

LERN COACHING

Support für Jugendliche die unter Prokrastination (Aufschieben) oder Prüfungsangst leiden

Betreuen Sie Jugendliche und junge Erwachsene, die ihre Aufgaben ewig vor sich herschieben und darunter leiden? Unterstützen Sie Jugendliche, die Angst haben vor Prüfungen, obwohl sie genügend gelernt haben? Die ihr Wissen beim Test nicht abrufen können, weil sie viel zu nervös sind? Und die deswegen immer schlechte Noten schreiben und langsam völlig frustriert sind?

Für junge Menschen, die unter Prokrastination (Aufschieben) leiden und/oder Prüfungsangst haben, hat Impulsis Berufsbildung+ das Lerncoaching entwickelt.

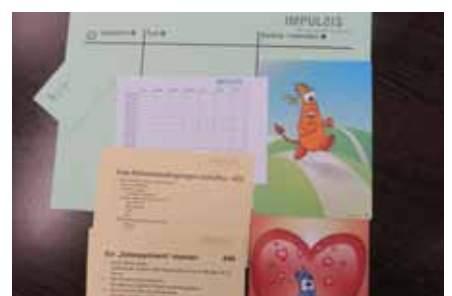
Im Lerncoaching erarbeiten die Jugendlichen individuelle und einfach anwendbare Methoden und Werkzeuge und erschliessen sich dadurch Wege aus dieser Sackgasse.

Rückmeldungen von ehemaligen Teilnehmenden:

«Jetzt weiss ich, dass mir Lernen mit anderen hilft!»

«Den Antistressball habe ich immer dabei.»

«Mir hilft es zu sehen, dass es anderen auch so geht.»



Inhalte und Ziele des Lerncoachings

Die Teilnehmenden:

- erkennen die Symptome und Gründe des Aufschiebens und der Prüfungsangst
- begeben sich auf Spurensuche nach eigenen Mustern und blockierenden Gedanken
- lernen verschiedene Methoden kennen und anwenden
- entwickeln ihr eigenes Erfolgsrezept

Organisatorisches:

- Das Lerncoaching beinhaltet zwei halbe Tage Gruppencoaching und ein Einzelcoaching zum Abschluss. Gruppengrösse zwischen 4 und 6 Teilnehmende.
- Ort: bei Impulsis an der Fabrikstrasse 50 in 8005 Zürich
- Kosten: CHF 650.— / Teilnehmer*in
- Information und Anmeldung: lerncoaching@impulsis.ch 043 300 64 74
- Durchführung zwei Mal jährlich, im Februar/März und Oktober/November, Daten siehe impulsis.ch
- Bei Bedarf kann auch jederzeit ein individuelles Einzelcoaching oder ein Gruppencoaching gebucht werden