Tipps für Ausbildner:innen

in herausfordernden Situationen mit Lernenden

Lernende in der Ausbildung zu begleiten, ist eine anspruchsvolle und wertvolle Aufgabe. Du prägst nicht nur, was junge Menschen fachlich können, sondern auch, wie sie mit Druck umgehen und an sich glauben. Diese neun Tipps helfen dir, auch in herausfordernden Situationen in Verbindung zu bleiben.

1. Ankommen ermöglichen

Wer sich zugehörig fühlt, ist bereit zu lernen. Plane die ersten Wochen bewusst, bestimme einen Götti oder eine Gotti aus dem Team als zweite Ansprechperson und lade die Eltern schon bei der Vertragsunterzeichnung in den Betrieb ein.

2. Fünf Minuten pro Woche

Nimm dir jede Woche fünf bis zehn Minuten Zeit und frag nach, wie es deinen Lernenden wirklich geht. Entscheidend ist die Haltung: auf Augenhöhe, mit echtem Interesse und gutem Zuhören.

3. Warnsignale ernst nehmen

Häufen sich Missgeschicke, kleine Verletzungen, Vergesslichkeit, Zuspätkommen oder Rückzug, steckt oft Überforderung dahinter und keine Gleichgültigkeit. Such dann das Gespräch statt einer Ermahnung.

4. Eine gemeinsame Sprache für Stress finden

Vereinbart im Team ein einfaches Signal, mit dem Lernende zeigen können, dass es eng wird. Wer früh sagen darf «Ich brauche einen Moment», kommt seltener an seine Grenzen.

5. Wertschätzend Rückmeldung geben

Trenne die Sache von der Person: Kritik an einer Arbeit ist keine Kritik am Menschen. Und benenne auch, was gut gelaufen ist, konkret und ehrlich.

6. Fehler als Lernchance sehen

Wer Fehler zeigen darf, lernt daraus. Wer Angst davor hat, versteckt sie. Erzähl ruhig auch einmal von einem Fehler aus deiner eigenen Lehre.

7. Perspektive aufzeigen

Wer weiss, wofür er die harten Phasen durchsteht, gibt weniger schnell auf. Zeig deinen Lernenden, wohin ihr Weg führen kann, teile deinen eigenen Berufsstolz.

8. Grenzen kennen und früh Hilfe holen

Du musst nicht alles allein tragen. Bei privaten Krisen oder wenn die Situation festgefahren ist, helfen Fachstellen weiter, zum Beispiel die kantonale Lehraufsicht, die Hausärztin oder der Hausarzt oder die Beratung 147 von Pro Juventute. Externe Unterstützung wirkt am besten, bevor eine Kündigung im Raum steht.

9. Gut für dich selbst sorgen

Nur wer als Ausbildner: in selbst gut für sich sorgt, kann anderen Halt geben. Achte auf deine eigenen Stresssignale und hol dir Unterstützung, wenn es zu viel wird.

Du möchtest tiefer einsteigen und dich persönlich Weiterentwickeln?

Nimm teil an einem Workshop für Ausbildner oder reflektiere eigenständig mit dem Kartenset «Achtsam ausbilden», das dir 40 Impulse für die tägliche Reflexion gibt.

Yvonne Stadler

Sportmentalcoachin, relation at work GmbH

yvonne.stadler@relation-at-work.ch

+41 79 383 70 10

relation-at-work.ch