

## **Liebe Lehrerinnen, liebe Lehrer,**

in meiner zwanzigjährigen Tätigkeit als Lehrerin habe ich oft beobachtet, dass Lehrer und Tutoren sich höchst engagiert um die Probleme ihrer Schüler kümmern. Aber leider ist heute nicht immer genug Zeit und Raum, um Jugendlichen in schwierigen persönlichen Situationen genug weiterzuhelfen. Deshalb unterstütze ich in solchen Fällen Lehrer, Tutoren und Schulen in Mittel- und Oberstufe durch das "Jawohl"-Coaching-Programm.

Das "Jugendliche-Stärken"-Coaching-Programm unterstützt Jugendliche, die eigenen Stärken zu sehen und mit den Schwächen umzugehen. Es hilft, die Talente richtig einzusetzen, um erfolgreich die nächsten Schritte zu bewältigen. Die Coachees lernen Techniken und Rituale, um mit schwierigen Situationen umzugehen.

Oft rutschen Jugendliche - wenn der Druck zu groß wird - in die Passivität. Dieses Coaching (re-)aktiviert die innere Bewegung und verhilft zu einer Neu-Orientierung im Denken und Handeln. Mit unserer Methode der kleinen Schritte bekommen sie schnelle Erfolgserlebnisse, beginnen, sich auf ihre Ziele zuzubewegen und lernen darüber hinaus, auf die eigenen Ressourcen zu bauen.

Ein ganz anderer Weg, um Schüler und Jugendliche schon ab der 5. Klasse zu aktivieren, ist mein Eurythmie-an-Schulen-Projekt. Eurythmie schafft durch die Bewegung einen Ausgleich zwischen Handeln, Fühlen und Denken. Das hilft beispielsweise Schülern, die stark im Gefühl leben, wenig nachdenken und deshalb nicht ins Handeln kommen. Es beugt auch der Gewalt vor, die durch fehlendes Nachdenken und/oder Nachempfinden entstehen kann. Darüber hinaus stärkt Eurythmie die Lebens- und Selbstheilungskräfte sowie die Entwicklung der Persönlichkeit.

Gerne würde ich mich mit Ihnen über eine eventuelle zukünftige Zusammenarbeit unterhalten. Ob wir uns beispielsweise mal persönlich kennenlernen können, ich Sie in der Tutorenstunde begleite, mich den Eltern auf einem Elternabend oder einer anderen Veranstaltung vorstelle - natürlich bin ich auch offen für alle Ihre Ideen, wenn es darum geht, Jugendliche zu unterstützen.

Gerne können Sie diesen Brief auch an Ihre Kollegen und/oder das Lehrer-Kollegium weiterleiten.