

# Lerncoaching

## Unterstützung während dem Studium oder der Ausbildung



**Nicht der Wind, sondern wie wir die Segel setzen bestimmt die Richtung!**

Seit über zwanzig Jahren unterstützen wir Kunden mit Lernschwierigkeiten professionell. Ziel des Lerncoachings ist es, dass Sie Ihre Ausbildung oder Ihr Studium erfolgreich absolvieren und mit Zuversicht, Selbstsicherheit und Ruhe Ihre Prüfungen meistern.

Die Lernpraxis AG ist mittlerweile gewachsen auf zwei Teams mit Fachexperten in den Bereichen Lerncoaching, Neuropsychologie, Logopädie, Psychotherapie und Job Coaching.

## **Inhalte**

- Erarbeiten von Lernstrategien und Stärkung der Selbstorganisation (Bsp. Endsemesterprüfungen Plan)
- Vermittlung von diversen Lerntechniken (Bsp. Mnemotechniken)
- Prüfungsvorbereitung
- konkrete Unterstützung bei Prüfungsängsten, Blackouts, Blockaden und weiteren belastenden Situationen
- Förderung bei spezifischen Lernschwierigkeiten wie Lese-Rechtschreibschwäche, Dyskalkulie / Rechenschwäche oder ADHS und ADS

Es können nach Bedarf folgende Module und Gruppentrainings ergänzend gebucht werden:

## **Zusatzmodule**

- Diverse Einzeltraining: Kognitives Training, Mentales Training
- Gruppentraining für selbstsicheres Auftreten
- Gruppentraining: Ressourcen & Selbstkompetenz stärken
- Gruppentraining: Work-Life Balance & Burnout Prävention

## **Zielgruppe**

- junge Erwachsene und Erwachsene in der Ausbildung oder im Studium

## **Form**

Einzelcoachings und je nach Bedarf fachliche Themengruppen (Module).

## **Dauer und Umfang**

Für gewöhnlich im Zeitraum zwischen 3 Monaten und zwei Jahren.

In der Anfangsphase finden Coachings normalerweise einmal wöchentlich statt und später mit geringerer Häufigkeit.

## **Fachpersonal**

Die Lernpraxis ist interdisziplinär aufgebaut. Die Fachkräfte unserer beiden Teams sind Neurologen, Psychotherapeuten, Ergotherapeuten, Logopäden und Sportpsychologen.

## **Kosten**

Stundenansatz CHF 180.00 oder nach Vereinbarung. Vor- und Nachbearbeitung sind im Stundensatz integriert.

Zusatzmodule und Gruppenkurse sind einzeln verrechnet.

## **Ort**

In den Räumlichkeiten der Lernpraxis am Klusplatz oder im Seefeld

Lernpraxis am Klusplatz AG, Jupiterstrasse 35, 8032 Zürich

Lernpraxis Seefeld AG, Seefeldstrasse 63, 8002 Zürich

## **Kontakt**

Kontaktaufnahme über [info@lernpraxis.ch](mailto:info@lernpraxis.ch) oder Telefon 044 213 10 10

## **Aufnahmeprozedere**

Vereinbart wird der Bedarf durch Sie und die Kostenträger. Sie melden sich für ein Erstgespräch bei der Lernpraxis. Danach werden in einem gemeinsamen Gespräch die Ziele für das Lerncoaching festgelegt. Das Lerncoaching beginnt mit der Ermittlung des Bedarfs und der anschliessenden Vereinbarung der nächsten Schritte.