

## Profil

### Maria Tarnutzer

---



Auf Grund meiner breiten beruflichen Erfahrung bin ich bestens vertraut mit den Anforderungen, welche die Schulpraxis stellt. In meiner ersten Berufsphase arbeitete ich viele Jahre als Primar- und Sekundarlehrerin. Nach meinem darauffolgenden Studium an der Uni Bern war ich während der letzten 20 Jahre als Dozentin und Mentorin an verschiedenen schweizerischen Pädagogischen Hochschulen tätig.

Ich bin zutiefst daran interessiert, Lehrpersonen in der Gestaltung ihrer herausfordernden Arbeit als Coach zu unterstützen und meine Praxiserfahrungen sowie mein theoretisches und methodisches Wissen beratend einzubringen.

Ich arbeite gerne mit Menschen auf „Augenhöhe“. Basierend auf der Überzeugung, dass jeder Mensch einzigartig ist, verstehe ich Coaching als persönliche, passgenaue Weiterbildung oder Weiterentwicklung. Diese orientiert sich unmittelbar an den individuellen Denkweisen und Erlebniswelten der Lehrpersonen und ihren momentanen Bedürfnissen.

## Coachingverständnis und Einblicke in den Methodenpool

In meinen Coachingsitzungen arbeite ich mit einem integrativen Ansatz, dem mehrere Modelle zugrunde liegen. Neue Forschungsansätze der Neurobiologie zeigen, dass es oft nicht reicht, über Veränderungswünsche nur zu sprechen. Eine wesentliche Ressource für Veränderungen ist, den Zugang zu verbewussten, inneren Ebenen zu finden. Ebenso kann der Einbezug von Körperwahrnehmungen eine wirksame Informationsquelle zur Lösung beruflicher und privater Anliegen sein. Als Coach helfe ich durch Frageimpulse und «Aktives Zuhören» mit, die inneren und körperlichen Wahrnehmungen zu versprachlichen und ihre Bedeutung zu verstehen.

In meinen Beratungen können wir gemeinsam aus folgenden Methoden und Themen auswählen:

- Kreieren einer sicheren, inneren Steuerposition, die in schwierigen Situationen nutzbringend eingesetzt werden kann.
- Kommunikation und Beziehungsgestaltung mit Schulklassen, Arbeitskolleginnen und Eltern analysieren und neu gestalten. Bildlich dargestellte Dynamiken und Strukturen lassen Zusammenhänge sichtbar werden.
- Das persönliche Konfliktmanagement bewusst optimieren.

- Innere oder zwischenmenschlichen Spannungsverhältnisse mithilfe des Werte- und Entwicklungsquadrats neu ausbalancieren.
- Überraschende, neue Erkenntnisse kann das Arbeiten mit Bildern auslösen.
- Für Verhaltensänderungen in Selbstmanagements- oder Führungsfragen erweisen sich selbst kreierte, dynamische Körperhaltungen (Embodiment) hilfreich.
- Belastende Erfahrungen können mit der Kontrastierungstechnik (parallele Verarbeitung) besser gesteuert werden.
- Schwierige Entscheidungsfindungen können mithilfe eigener Körperwahrnehmungen unterstützt und beantwortet werden.
- Die Arbeit mit inneren Anteilen oder Figuren ermöglicht persönliche Selbsterkenntnis und Weiterentwicklung.
- Auf Wunsch können im Coaching didaktische und fachliche Fragen erörtert werden.
- Es besteht zudem die Möglichkeit von Unterrichtsbesuchen vor Ort mit anschließender Besprechung.

## **Ausbildungshintergrund**

Die Grundlagen meiner Beratungs- und Coachingtätigkeit setzen sich wie folgt zusammen:

- 20 Jahre Erfahrung als Lehrperson in der Volksschule
- Masterabschluss in Pädagogik/Pädagogischer Psychologie an der Uni Bern (2003)
- Dozentin und Mentorin von 2003 bis 2022 an verschiedenen Pädagogischen Hochschulen (PHSH, PHZH, PHTG)

2017 Abschluss Ausbildung zum Coach bei Trigon Schweiz

Weiterbildungslehrgänge mit unterschiedlichen Coachingansätzen:

- Zürcher Ressourcen Modell (ZRM), M. Storch
- Hypnosystemisches Coaching, G. Schmidt
- Integratives Neurocoaching, Ryba & Roth
- Neurosystemische Beratung – Embodiment-Coaching, R. Krizian