

## **Positive Energie statt Frust: Tipps für Heiligenhauser Kids**

Heiligenhaus. Bettina Hornscheidt kennt den „Rucksack“ voller Probleme. Sie coacht Kinder und Jugendliche und verhilft ihnen zu mehr Selbstbewusstsein.

Von Verena Sarnoch

25.08.2024, 12:04 Uhr



Bettina Hornscheidt ist Kinder- und Jugendcoach in Heiligenhaus. © FUNKE Foto Services | Uwe Möller

Kindern und Jugendlichen dabei zu helfen, ihre Stärken und Ressourcen zu entdecken, [Frust in positive Energie umzuwandeln](#) – das ist das Ziel von Bettina Hornscheidt. Die Heiligenhauserin ist gerade dabei ist, sich als Kinder- und Jugendcoach selbstständig zu machen. Die Arbeit mit Kindern ist der 56-Jährigen dabei schon ihr gesamtes Arbeitsleben vertraut.

Hornscheidt, die selbst Mutter von drei mittlerweile erwachsenen Kindern ist, hat eine Erzieherausbildung gemacht, lange Jahre in ihrem Beruf gearbeitet und zuletzt sechs Jahre einen Bewegungskindergarten in Ratingen geleitet. „Ich habe in dieser Zeit Weiterbildungen besucht, insbesondere im Bereich der Kommunikation, und berufsbegleitend auch eine künsttherapeutische Ausbildung gemacht. Im Laufe der Zeit kam aber bei mir der Wunsch nach Veränderung auf, weil ich das Gefühl hatte, den Kindern im Rahmen des Kindergartens nicht mehr gerecht werden zu können.“

### **Heiligenhauserin will Kindern und Jugendlichen mehr Stabilität vermitteln**

Die Gewissheit, in welche Richtung es gehen sollte, kam dann bei einem Wochenendseminar in Köln, bei dem IPE- Coaching vorgestellt wurde. IPE steht für Integrative Potenzialentfaltung, „zunächst geht es darum, den mitgebrachten ‚Rucksack‘ zu leeren, also emotionale Blockaden oder Glaubenssätze loszuwerden“, erklärt Bettina Hornscheidt.



Mit Playmobilfiguren – „da habe ich noch einen großen Vorrat von meinen eigenen Kindern“ – können die Kinder und Jugendlichen auch ein „inneres Team“ aufstellen. © FUNKE Foto Services | Uwe Möller

Im zweiten Schritt sollen [dann Stärken und Ressourcen entdeckt werden](#), „das Kind erhält einen Methodenkoffer, den es unabhängig vom Umfeld nutzen kann“, so Hornscheidt. Sie arbeitet zum Beispiel mit Rollenspielen, in denen durchgespielt wird, wie eine mögliche Zukunft auf gar keinen Fall und wie sie sehr gerne aussehen könnte. Mit Playmobilfiguren – „da habe ich noch einen großen Vorrat von meinen eigenen Kindern“ – können die Kinder und Jugendlichen auch ein „inneres Team“ aufstellen, also „den Denker, den Handelnden und den Träumer. Und dann kann man zum Beispiel gucken, ob die auch zusammenarbeiten.“

### **Kontakt zum Jugendcoach**

Wer bereits jetzt Kontakt mit Bettina Hornscheidt aufnehmen möchte, kann dies unter 0172 6497410 oder [bettina.hornscheidt.coaching@outlook.de](mailto:bettina.hornscheidt.coaching@outlook.de) tun.

Viele Informationen zu ihrer Arbeit finden sich auf [bettina-hornscheidt-coaching.de](http://bettina-hornscheidt-coaching.de).

Und mit was für Problemen können Kinder ab dem Grundschulalter und Jugendliche zu ihr kommen? „Wenn es zum Beispiel in der Familie Stress gibt, zwischen Geschwistern, wenn Schulprobleme auftreten, bei Mobbing oder auch, wenn Hausaufgaben zum großen Problem werden“, zählt sie ein paar Bereiche auf. Und betont, dass eine Zusammenarbeit nur möglich ist, wenn ein „Ja“ dazu vom Kind kommt, nur im Auftrag der Eltern sei das nicht möglich.

### **Nach wenigen Sitzungen sind bereits Erfolge zu erkennen**

„Den Bedarf an Coaching sehe ich auf jeden Fall. Und Erfolge stellen sich mit IPE schnell ein, nach nur fünf bis sechs Sitzungen sind die Kinder [nachhaltig gestärkt und haben mehr Selbstvertrauen](#)“. Dazu komme noch: „So viele Menschen haben heute einen Coach an der Seite – Sportler, Politiker, warum sollten Kinder und Jugendliche dann keinen haben?“ Was Bettina Hornscheidt noch fehlt, um in Heiligenhaus endgültig durchzustarten, ist ein Raum: „Zwanzig bis 30 bezahlbare Quadratmeter würden mir reichen, über Tipps freue ich mich“.