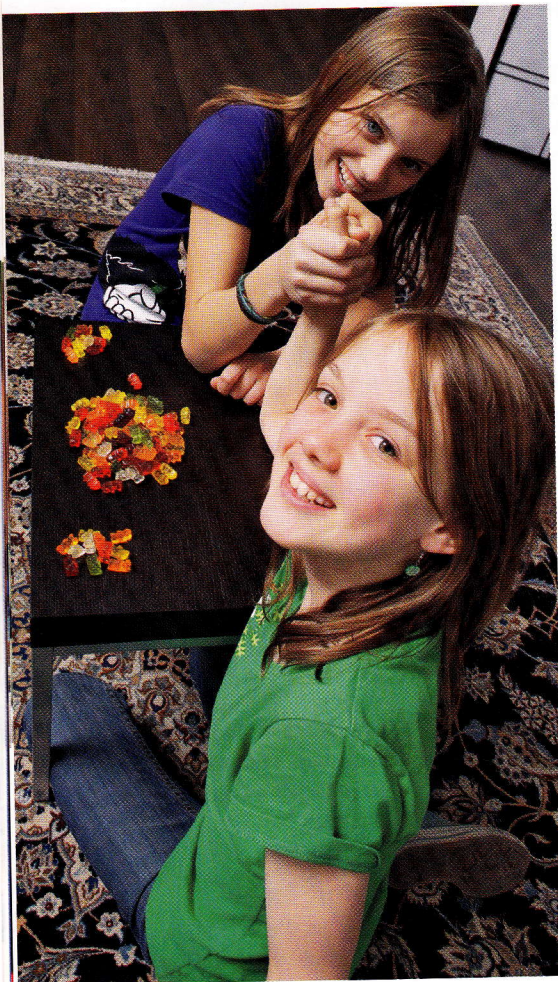


# Der Tag des lustigen Löwen

Was für Manager gut ist, kann auch Kindern helfen – durch Coaching sollen sie selbstsicherer und zufriedener werden

Text Aliki Nassoufis Foto Meike Gronau



Stark in Teamarbeit

#### ● Coaching Spirale

Schlesische Straße 29/30,  
Kreuzberg, Tel. 79 40 33 92,  
www.coaching-spirale.com,  
U-Bhf. Schlesisches Tor,  
Büro: Mo-Do 9-17 Uhr,  
Fr 9-15 Uhr

#### ● Die Jugendtrainer

Gleimstraße 5, Wedding,  
Tel. 44 03 23 71,  
www.diejugendtrainer.de,  
U+S-Bhf. Gesundbrunnen,  
Büro: Mo-Fr 9-18 Uhr

Der zehnjährige Lukas hüpfte jubelnd durchs Klassenzimmer. Gerade hat er geschafft, was den anderen Kindern unmöglich erschien: Er hat einen Bleistift in zwei Teile gehauen – nur mit seinem Zeigefinger. Dabei ist Lukas kein besonders kräftiger Junge. Und dies ist auch keine Kampfsportstunde. Nein, Lukas hat einfach eine wichtige Lektion des Coaching-Seminars verstanden: Wenn du stark genug an etwas glaubst, hast du die Kraft, es Wirklichkeit werden zu lassen. Dann kannst du dein Leben so beeinflussen, wie du es möchtest.

Solche Szenen erlebt Christin Colli immer wieder. Die 43-Jährige war Gymnasiallehrerin, gab den Job aber vor über 13 Jahren auf. „Ich fand, dass die Kinder in den Schulen nicht das lernen, was sie dringend benötigen: an sich selbst glauben und ihre Stärken erkennen.“ Deswegen bildete sich Colli beim Deutschen Coachingverband weiter und machte sich mit der **Coaching Spirale** selbstständig. Inzwischen haben in Berlin auch weitere Pädagogen und Psychologen den Trend erkannt und bieten Coaching für Jugendliche und Kinder ab etwa acht Jahren als Dienstleistung an – im Rahmen einer Gruppe oder als Einzeltraining.

Je nach Ansatz fördern die Coaches mit spielerischen Übungen die individuellen Eigenschaften der jungen Klienten. Zum Beispiel erzählen die Trainer ihnen vom knurrigen Hund, der in einer Höhle mit vielen Spiegeln lebt. Der Hund weiß nicht, dass es Spiegel sind, er denkt nur: „Da sind überall Hunde, die mich anknurren.“ Ist er aber fröhlich, sieht er plötzlich viele fröhliche Hunde um sich herum. Auf diese Weise verstehen auch Kinder: So wie ich mich präsentiere, so reagieren die anderen auf mich. Ein anderes beliebtes Lernspiel ist Armdrücken. Für jeden Arm, der den Tisch berührt, gibt es ein Gummibärchen. Anfangs kämpfen die Kinder noch einzeln um ihre Belohnung. Dann begreifen sie, dass

sie zusammen mehr ergattern können: Wenn sie ihre Arme schnell hin- und herdrücken, regnet es Süßigkeiten. Eine sportliche Lektion in Sachen Teamgeist.

Um mit den Kindern an ihrer Einstellung zu arbeiten, greift Christin Colli gern auf die „mentale Zauberformel“ zurück. Die Kinder sollen sich vorstellen, sie seien ein „fröhlicher Löwe“ oder ein „mutiger Delfin“ – um so ein Bild von ihren Wunsch-Eigenschaften zu erhalten. Dabei lernen sie, ihre persönliche Realität aus einer anderen Perspektive wahrzunehmen. Ein Kind, das sich vorher durchschnittlich fühlte, erlebt als fröhlicher Löwe manche Alltagssituationen als weniger einschüchternd und entwickelt neues Selbstbewusstsein.

Allerdings müssen die Eltern einiges investieren, denn billig sind solche Coachings nicht. Je nach Anbieter kosten Einzelstunden ab etwa 60 Euro, Wochenendseminare in Gruppen mindestens knapp 200 Euro pro Teilnehmer. Hinzu kommt, dass nach dem Kindercoaching Zusatztrainings für Eltern oft sinnvoll sind. „Wenn es zu Hause Probleme gibt, liegt es meist nicht nur am Kind“, erläutert Coach Thomas Georgi von den **Jugendtrainern**. Deswegen bietet er – wie auch Christin Colli – Seminare für Eltern an, in denen sie lernen, ihr Kind beim Heranwachsen noch besser zu unterstützen. „Manchmal müssen sie ja einfach nur konsequenter sein“, sagt Georgi.

Wer also auf Nummer sicher gehen will, bucht ein Coaching fürs Kind und für sich selber einen Crash-Kurs in Erziehungsfragen. Dazu sind offenbar immer mehr Berliner Eltern bereit – geleitet von dem Wunsch, dass die mentale Unterstützung durch Profis helfen möge, die eigenen Sprösslinge in selbstbewusste, zufriedene Menschen zu verwandeln. Die, ähnlich wie der zehnjährige Lukas, so sehr an sich glauben, dass sie mit nur einem Finger Stifte zerteilen können. ■