MODUL 4: COACHING
PERSONENZENTRIERTE KOMMUNIKATION

LERNZIELE UND ZIELE DER AKTIVITÄT

Ziel Nr. 1

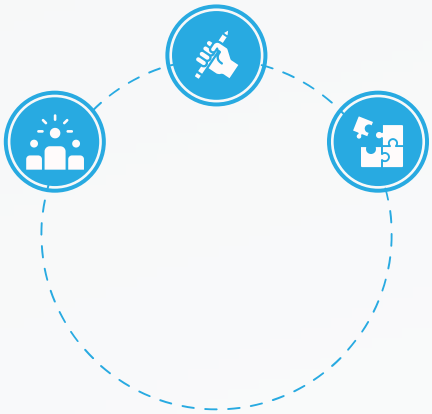
IDENTIFIZIEREN SIE DIE BEDÜRFNISSE UND DEN LERNSTIL IHRER KLIENT:INNEN

Diese Methode soll Genesungscoaches dabei helfen, die spezifischen Bedürfnisse, den Lernstil und den Unterstützungsbedarf des Klient:Innen zu ermitteln/verstehen und so einen individuellen Plan zu formulieren.

Ziel Nr. 2

BAUEN SIE DURCH PERSONALISIERUNG EINE BEZIEHUNG AUF UND SICHERN SIE VERTRAUEN

Basierend auf diesem Prinzip legen Genesungscoaches Wert darauf, jeden Klient:Innen entsprechend seiner Herkunft und Präferenzen zu behandeln. Dies schafft Vertrauen und eine engere Beziehung zwischen Klient:In und Coach. Dies hilft den Klient:Innen, sich ihm auf dem Weg der Genesung offen über seine Sorgen zu öffnen.



Ziel Nr. 3

ANWENDEN GEÄNDERTER SUPPORT-STRATEGIEN BASIEREND AUF FEEDBACK

Coaching-Strategien sollten kontinuierlich durch das Feedback der Klient:Innen verfeinert werden. Dies hilft Genesungscoaches, sich schnell anzupassen, um das Coaching relevant und zeitgemäß zu halten.

MODUL 4: COACHING
PERSONENZENTRIETRE KOMMUNIKATION

AKTIVITÄTSBESCHREIBUNG UND MATERIALIEN

Aktivitätsbeschreibung

1. Zielgruppe - Personal der Erwachsenenbildung, Genesungscoaches
2. Zeit – 1 Stunde pro Aktivität.

Materialien

1. Papier, Marker und Haftnotizen
2. Handouts mit Beispiel-Klient:Innenprofilen und Szenarien
3. Whiteboard für Gruppendiskussionen
4. Komfortabler privater Raum für konzentrierte Interaktionen

FÜR DIESE AKTIVITÄT VERWENDETE METHODIK

KONSTRUKTIVISTISCHES LERNEN

Die Teilnehmenden absolvieren strukturierte Übungen, um ihre Fähigkeiten zu verbessern, die individuellen Bedürfnisse verschiedener Klient:Innen zu erkennen und zu berücksichtigen. Dieses Training ist besonders wichtig für den Genesungscoach, der oft mit Menschen arbeitet, die sich in unterschiedlichen Stadien ihres Selbstbewusstseins und ihrer Veränderungsmotivation befinden.

PROBLEMBASIERTES LERNEN

Dabei handelt es sich um lebensechte Szenarien, die den Genesungscoach dazu herausfordern, personalisierte Ansätze zur Stärkung des kritischen Denkens und der Entscheidungsfindungsfähigkeiten zu entwickeln.

VON GLEICHALTRIGEN LERNEN

In jeder Sitzung sind die Teilnehmenden eingeladen, Erfahrungen auszutauschen und von anderen über ihre Gefühle im Zusammenhang mit dem persönlichen Coaching zu erfahren, sodass gegenseitiges Verständnis und Empathie entstehen.

ERFAHRUNGSBASIERTES LERNEN

Durch Rollenspiele in der Gruppe und simulierte Coaching-Sitzungen lernen die Teilnehmenden, ihre Ansätze anzupassen, die unterschiedlichen Ergebnisse zu beobachten, die sich ergeben können, und positive Anpassungen vorzunehmen.

