

Lerncoaching

Das Lernen analysieren

+

danach optimieren!

Termine nach Absprache, Büro Lerncoaching

076-594 68 48 (WhatsApp, SMS)

Patricia.Meile@kantiwattwil.ch (Mail / Teams)

Kanti Wattwil → vielfältiges Angebot

1) Nachhilfe: <https://www.kantiwattwil.ch/angebote/nachhilfe/>

2) Beratung: intern: <https://www.kantiwattwil.ch/angebote/beratung/>

extern: www.147.ch // <https://www.wie-gehts-dir.ch/>



3) Lerncoaching: <https://www.kantiwattwil.ch/angebote/lerncoaching/>

u.a. 2-wöchentlich – **News aus dem UG** der Kanti Wattwil.

Gehirn: das Organ des Lernens

- Das Gehirn **sichert dein Überleben.**
- Das Gehirn sitzt im Schädel und es hat **keine Ahnung von der Realität.**
- Es braucht **Feedback** von der Umwelt und dem Körper.
Das Gehirn **orientiert sich** mittels:
 - **Sinnesorgane = Feedback von aussen**
 - **Körpersignale = Feedback von innen**



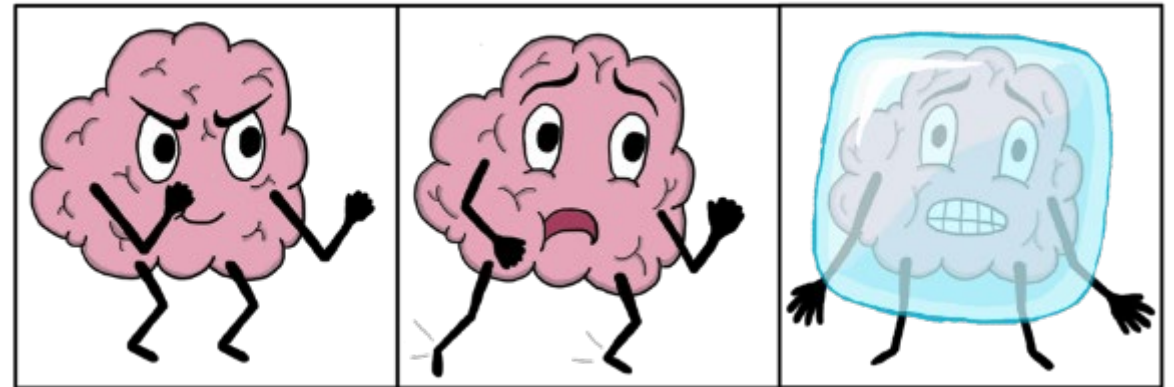
Quelle: <https://www.pinterest.com/pin/796996465278032611/>

Stress-Reaktionsnorm...

Beispiel vor-/in der Prüfung: **Fight** – **Flight** – **Freeze**

Fight: Wut / Anspannung

Flight: wo ist der Ausgang?

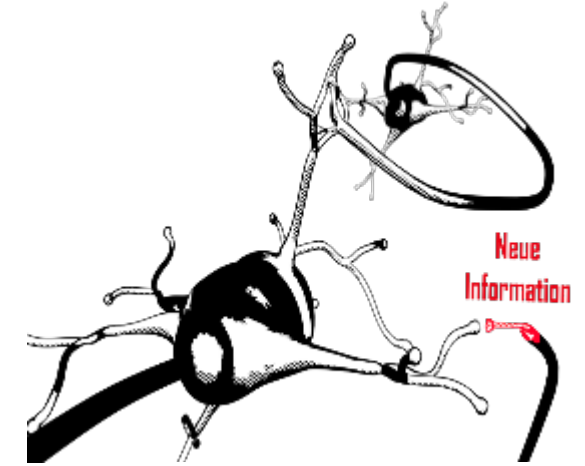


Quelle: © A. Schönbeck, 2018

Freeze: „hä?! – ich weiss nichts mehr..“

Fachliches Lern-Coaching

- **Wie vernetze ich neue Information?**
→ Vernetzen mit dem **Erfahrungswissen!**



Quelle: © J. Schönbeck, 2018

- **Wie lerne ich?**
Hören, Lesen, Diskutieren, Schreiben, Zeichnen...
- **Lernstrategien:** Wörtli? / Texte lesen? / Konzentration?
- **Orientierung** → viele Fächer, neue Lehrmittel → Prüfung
- **Organisation** → Zeitplan, Klasse, ...

Fachliches LC - Organisation

Ziel der 3j./4j. „Lehre“ → Abschluss FMS oder Matura

Was sind deine persönlichen Ressourcen?

- **Familie + Freunde;**
- **Sport, Vereine ...**
- **die Klasse!!!**

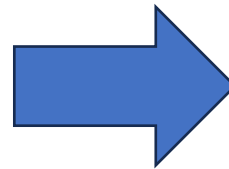


Fachliches LC - Organisation

Klasse: → alle haben das gleiche Ziel;

