

«Jede und jeder ist Expertin/Experte von sich selbst.»

Gérald Mathieu, Coach, Programmleiter Schritt1



schritt1.ch
031 560 76 59
gerald.mathieu@schritt1.ch

Viele Jugendliche und junge Erwachsene sind (noch) nicht bereit für eine berufliche Integration oder den Übertritt in die Arbeitswelt. Ihnen fehlen wichtige Skills und die nötige Selbstständigkeit. Oft sind sie aus dem Tritt geraten und haben teilweise das Vertrauen in sich verloren. Hier setzt Schritt1 an.

«Das Beste war, zu erkennen, was ich selbst will, und nicht, was andere für mich wollen.»

Lou K. (19)

«Durch die Gespräche bei Schritt1 wurde mir klar, was mich beruflich wirklich interessiert. Ich habe mehr Mut bekommen und meine Lehrstelle dann auch selbst gefunden.»

Amélié R. (17)

Schritt1 ist ein Coachingangebot im Bereich Empowerment, zur Stärkung der Autonomie und zur Befähigung eigene Entscheidungen zu treffen. Jugendliche und junge Erwachsene zwischen 16 und 30 Jahren lernen ihre individuellen Stärken, Talente, Interessen und Ressourcen schätzen, diese umzuwandeln und entsprechend für eine berufliche Zukunft einzusetzen. Sie stellen fest, was alles in ihnen steckt, und sind teilweise auch verblüfft, welche Möglichkeiten daraus resultieren. Im Coaching kommen wir weg von beruflichen Statussymbolen und kopflastigem Denken.

Ich setze auf systemisches Coaching und gebe dabei keine Ratschläge und keine Tipps. Ich bin überzeugt, dass jede und jeder Expert:in von sich selbst ist. Ich bin ein Gesprächsgegenüber, das vorwärtsgerichtet agiert und durch einen lösungsfokussierten Ansatz nützliche Ressourcenfragen stellt. Ich nenne das auch den Aktivierungsprozess: «Was kannst du gut?» oder «Was machst du gerne?» – oftmals beginnen die Jugendlichen und jungen Erwachsenen zögerlich. Ich entgegne ihnen dann, dass es auch ein Talent ist, Rap-Texte verfassen, gut zuhören oder rhythmisch tanzen zu können. Sie erkennen rasch, dass es auch um andere Themen als nur Pünktlichkeit oder Kopfrechnen geht, und beginnen von vielen, teilweise auch sehr überraschenden Stärken zu erzählen. In meinem Coaching kommen wir weg vom Ansatz «... aber es muss ja realistisch sein!» In diesen Gesprächen muss nichts realistisch sein. Träume und Visionen sind meiner Ansicht nach etwas vom Wichtigsten für die junge Generation. Wir alle haben Lust auf Perspektivenentwicklung und wollen von etwas träumen, das jetzt gerade vielleicht noch nicht realisierbar erscheint. Das (Wieder-)Entdecken von eigenen Stärken, Träumen und visionäres Denken sind hilfreich für förderliche Veränderung.

Auch Schulabgängerinnen und -abgänger, die nicht ganz reibungslos und mit Supernoten durch die Schulzeit gekommen sind, haben heutzutage die Möglichkeit, andere Berufe zu wählen als nur solche, die auf den ersten Blick als realistisch erscheinen. Der Weg ist vielleicht etwas holpriger – aber es gibt fast immer Möglichkeiten. Wahrscheinlich braucht es eine grössere Anstrengung, aber von nichts kommt nichts. Fast alle Jugendlichen möchten selbstständig und unabhängig sein – arbeiten, Lohn generieren und auf eigenen Beinen stehen. Sie investieren gerne in Lösungen, die sie selbst entwickelt haben. Hier unterstützen wir sie. Ich gehe nicht mit Gedanken wie «für dich sind hier oder da mögliche Limits» in die Gespräche – sondern gehe davon aus, «für dich ist grundsätzlich alles möglich.» Oftmals erhalte ich auch Rückmeldungen wie: «Sie haben mir nicht gesagt, wie es geht, und auch nicht, wie es funktioniert, Sie haben mich meine Perspektive entwickeln lassen. Im Sinne von «du weisst es selbst am besten». Du bist der oder die Entscheidende.» Genau da setze ich an. Ich möchte die Jugendlichen ihre eigenen Ziele definieren lassen. Sie schärfen so ihren Fokus und sind teilweise auch erstaunt, was alles in ihnen steckt und wozu sie fähig sind. Das Ziel von Schritt1 ist es, hoffnungsvoll, optimistisch und respektvoll mit dem umzugehen, was das Gegenüber erreichen möchte. Ich bin überzeugt, dass dadurch wünschenswerte Veränderung ermöglicht wird. Ein erster wichtiger Schritt für eine mögliche berufliche Integration. **(dja)**

Trägerorganisation von Schritt1 ist die OGG Bern. In der Aufbauphase wird Schritt1 finanziell unterstützt vom Projekt «Bärner Härz».
schritt1.ch