MODUL 4: COACHING
PERSONENZENTRIERTE KOMMUNIKATION

AKTIVITÄT 1 – ROLLENSPIELBESCHREIBUNG DER MASSGESCHNEIDERTEN KOMMUNIKATION

Die Teilnehmenden führen durch Rollenspiele mit unterschiedlichen Klientenprofilen eine maßgeschneiderte Kommunikation durch. Die Szenarien umfassen Klient:Innen mit unterschiedlichem kulturellen Hintergrund, kognitiven Fähigkeiten und Motivationsniveau. Nach jedem Rollenspiel reflektieren die Teilnehmenden, wie sich ihr Ansatz auf das Engagement und die Aufnahmebereitschaft des Klienten ausgewirkt hat.

Wichtige Punkte

- Ermutigen Sie die Verwendung offener Fragen und aktives Zuhören, um die Sichtweise der Klient:Innen vollständig zu verstehen.
- Die Bedeutung von Flexibilität sollte betont werden: Passen Sie Sprache, Ton und Körpersprache an das Wohlbefinden und den Kommunikationsstil jedes Klienten an.
- Ermöglichen Sie eine offene Diskussion von Herausforderungen mit maßgeschneiderter Unterstützung in realen Situationen und fördern Sie den Austausch praktischer Lösungen.

AKTIVITÄT 2 – ANPASSUNG DER UNTERSTÜTZUNG AN LERNSTILE

Ziel dieser Aktivität ist es, den Lernstil der Klient:innen – visuell, auditiv oder kinästhetisch – zu verstehen und zu identifizieren und die Coaching-Techniken an den jeweiligen Stil anzupassen. Die Teilnehmenden arbeiten in kleinen Paaren an verschiedenen Szenarien, die sie dazu anregen, ihr Coaching an den bevorzugten Lernstil eines Partners anzupassen.

Wichtige Punkte

- Leiten Sie die Teilnehmenden an, den Klient:Innen zu beobachten und zu befragen, um herauszufinden, welchen Lernstil bevorzugt wird.
- Heben Sie auf verschiedene Weise den Einsatz visueller Hilfsmittel, verbaler Erklärungen oder praktischer Übungen hervor, um unterschiedliche Lernpräferenzen zu unterstützen.
- Regen Sie zum Nachdenken darüber an, wie die Anpassung an den Lernstil von Klient:Innen zu einem besseren Verständnis, einer besseren Behaltensleistung und einem besseren Vertrauen beitragen kann.

FOLGEHINWEISE

Führen Sie nach jeder Sitzung eine Abschlussdiskussion durch, in der die Teilnehmenden ihre Erkenntnisse darüber austauschen können, wie sich die maßgeschneiderte Anleitung auf den Erfolg der Interaktion ausgewirkt hat. Nutzen Sie diese Aktivität, um die Bedeutung von Anpassungsfähigkeit zu betonen, da ein personalisierter Ansatz gute Klientenbeziehungen stärkt und einen effektiveren Genesungsprozess ermöglicht.

