

Coaching-Heft

für Schülerinnen und Schüler

Name: _____

Klasse: _____

Schuljahr: _____



1. Was ist Coaching?

Ein Coaching-Gespräch ist ein Gespräch zwischen dir und einer Lehrkraft. Diese darfst du dir auswählen.

In dem Gespräch geht es zum Beispiel um deine Stärken, dein Lern- und Arbeitsverhalten, wie wohl du dich in der Klasse fühlst und um Ziele, die du in diesem Schuljahr erreichen möchtest.

Da im Unterrichtsalltag oft keine Zeit dafür bleibt, hast du zweimal im Schuljahr die Möglichkeit, mit einer Lehrkraft in Ruhe und ausführlich über all diese Themen zu sprechen.

2. Wie läuft das Coaching ab?

Coaching bedeutet, sich zunächst einmal eine Lehrkraft seines Vertrauens zu suchen. Das kann die Klassen- oder eine aktuelle Fachlehrkraft sein. Sprich die Lehrkraft an und erkundige dich, ob deine Wunsch-Lehrkraft noch freie Plätze hat.

Mit ihr vereinbarst du dann einen Termin, den du in die Tabelle unten einträgst.

Der Termin findet während deiner Unterrichtszeit statt und dauert ca. 15 Minuten. In diesem Gespräch kannst du dich ganz allgemein über dein Lernverhalten, deine Ziele, Stärken oder Schwächen unterhalten. Zusammen mit deinem Coach vereinbarst du Ziele, die dir helfen sollen, noch erfolgreicher zu lernen. Nach einer gewissen Zeit triffst du dich zu einem zweiten Gespräch, um festzustellen, wie gut du das Vereinbarte umsetzen konntest.

3. Was ist wichtig?

Seid pünktlich bei eurem vereinbarten Termin.

Sollte euch etwas dazwischenkommen, sagt euren Lehrkräften rechtzeitig Bescheid.

Seid gut vorbereitet.

Nur wenn ihr euch vorher Gedanken gemacht habt, wo ihr gerade steht und was ihr erreichen wollt, kann ein gutes Gespräch zustande kommen.

Setzt euch realistische Ziele, die ihr auch erreichen könnt.

Auch kleine Schritte helfen euch, in die richtige Richtung zu gehen.

4. Der zeitliche Ablauf

Meine Coaching-Termine

Coach	Termin		
	Tag	Uhrzeit	Raum

Vorbereitung des Gespräches (1. Gespräch)

Diese Fragen sollst du **vor** dem Coaching-Gespräch **schriftlich** beantworten:

1. Wie geht es dir gerade? (bitte ankreuzen)

Nicht so gut 😞 sehr gut 😊

2. Wie wohl fühlst du dich in deiner Klasse? (bitte ankreuzen)

Nicht so wohl ☹️

sehr wohl 😊

3. Welche Themen beschäftigen dich gerade? (in der Schule, deiner Freizeit, deiner Familie..)

4. Wo siehst du deine Stärken? Was kannst du gut? (nicht nur auf die Schule bezogen)

5. Was fällt dir schwer? / Wo hast du Schwierigkeiten?

6. Wie würdest du dich bei den folgenden Themen einschätzen:

	😊	😐	😞
Mitarbeit im Unterricht			
Zuverlässigkeit			
Teamfähigkeit			
Konzentration			
Regeln einhalten			

7. Welche konkreten Ziele hast du für die kommende Zeit im Schuljahr?
(zum Beispiel auf ein konkretes Schulfach oder dein Arbeitsverhalten bezogen)

Coaching-Ergebnisprotokoll (1. Gespräch)

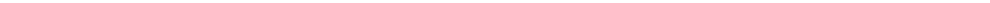
(wird während bzw. im Anschluss an das Gespräch gemeinsam ausgefüllt. Die Lehrkraft macht sich eine Kopie)

Name Schüler/in:		Datum:
Name Coach:		Klasse:
Gesprächsinhalte in Stichpunkten:		
Ziele (Das nehme ich mir vor) mit konkreten Maßnahmen, wie man das Ziel erreichen könnte:		
Anschlussgespräch: ☐ nein ☐ ja, am _____		
Unterschriften:		
	Schüler/in	Coach

Vorbereitung des Gespräches (2. Gespräch)

Diese Fragen sollst du **vor** dem Coaching-Gespräch **schriftlich** beantworten:

1. Wie geht es dir gerade? (bitte ankreuzen)



Nicht so gut 😞

sehr gut 😊

2. Wie wohl fühlst du dich in deiner Klasse? (bitte ankreuzen)

Nicht so wohl☹

sehr wohl 😊

3. Welche Themen beschäftigen dich gerade? (in der Schule, deiner Freizeit, deiner Familie..)

4. Hast du dein Ziel aus dem 1. Coaching-Gespräch erreichen können? (mit Begründung)

5. Was fällt dir momentan schwer? / Wo hast du Schwierigkeiten?

6. Wie würdest du dich bei den folgenden Themen einschätzen:

	😊	😐	😞
Mitarbeit im Unterricht			
Zuverlässigkeit			
Teamfähigkeit			
Konzentration			
Regeln einhalten			

7. Welche konkreten Ziele hast du für das restliche Schuljahr?
(zum Beispiel auf ein konkretes Schulfach oder dein Arbeitsverhalten bezogen)

Coaching-Ergebnisprotokoll (2. Gespräch)

(wird während bzw. im Anschluss an das Gespräch gemeinsam ausgefüllt. Die Lehrkraft macht sich eine Kopie)

Name Schüler/in:		Datum:
Name Coach:		Klasse:
Gesprächsinhalte in Stichpunkten:		
Ziele (Das nehme ich mir vor) mit konkreten Maßnahmen, wie man das Ziel erreichen könnte:		
Anschlussgespräch: ☐ nein ☐ ja, am _____		
Unterschriften:		
	Schüler/in	Coach