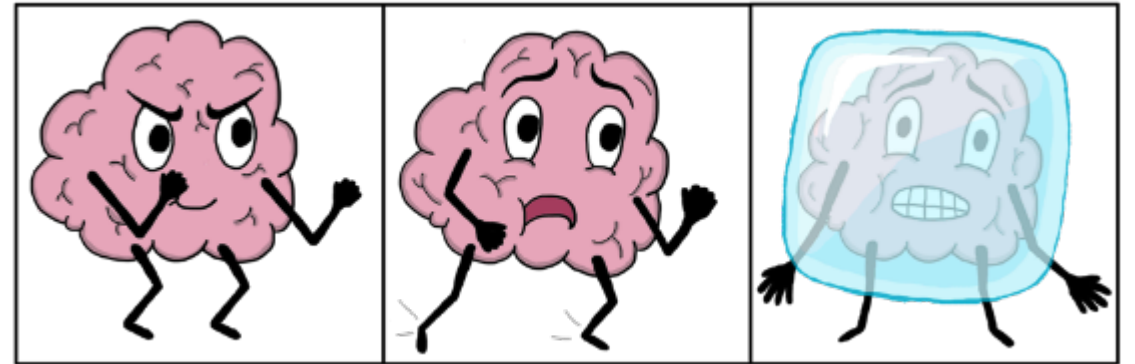
→ Schule = Arbeits-Umfeld = „Lehr-Betrieb“

Arbeitsklima → *professioneller, respektvoller Umgang*



Beratendes Lerncoaching (Lern-“Krise“)

Gehirn ist im **Stress-Modus**



Quelle: © A. Schönbeck, 2018

Mangel im Gehirn:

- Es fehlen z.B. Sauerstoff, $C_6H_{12}O_6$ (Zucker), H_2O ...
- **Bewegen**, Atmen, Essen + Trinken...

- **Langeweile (vgl. TikTok – Gamen);**
- **Was ist der Sinn?;**
- **Kein MOTIV** haben → fehlende **MOTIV-ation.**



→ **Ziel: HANDELN** → *Belassen oder verändern!*

Wie arbeite ich?



Quelle: <https://www.duda.news/serie/koerperserie-das-gehirn/>

- **Lösungsorientiert**
- **Individuell**
3 Lektionen (=135min) sind kostenlos.
- **keine Nachhilfe**
- **keine psychologische Beratung**



- <https://www.wie-gehts-dir.ch/> (App)
- www.147.ch (Tel, Chat,... anonym)

Last but not least...

- Es gibt keine Note!



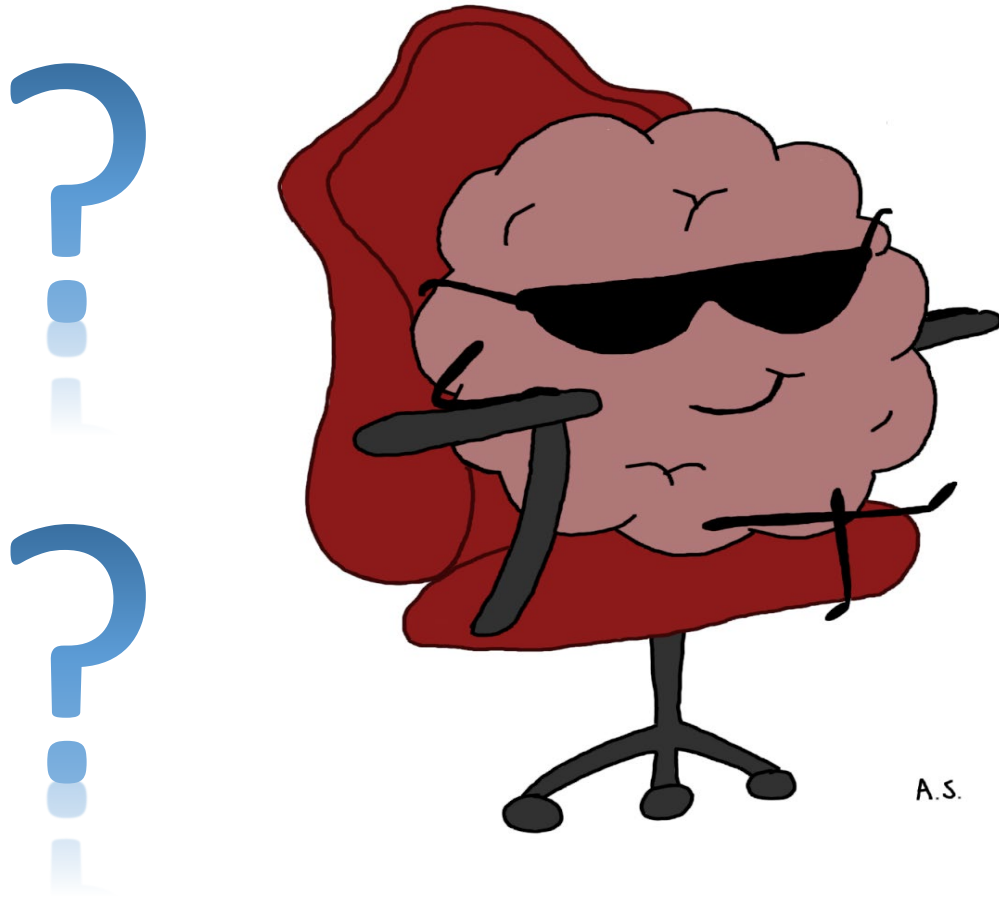
- Besser früh(er) als (zu) spät!



Quelle: Wikipedia, Von 夢の散歩 - 夢の散歩, CC BY-SA 3.0,2008.
<https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=4144832>,

Quelle: Von André Karwath aka Aka –
Eigenes Werk, CC BY-SA 2.5, 2004.
<https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=16754>

Biologin: Faszination Gehirn



Anmeldung

-076-594 68 48 (WhatsApp, SMS)

-Teams oder Mail:

Patricia.Meile@kantiwattwil.ch

MERCI