

„Man kann die Menschen nichts
lehren, man kann ihnen nur helfen,
es in sich selbst zu finden.“
(Galileo Galilei)

Mehr Erfolg beim Lernen

Einzelcoaching (Kurzzeit-Training, „LernCoaching“)

LernBeratung & LernCoaching Oberstebbrink

Die Schwerpunkte und Ziele des Coachings sind:

- Verbesserung von Rechtschreibleistung und Textverständnis/Leseleistung
- Verbesserung der Mathe-Leistungsfähigkeiten einschl. Zahlenverständnis und Text-/Sachaufgaben
- Besser auswendig lernen, z. B. bei Vokabeln, und Texte erarbeiten, u. a. mit Mind-Map
- Bessere Handschrift, Heftordnung u. a.
- Mehr Selbstständigkeit, z. B. bei den Hausaufgaben
- Bessere Konzentration, u. a. beim Aufmerksamkeits-Defizit-Syndrom (ADS/ADHS)
- Mehr Motivation und Selbstbewusstsein in Schule und Beruf, z. B. in Mobbing-situationen
- Mehr Sicherheit bei Lerntests und Prüfungen



Tobias Oberstebbrink | Bergstraße 8
53721 Siegburg | Tel.: 0 22 41.6 80 88
E-Mail: lerncoaching_oberstebbrink@web.de





Die „Dilts-Methode“

Ist benannt nach Robert Dilts, einem der Mitbegründer des NLP (Neuro-Linguistisches-Programmieren), und bietet das Know-how leistungsstarker Rechtschreiber in (leicht) erlern- und trainierbarer Form an.

Leistungsschwache Rechtschreiber oder „Kreativschreiber“ haben i. d. R. keine einheitliche Rechtschreib-/Lern-Strategie. Kreativschreiber nutzen meist den auditiven Sinneskanal, ihr „Hör-Erinnern“, sie schreiben, „was sie hören“. Da jedoch z. B. Groß- oder Kleinschreibung nicht hörbar ist und über 50 % der deutschen Rechtschreibung nicht lautgetreu sind, also anders geschrieben als gesprochen wird, sind bei dieser Strategie viele Kreativschreibweisen vorprogrammiert.

Sichere Rechtschreiber hingegen hören ein Wort, haben das Wort bildlich gespeichert und darüber hinaus meist auch noch die Bedeutung des Wortes verknüpft. Dadurch ergibt sich i. d. R. ein sehr sicheres und gutes „Wort-Gefühl“. All dies tun sichere Rechtschreiber unbewusst.

Dilts hat die Strategie sicherer Rechtschreiber als Vorbild und Grundlage für seine Methode benutzt, um die unbewussten Prozesse bewusst erlern- und trainierbar zu machen.

Begleitend wird an einschränkenden Glaubenssätzen („Das schaff ich nie“, „Das kann ich nicht“, „Ich bin zu blöd zum ...“ etc.), an der Selbst-Einschätzung, dem Selbst-Vertrauen und der Motivation des Lernenden gearbeitet.

Auch die Symptome von AD(H)S werden vor diesem Hintergrund verständlich und können in vielen Fällen gemildert werden.

Wie LernCoaches arbeiten

Lernen wird von vielen Menschen als anstrengend empfunden. Häufiges Wiederholen stellt sich als ein Muss dar. Dabei geht es auch anders! LernCoaches helfen, persönliche Stärken, Ressourcen und Potenziale zu mobilisieren, und zeigen neue Lern-Strategien auf. Dabei ist es egal, ob es sich beim Lernenden um Kinder, Jugendliche oder Erwachsene handelt. Beim LernCoaching steht das Fachwissen im Hintergrund bzw. ist irrelevant, es geht um das „Wie“ und nicht um das „Was“. LernCoaching arbeitet an den Voraussetzungen, auf denen die Vermittlung von Fachwissen beginnen/wachsen kann. LernCoaching arbeitet ganzheitlich, da alle Sinne am Veränderungsprozess beteiligt werden, und führt in die Lern-Selbstständigkeit.



Tobias Oberstbrink
LernBeratung & LernCoaching

12.03.1975, Köln

NLP-Master (DVNLP)
LernCoach (nlpaed)