



Sylvia C. Trächslin
Quantencoaching® . wingwave®-Coaching . Projekte
Hauptstrasse 37, CH-4105 Biel-Benken
Telefon +41(0)61 643 92 26
Mobile +41(0)79 882 71 90



wingwave®-Coaching und LernCoaching seit 2007

Ein LernCoach begleitet Menschen dabei, selber zu lernen, und analysiert dazu bisherige Lernstrategien, findet gemeinsam mit KundInnen passende Möglichkeiten, stärkt Ressourcen, löst Blockaden, kennt Lernhilfen und Lerntechniken und unterstützt beim Strukturieren beispielsweise einer Bachelor-, Master- oder Diplomarbeit sowie des Lernstoffs und Lernvorgehens.

Themen

- Lernblockaden: Wegen mangelnder Übersicht über Lernstoff, Problemen mit dem Strukturieren des Lernstoffs, geringer Lernbereitschaft, ungünstiger Lernzustände, geringer Lernmotivation.
- Stress auslösende Faktoren: Erinnerungen an Versagens- und Schreckensmomente, einschränkende Überzeugungen, zu hohes/langsames Tempo, zu langsames Arbeiten, wenig Merkfähigkeit, unbeständige Konzentration und Aufmerksamkeit, innere Unruhe, Bewegungsdrang, Aggressionen.
- Lernen und Lernblockade

Der LernCoach unterstützt auf dem Weg zum erfolgreichen Lernen auf folgenden Ebenen:
Ebene der Beziehung: Blockaden und Spannungen in Beziehungen zu Mitmenschen, zum Lernstoff und zu Fächern werden geklärt und Werkzeuge für das wertschätzende Miteinander vermittelt.

Ebene der Befindlichkeit: Auf dieser Ebenen wird auf das Lösen von emotionalen Blockaden, einschränkenden Überzeugungen (ich bin zu dumm, ich schaffe es nicht) und Ängste (Prüfungsangst) fokussiert und gleichzeitig wieder Fluss in die blockierte Lernenergie gebracht.

Ebene der Lern- und Erinnerungsstrategien und Lerntechniken: Fehler und Missverständnisse haben einen hohen Informationsgehalt für Coaches, Lehrpersonen, Lernende. Fehler und Missverständnisse zeigen das aktuelle Verstehen in einem Lernprozess auf. Deshalb wird geprüft, welche Lernkanäle (visuell-sehen, auditiv-hören, kinästhetisch-fühlen, tun) bevorzugt werden. KundInnen werden über die Zusammenhänge von Lern- und Erinnerungsstrategien und Lernkanäle informiert und hin auf eine ausgewogenere Kombination des bevorzugten Lernkanals mit dem strategisch günstigsten Lernkanal, dem Visuellen nach der Dilts-Lernmethode trainiert.

Methoden - Vorgehen

Dilts-Lernstrategie-Training, Lernstoff strukturieren, Lernplanung, NLP, wingwave®-kinestikinesiologisches Muskeltesten und wache REM-Phasen. Auch möglich ist Coaching für Eltern, Lehrpersonen, Auszubildende.

Ablauf

Vor Ihrem ersten Termin erhalten Sie elektronisch einen Fragebogen sowie ein zu unterzeichnendes Informationsblatt. Den beantworteten Fragebogen retournieren Sie elektronisch vor der ersten Sitzung/Session. Das Informationsblatt bringen Sie unterzeichnet zur ersten Konsultation mit bzw. senden Sie als Scan mit Email. Dieses Vorgehen soll einen effizienten, effektiven und vertrauensbildenden Einstieg in die Zusammenarbeit erleichtern

www.sylviatraechslin.ch . www.quantencoaching-basel.ch . www.aha-bs.ch . www.holdirhilfe.org



Sylvia C. Trächslin
Quantencoaching® . wingwave®-Coaching . Projekte
Hauptstrasse 37, CH-4105 Biel-Benken
Telefon +41(0)61 643 92 26
Mobile +41(0)79 882 71 90



Am Ende einer Konsultation erhalten Sie ein Protokoll. Damit haben Sie die Möglichkeit zu überprüfen, ob Ihre Äusserungen korrekt verstanden wurden. Ich behalte eine Kopie bei den Akten

Dauer wingwave®-Coaching und LernCoaching findet über mehrere Sitzungen (ca. 3 bis 6) innerhalb eines frei bestimmbaren Zeitraums statt. Ich kommuniziere offen, sobald mir das Beenden der Zusammenarbeit als sinnvoll erscheint. Sie teilen mir offen mit, wenn für Sie das Ende der Zusammenarbeit erreicht ist.

Termine in der Praxis

Montag-Freitag von 08.30 bis 18.00 Uhr. Nach Absprache Termine auch abends und an Samstagen möglich.

Hinweis

LernCoaching kann nicht über Krankenkassen-Zusatzversicherungen zur Vergütung gebracht werden.

www.sylviatraechslin.ch . www.quantencoaching-basel.ch . www.aha-bs.ch . www.holdirhilfe.org