MODUL 4: COACHING
PERSONENZENTRIERTE KOMMUNIKATION

KUNDENPROFILE UND SZENARIEN FÜR PERSONALISIERTES COACHING HANDOUTS

1. Michael - Der visuelle Lerner

Michael ist ein 28-jähriger Mann, der sich in der frühen Phase der Genesung von seiner Alkoholsucht befindet. Er nimmt seit kurzem an Selbsthilfegruppen teil und äußert die Motivation, sein Leben zum Besseren zu verändern. Allerdings ist er in der Vergangenheit nicht in der Lage gewesen, mündlichen Anweisungen zu folgen, und hatte eine eingeschränkte Aufmerksamkeitsspanne.
Lernstil: Visueller Lerner; bevorzugt Tabellen, Diagramme und schriftliche Informationen.
Persönlichkeitsmerkmale: Introvertiert, vorsichtig und dem Rehabilitationsprozess gegenüber leicht skeptisch.
Herausforderung: Michael hat Schwierigkeiten, sich mündliche Anweisungen zu merken und ist leicht überfordert, wenn er in einer Sitzung zu viele Informationen erhält.
Szenario: Michael ist in einer Sitzung frustriert und sagt, er könne mit all den Genesungsstrategien, die ihm präsentiert werden, nicht Schritt halten. Er gibt zu, dass es ihm besser gehe, wenn er die Dinge direkt vor sich sehe.
Strategievorschlag: Ergänzen Sie die Erklärungen durch visuelle Hilfsmittel wie Mindmaps, Diagramme oder andere einfache Diagramme. Geben Sie nach jeder Sitzung eine schriftliche Zusammenfassung der wichtigsten Punkte. Ermutigen Sie Michael, sich Notizen zu machen oder Ideen zu skizzieren, wenn ihm das beim Erinnern hilft.

2. Sarah – Die auditive Lernerin

Sarah ist eine 32-jährige Frau, die seit über zehn Jahren unter Drogenmissbrauch leidet. Sie arbeitet hart an ihrer Genesung und spricht über die Herausforderungen, die sie dabei bewältigen muss.
Lernstil: Auditiver Lerner; lernt am besten durch Zuhören und Sprechen.
Persönlichkeitsmerkmale: Aufgeschlossen, gesprächig, nimmt gerne an Gruppenprozessen teil.
Problem: Sarah zieht sich in einer Gruppe zurück, wenn individuelle Schreibaufgaben verlangt werden, und ist weitaus produktiver und aufmerksamer, wenn sie Informationen mündlich verarbeiten kann.
Fallbeispiel: Sarah dominiert eine Gruppendiskussion, führt andere an und bringt ihre Meinung und Vorschläge ein. Andererseits zeigt sie sichtlich ihr Unbehagen und zögert sehr, schriftliche Reflexionsübungen zu beginnen.
Empfohlene Vorgehensweise: Es sollten mehr verbale Übungen, wie z. B. Gespräche mit Partnern oder gemeinsame Sitzungen, angeboten werden. Lassen Sie die Schülerin ihre Gedanken aussprechen. Ergänzen Sie das schriftliche und visuelle Hilfsmittel durch auditive Hilfsmittel wie Podcasts und Audioaufnahmen. Unterstützen Sie den Lernprozess, indem Sie die Schülerin mündlich zusammenfassen und wichtige Punkte paraphrasieren lassen.

MODUL 4: COACHING

PERSONENZENTRIETRTE KOMMUNIKATION

KUNDENPROFILE UND SZENARIEN FÜR PERSONALISIERTES COACHING HANDOUTS

3. James – der kinästhetische Lerner

James ist ein 24-jähriger Mann, der sich seit zwei Jahren in Behandlung befindet. Er sitzt nicht still und würde sich während Sitzungen in herkömmlichen Umgebungen leicht ablenken lassen.
Lernstil: Er ist ein kinästhetischer Lerner, der am besten praktisch durch Aktivität und Bewegung lernt.
Persönlichkeit: Energiegeladen, ruhelos und reagiert auf körperliche Aktivität.
Herausforderung: James ist während der traditionellen Gesprächstherapien nicht sehr aufmerksam und reagiert eher, wenn er durch interaktive und praktische Übungen mit ihm interagiert.
Szenario: James neigt dazu, während der Sitzungen unruhig zu sein. Sie bemerken, dass er viel engagierter ist, wenn er sich bewegen oder seine Hände benutzen darf. Während der Sitzungen ist er oft abwesend, wird aber munter, wenn er aufgefordert wird, an Aktivitäten teilzunehmen.
Empfohlene Vorgehensweise: Nutzen Sie aktive Übungen, die James Bewegung ermöglichen, wie Rollenspiele oder Gruppenaktivitäten mit verschiedenen Hilfsmitteln. Ermutigen Sie James zu erholungsfördernden körperlichen Aktivitäten, wie Achtsamkeitsübungen mit Bewegung. Wenden Sie Erdungstechniken wie Stressbälle oder Kritzeln an, um die Konzentration während der weniger aktiven Teile der Sitzung aufrechtzuerhalten.

