

## WIE KOMMST DU ZU JUGENDCOACHING?

- > ... Du kommst persönlich beim Coach in der Schule oder im BFI vorbei.
- > ... Du rufst beim Coach an, schickst eine SMS oder schreibst eine E-Mail. Der Jugendcoach wird daraufhin einen Termin mit dir vereinbaren.
- > ... Du meldest dich beim Sekretariat deiner Schule oder beim Lehrer deines Vertrauens. Sie geben die Information an uns weiter und der Jugendcoach wird sich bei dir melden.
- > ... Du findest die Kontaktdaten auf diesem Folder oder im Internet unter [www.bfi-ooe.at](http://www.bfi-ooe.at) oder [www.neba.at/jugendcoaching](http://www.neba.at/jugendcoaching)
- > ... Du erhältst alle Informationen auch unter der BFI-Servicenummer 0810 / 004 005.

### Impressum

#### Medieninhaber und Herausgeber:

Sozialministeriumservice, 1010 Wien,  
Babenbergerstraße 5

**Konzeption & Design:** CM Creative

**Redaktion:** Sozialministeriumservice,  
CM Creative

**Fotos:** Shutterstock, iStock



DEU



NETZWERK BERUFLICHE  
ASSISTENZ  
JUGENDCOACHING

[neba.at/jugendcoaching](http://neba.at/jugendcoaching)

**BFI Oberösterreich**  
Muldenstraße 5 · A-4020 Linz  
T: 0664 / 8543008  
E: [dietmar.friedwagner@bfi-ooe.at](mailto:dietmar.friedwagner@bfi-ooe.at)  
[www.bfi-ooe.at](http://www.bfi-ooe.at)



Diese Maßnahme wird aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds finanziert.  
NEBA ist eine Initiative des Sozialministeriumservice.



NETZWERK BERUFLICHE  
ASSISTENZ  
JUGENDCOACHING

## „Meine Chance für die Zukunft“

### Jugendcoaching an AHS und BMHS in Oberösterreich

**Mag. Mathilde Mühlberger, MBA MSc**  
Jugendcoaching  
BFI Oberösterreich  
M: 0664/82 42 554  
E: [mathilde.muehlberger@bfi-ooe.at](mailto:mathilde.muehlberger@bfi-ooe.at)  
Bahnhofstraße 7-9 · 4150 Rohrbach  
[www.bfi-ooe.at](http://www.bfi-ooe.at)  
[neba.at/jugendcoaching](http://neba.at/jugendcoaching)

[neba.at/jugendcoaching](http://neba.at/jugendcoaching)



## WARUM JUGENDCOACHING?

Hast du Probleme in der Klasse oder in der Schule?  
Bist du unsicher, ob du bleiben sollst?  
Stresst dich dein Privatleben so sehr, dass du dich nicht mehr auf Mathematik, Englisch,... konzentrieren kannst?  
Wird dir alles zu viel?

Dann wäre ein „zweites Hirn“ vermutlich ganz hilfreich. Jeder erfolgreiche Manager oder Sportler hat einen Coach – hol auch du dir den deinen! Überwinde mit ihm alle Hindernisse, damit einem erfolgreichen Schulbesuch, einem guten Ausbildungsabschluss oder einem gelungenen Berufseinstieg nichts mehr im Wege steht.

## WAS UND FÜR WEN IST JUGENDCOACHING?

Jugendcoaching ist eine Unterstützung in Form eines Beratungsangebots für Schüler von Allgemein bildenden höheren Schulen (AHS) sowie Berufsbildenden mittleren und höheren Schulen (BMHS). Also kommt es für alle ab

dem neunten Schulbesuchsjahr in Frage. Unter besonderen Voraussetzungen kann das Jugendcoaching sogar bis zum 24. Lebensjahr in Anspruch genommen werden. Ziel ist es, gemeinsam die optimalen Bedingungen zu schaffen, damit du die Schule oder die Ausbildung positiv abschließen kannst.

## WAS SIND DIE PRINZIPIEN UND ZIELE VON JUGENDCOACHING?

- Jugendcoaching ist **freiwillig**
- Es herrscht absolute **Verschwiegenheit**
- Du kannst uns hundertprozentig **vertrauen**
- Wir geben dir **Sicherheit**
- Du stehst im **Mittelpunkt**
- Wir nutzen unser **Netzwerk** für dich
- Jugendcoaching ist **gratis**

## WIE LÄUFT JUGENDCOACHING AB?

Du meldest dich bei einem Jugendcoach und vereinbarst einen Termin. Die Anzahl der Termine und die Dauer der Beratungen hängen von deinen Themen und Fragen ab. Du kannst auch gerne jene Menschen mitnehmen, die für dich hilfreich sind und denen du vertraust (Eltern, Geschwister, Freunde, Lehrer, ...). Das Jugendcoaching kann in drei Stufen ablaufen:

### Stufe 1: Erst- und Einstiegsgespräch(e)

In der/n ersten Stunde(n) werden Informationen ausgetauscht, anhand deiner Problembeschreibung gemeinsam Ziele definiert und die weitere Vorgehensweise zur Erreichung dieser Ziele vereinbart. Möglicherweise gibt es schon nach wenigen Gesprächen eine Lösung, die dir gefällt.

### Stufe 2: Beratung

Auf dieser Ebene haben wir mehr Zeit, um dich auch bei komplexeren Themen zu unterstützen. Wir können dir verschiedene Methoden zu deiner Orientierung anbieten und wichtige nächste Schritte auf deinem Weg in eine gute Zukunft aufzeigen.

### Stufe 3: Begleitung

Kommen wir gemeinsam bereits in der ersten Stufe zu dem Schluss, dass für dich eine längere Begleitung die beste Form der Unterstützung ist, dann stehen wir dir bis zu einem Jahr lang mit Rat und Tat zur Seite. Am Ende dieser Phase bekommst du von uns einen Bericht mit Empfehlungen für deinen weiteren Lebensweg.

