

Coaching & Training Dörr

Dr. Johanna-Luise Dörr

Talstraße 11

35435 Wettenberg

mail@coaching-training-doerr.de

Fon: 0176/823 036 90

Elterncoaching und -beratung



Coaching & Training Dörr
Coaching-Training-Supervision

Sie sind Mutter oder Vater und haben dabei derzeit wenig zu lachen? Damit sind Sie nicht allein und es muss auch nicht so nervenaufreibend weitergehen mit dem Familienalltag! Je nach Anlass unterstütze ich Sie in einem Elterncoaching, einer Elternberatung oder auch in einer Sitzung mit „mehreren Beteiligten“ gerne dabei, (wieder) zu einem entspannten und fröhlichen Miteinander zu gelangen. Coachings mit Heranwachsenden sind ebenso möglich!

Dabei kann es darum gehen,

...Wutausbrüche und/oder Machtkämpfe im Familienalltag zu beenden.

...das eigene Aufwachsen zu reflektieren und zu verstehen, was das mit Ihrer Elternrolle zu tun hat.

...liebevoll zu sein UND Grenzen zu setzen.

...wieder handlungsfähig zu werden.

...mit dem anderen Elternteil „besser klarzukommen“.

...nach der Trennung für das Kind da zu sein.

...eigene Schuldgefühle ob des trotzigem Verhalten des Kindes ablegen zu können.

...Konflikte mit dem Kind mit mehr Gelassenheit und Ruhe klären zu können.

...eine wertschätzende Beziehung zum Kind aufzubauen/wieder herzustellen.

Mithilfe meiner Expertise kann ich Sie dabei unterstützen, einen Sinn für altersgerechte Erwartungen an Heranwachsende zu entwickeln, eigene Routinen und Forderungen an sich sowie den Rest der Familie auf den Prüfstand zu stellen. Gerade **bei getrennt lebenden Eltern** ist es wichtig, (auch) die Bedürfnisse des Nachwuchses zu berücksichtigen und die eigenen Vorstellungen von Familien- und Zusammenleben damit in Einklang zu bringen. Ziel unserer Zusammenarbeit kann es sein, divergierende Bedürfnisse verschiedener Beteiligter zu verstehen und auszuloten, damit Sie wieder ein glückliches und entspanntes Leben genießen können - egal in welcher Konstellation!

Über mich: Ich bin Erziehungswissenschaftlerin, ausgebildete Coach und zweifache Mutter. Ich habe mich mit einer jugendbiografie-analytischen Arbeit zu der Frage danach, welche Bedeutung Anerkennungserfahrungen für die Identitätsentwicklung im Jugendalter haben, promoviert (Dr. phil.) In meiner Arbeit als Coach, Supervisorin, Elternberaterin und Trainerin arbeite ich stets systemisch und ressourcenorientiert mit Ihnen zusammen – um Sie zu stärken für *Ihre Zukunft*. Mehr über mich und meine Arbeit erfahren Sie unter www.coaching-training-doerr.de

(Stand: 11/2023)

