

## **GYMAID**

Das Gymnasium Interlaken bietet vor Ort ein Mentorat, Lernberatungen, Sprechstunden und Studienberatungen für Schülerinnen und Schüler an. Für die Sprechstunde und die Studienberatung werden die Schülerinnen und Schüler vom Unterricht dispensiert. Die Lernberatungen werden an Schultagen über den Mittag und ab 17 Uhr angeboten. Die Festlegung der Termine zur Unterstützung im Rahmen des Mentorats erfolgt direkt zwischen den Schüler/innen.

Die Beratungsgespräche sind kostenlos und vertraulich, die Schweigepflicht besteht auch gegenüber der Schule.

### **Mentorat (vgl. Flyer auf Sharepoint)**

Ein/e Schüler/in (Mentorin bzw. Mentor) unterstützt eine/n Schüler/in (Mentee) auf dessen Antrag in schulischen Unterrichtsbelangen. Das Mentorat bezweckt,

- regelmässige Unterstützung während minimal viermal einer Stunde durch einen kompetenten und integren Mentor bzw. Mentorin, die das zu bearbeitende Thema verstanden hat,
  - unterstützende Auseinandersetzung mit aufgetretenen stofflichen Schwierigkeiten (fachliche Erklärungen zu Inhalten und Übungen des Unterrichts, Hausaufgaben und spez. Prüfungsvorbereitungen).
- Organisatorische Unterstützung erfolgt durch den zuständigen Lehrer: [roger.kropf@gyminterlaken.ch](mailto:roger.kropf@gyminterlaken.ch).

### **Lernberatung**

In den Lernberatungen stehen folgende Themen im Vordergrund: Zeit gewinnen durch sinnvolles Einteilen, Blockaden wahrnehmen aufgrund von Erwartungshaltungen und Stresssituationen, Motivation verstärken durch reale Zielsetzung und Interesse ergründen, individuelle Prüfungsvorbereitung und -nachbereitung, Effizienzsteigerung durch Fokussierungstraining, Wahrnehmung des Lernumfeldes, Informationsverarbeitung, verbesserte Selbstkontrolle durch entsprechende innere Fragehaltung, etc. Die Anmeldung erfolgt über die Klassenlehrerin, den Klassenlehrer oder direkt über Roger Kropf, den für Lernberatungen zuständigen Lehrer: [roger.kropf@gyminterlaken.ch](mailto:roger.kropf@gyminterlaken.ch).

### **Psychologische Sprechstunde**

Kurzberatungen, längerfristige Beratungen und Begleitungen, falls nötig Weiterleitung an andere Fachstellen. Psychologische Beratung bei

- Alltagsproblemen und persönlichen Schwierigkeiten wie Sinnfragen, Identitätskrisen, sozialen Unsicherheiten und Stimmungsschwankungen, Angstzuständen, Krisen nach gravierenden Lebensereignissen
- Beziehungs- und Familienproblemen; z. B. Schwierigkeiten und Konflikten mit Eltern, Freund oder Freundin, Mitschülerinnen und Mitschülern.
- Problemen in der Schule; z. B. Prüfungsangst, Lernstörungen; Motivations- und Leistungsprobleme
- Anlaufstelle für Suchtproblematik; z.B. Essstörungen, Sucht mit Substanzen

Anmeldung einfach, schnell und diskret über E-Mail; Stichwort «Sprechstunde GYMAID Interlaken»: [doris.hoube@gyminterlaken.ch](mailto:doris.hoube@gyminterlaken.ch).

Dr. phil. Doris Houbé, Jugendpsychologin/Schulpsychologin, Telefon 079 272 20 30.

Die Pro Juventute-Beratung und Hilfe bietet unter der Telefonnummer 147 Kindern und Jugendlichen ein Beratungstelefon rund um die Uhr an [www.projuventute.ch](http://www.projuventute.ch); [www.147.ch](http://www.147.ch).

### **Studienberatung (jeweils freitags)**

Wissen Sie schon, wohin Ihre «Reise» nach dem Gymnasium geht? Jörg Renz, Studienberater des BIZ Bern, bietet am Gymnasium Interlaken regelmässig Beratungsgespräche an und hilft Ihnen gerne bei allen Fragen rund um die Studien- und Berufswahl. Anmeldungen erfolgen über Franziska Schönauer (Verbindungslehrerin für die Studienberatung) mündlich oder mittels Mail an [franziska.schoenauer@gyminterlaken.ch](mailto:franziska.schoenauer@gyminterlaken.ch).