4. Elena

Elena ist eine 45-jährige Frau auf dem Weg der Besserung, die verschreibungspflichtige Medikamente missbraucht hat. Sie denkt intensiv über ihre Erfahrungen nach und verarbeitet das Gehörte innerlich, bevor sie spricht.
Lernstil: Reflektierender Lerner; nimmt sich Zeit zum Nachdenken und Verarbeiten.
Persönlichkeitsmerkmale: Nachdenklich, introspektiv; braucht beim Sprechen möglicherweise etwas Zeit.
Schwierigkeit: Elena fühlt sich unwohl, wenn sie in einer Gruppe spricht, und braucht Zeit, um über ihre Gedanken nachzudenken, bevor sie sprechen kann. Sofern sie keine vorbereitete Aussage hat, hat sie normalerweise nicht viel zu sagen.
Szenario: Elena beteiligt sich nicht viel an spontanen Diskussionen in Gruppensitzungen. Sie hat mehrfach gesagt, dass sie „noch darüber nachdenkt". Sie erwähnte auch, dass sie dem Tempo der Gruppendiskussion nicht folgen konnte.
Vorschlag: Geben Sie Elena Zeit zum Nachdenken und Aufschreiben ihrer Gedanken, bevor Sie von ihr erwarten, dass sie diese teilt. Bieten Sie ihr „Hausaufgaben" oder Tagebuchanregungen an, die sie außerhalb des Unterrichts erledigen kann und die ihr Zeit geben, sich auf eine Diskussion vorzubereiten. Fragen Sie Elena, ob sie bereit wäre, ihre Überlegungen in kleinen, weniger einschüchternden Gruppen oder mit einem Partner:In zu teilen.

MODUL 4: COACHING
PERSONENZENTRIERTE KOMMUNIKATION

KUNDENPROFILE UND SZENARIEN FÜR PERSONALISIERTES COACHING HANDOUTS

5. Tom – Der praktische Problemlöser

Tom, 38 Jahre alt, leidet seit über 15 Jahren unter Drogenmissbrauch. Er ist ein logisch denkender, zielstrebiger Mensch, der Probleme oft lösungsorientiert angeht.
Lernstil: Logisch; strukturierte Ansätze und praktische Lösungen werden bevorzugt.
Persönlichkeit: Pragmatisch, analytisch, möglicherweise übermäßig kritisch.
Herausforderung: Tom ist frustriert über offene Diskussionen, die weder zu einem Ergebnis noch zu einem Aktionsplan führen. Er fordert manchmal „praktische Schritte" als Teil seines Genesungsprozesses.
Situation: Tom unterbricht Einzel- oder Gruppengespräche und bittet um konkrete, direkte Ratschläge zum Umgang mit einer für ihn herausfordernden Situation. Bei Aktivitäten, die zu abstrakt intellektuell oder zu tief introspektiv sind, schaltet er ab.
Empfohlener Ansatz: Bieten Sie konkrete, ergebnisorientierte Aktivitäten an. Zerlegen Sie abstrakte Genesungskonzepte in konkrete, umsetzbare nächste Schritte. Nutzen Sie Zielsetzungsübungen, in denen der Klient konkrete, messbare nächste Schritte im Genesungsprozess plant.

ANWEISUNGEN

Profilauswahl: Wählen Sie ein Profil aus, das Ihrer Meinung nach einen Ihrer aktuellen oder zukünftigen Klient:Innen am besten repräsentiert.

Rollenspiel mit Teilnehmenden: Üben Sie, Ihre Coaching-Tools an das Profil des von Ihnen ausgewählten Klient:Innen anzupassen.

Nachbesprechung: Besprechen Sie im Anschluss an das Rollenspiel, was funktioniert hat, was nicht funktioniert hat und wie Sie Ihren Ansatz optimieren und anpassen können, um die Bedürfnisse der Klient:Innen besser zu erfüllen.

Überlegen Sie, wie Sie das, was Sie durch diese angepassten Ansätze entdecken, in Ihre tägliche Praxis integrieren können, um eine persönlichere und erfolgreichere Unterstützung zu schaffen.