realistische Ziele zu setzen. Diese wiederum führen zu einer höheren intrinsischen Motivation und die Zielverfolgung fällt leichter.

Ziel

Die Lernenden werden sich Ihrer Werte bewusst, lernen verschiedene Zielebenen kennen und finden ein motivierendes Haltungsziel.

Aufbau

Der Workshop gliedert sich in zwei aufeinander aufbauende Teile. Im ersten Teil werden die Lernenden durch verschiedene Übungen zur Reflexion ihrer eigenen Werte angeregt und priorisieren diese. Im zweiten Teil entwickeln die Lernenden durch gezielte Fragestellungen aus dem systematischen Coaching Ziele für das schulische Lernen. Dabei wird die Methode des Peer-Coachings angewandt.

1. Input:
Zusammenhang zwischen Werten, Zielen und Motivation
2. Arbeitsphase:
Prioritäten überprüfen mit der Zeitanalyse

– Pause –

3. Input:
Ziele und Motivationskraft
4. Arbeitsphase:
Werte, Prioritäten und Ergebnisziel festlegen
5. Peer-Coaching:
Finden eines Motto-Ziels

Das Training beinhaltet Elemente aus den beiden Programmen:

1 Trainingsprogramm nach: Rieden Nussbaum, A. & Storch, M. (2018): Ich packs! Selbstmanagement für Jugendliche – Ein Trainingsmanual für die Arbeit mit dem Zürcher Ressourcen Modell, 4. Auflage, Bern: Hogrefe Verlag

2 Trainingsprogramm nach: Keller, Sylvana / Orgin, Sabine / Ruppert, Wolfgang / Schmitz Bernhard (2013): Gelingendes Lernen durch Selbstregulation – Ein Trainingsprogramm für die Sekundarstufe II. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht

Organisatorisches

Dauer: 3h
Teilnehmer: 5 bis max. 12 (ab 16 Jahren)
Benötigte
Ausstattung: 1x Flipchart,
Computer + Beamer,
idealerweise 2 kleine
zusätzliche Räume

Preis

500,- € (zzgl. MwSt.)

In den Kosten sind folgende Leistungen enthalten:

- Konzeption des Workshops
- Erstellung und Bereitstellung von Arbeitsmaterialien (exkl. Ausstattung s.o.)
- Durchführung des Workshops (3h)