

Inhalt

Danksagung.....	9
1. Einführung: Coaching für Kinder und Jugendliche – „Coaching Young“	11
2. Warum Coaching – und keine Therapie?	17
2.1 Coaching-Themen für „Coaching Young“	19
3. Eine Gebrauchsanweisung fürs Gehirn – auch für die Kleinsten	21
3.1 Das Gehirn: Eine fantastische Welt „zwischen den Ohren“	23
3.2 Kinder, Jugendliche und Erwachsene: Unterschiede zwischen den Gehirnen.....	24
3.3 Wie in einem Garten: „Synapsen züchten“	25
3.4 Was im Gehirn bei Angst passiert	27
3.5 Was versteht man unter einem „Angst-Trigger“?	30
3.6 Magic Words oder: Die Geschichte von der „lustigen Angst“	31
3.7 Die Verwebung von Emotionen und Potenzialentfaltung: Was ist eine Neuromatrix?	36
3.8 Warum sind Emotionen ein wichtiger Erfolgsfaktor?	41
3.9 Die stärkste Potenzial-Kraft: Die Emotion Freude.....	43
3.10 Der bedeutendste Psychologe des 20. Jahrhunderts: Lernergebnisse, verknüpft mit positiven Gefühlen, behalten länger ihre Wirkung	46
3.11 Die Seele baumeln lassen: Warum Gehirn und Körper das Nichtstun mögen	48
4. wingwave und Neurolinguistisches Coaching: Türöffner für die Erlebniswelt der Kinder	51
4.1 Aussagenbaum und Myostatiktest: Warum mag Lotta nicht mehr in die KiTa gehen?	52
4.2 Spiegelneuronen-Stress: Kinder und ihre sensiblen „Antennen“	57
4.3 Hier kommt „Wave“: So werden Blockaden weggewunken	62
4.4 Speziell für Kinder: Myostatiktest und Aussagenbaum	69
4.5 Kindgerechte Bilder: So erklärt der Coach Kindern die wingwave-Methode und die Erlebnisverarbeitung des Gehirns.....	72

4.6	Stressreduktion, Steigerung des Wohlfühls und Konzentrationshilfe: Der Einsatz der wingwave-Musik	74
4.7	Mein „Erfolgsschalter“: Wichtig für Ressource-Zustände, Lernen und Behalten	80
4.8	Was ist Embodiment?	84
4.9	„Homo hapticus“ – warum Körper-Feedback für Kinder und Jugendliche so wichtig ist.....	88
5.	Forschungsergebnisse „Schüler-Coaching mit wingwave“: Bessere Konzentration, wirksame Angstreduktion und mehr positives Erleben im Familien- und Schulalltag von Stefanie Klatt (geb. Hüttermann) & Frank Weiland.....	91
5.1	Einleitung	91
5.2	Methoden.....	95
5.3	Fallbeispiel: Greta (11) aus Hamburg	107
5.4	Ergebnisse.....	110
5.5	Diskussion, Fazit.....	121
5.6	Literatur	129
5.7	Anhang	131
6.	Die Rolle der Eltern bei „wingwave Young“	135
6.1	Eltern als Coaching-Begleiter	136
6.2	Systemisches Coaching mit wingwave für alle Familienmitglieder.....	137
6.3	Eltern-Okay für das Coaching von Gruppen.....	140
7.	Coaching Young: Voraussetzungen für den Coach	141
7.1	Neurolinguistisches Coaching	142
7.2	NLPäd – Neurolinguistische Pädagogik	143
7.3	Spezielle Ausbildungen zum Lern-Coach oder Kinder-Coach.....	143
7.4	Coaches für „wingwave Young“	143
8.	Coaching für Babys und Kleinkinder	145
9.	Basisthemen für „Coaching Young“ und Coaching für Schüler zwischen sechs und zwölf Jahren	147
9.1	Coaching-Materialien für vier- bis zwölfjährige Kinder.....	149
9.2	Magic Words – der minutenschnelle Abbau von Blockaden.....	152
9.3	Selbstwert-Coaching.....	158

9.4	Coaching für soziale Kompetenz.....	167
9.5	Coaching von Familienthemen.....	180
9.6	Kinder-Coaching für die persönliche Potenzialentwicklung.....	184
10.	Coaching für Jugendliche zwischen 13 und 20 Jahren.....	191
10.1	Dreaming new Dreams: Anti-Frustrations-Coaching und der positive Zukunftsfilm	192
10.2	Aufstellungs-Coaching für Peergroup-Kompetenz	196
10.3	Liebesleben und Sexualität in der Teenagerphase.....	198
11.	Coaching Young: Weitere Themen und ausgesuchte Interventionen.....	201
11.1	Sport- und Auftritts-Coaching.....	201
11.2	Die Arbeit mit dem Teilemodell der Persönlichkeit	203
11.3	Magic Talk: Resilienz durch die Kraft von Metaphern	205
12.	Coaching Young: Themen für die Zusammenarbeit mit Experten.....	207
12.1	Familiäre Krisen.....	207
12.2	wingwave für traumatisierte Kinder und Jugendliche	207
12.3	Legasthenie und Dyskalkulie	208
12.4	Unterstützendes Coaching bei den Diagnosen ADS und ADHS.....	209
12.5	Mobbing.....	210
12.6	Begleitung von kranken Kindern: Diabetes, Rheuma, Migräne etc.	211
12.7	Pränatale Erlebnisse: Wie sinnvoll ist ein Stressmanagement-Coaching für schwangere Frauen?	212
13.	Erwachsenen-Coaching: Ressourcen für das „innere Kind“	215
13.1	Es gibt nicht <i>das</i> innere Kind, sondern viele jüngere „Ichs“ bei den Selbstanteilen	216
13.2	Der wichtigste Punkt: Die Stärkung des Erwachsenen-Ichs.....	218
13.3	Die Stärkung des jüngeren Ichs.....	218
13.4	Die Integration des gestärkten inneren Kindes und die Auswirkung auf den Erwachsenen im Hier und Jetzt.....	219
Anhang	221
14.1	Abbildungsverzeichnis	221
14.2	Literaturverzeichnis.....	224
14.3	Über wingwave.....	227