



## Mein Unterstützungsangebot

Ich arbeite mithilfe von Grundlagen und Techniken aus Kommunikationspsychologie, Gestalt-, Hypno- und Familientherapie, Systemtheorie sowie NLP mit Ihnen gemeinsam auf Ihre Zukunft als erfolgreiches Team, wirksame und wertschätzende Führungskraft oder als glückliche Einzelperson bzw. Familie hin.

## Meine Qualifikationen

Studium der Erziehungswissenschaft – Coaching- und NLP-Ausbildung – Promotion in der Jugendbiografieforschung – Trainerin für das Zürcher Ressourcen Modell – Fortbildungen u.a. zu Stressmanagement und Resilienz – Führung und Teamentwicklung – Lehren & Lernen – psychische Gesundheit bei Kindern und Jugendlichen, emotionale Kompetenz – langjährige Erfahrungen in Lehre, (Jugend)Forschung & Beratung

**Dr. Johanna-Luise Dörr**

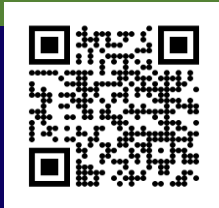
Talstraße 11

35435 Wettenberg

[www.coaching-training-doerr.de](http://www.coaching-training-doerr.de)

0176/823 036 90

[mail@coaching-training-doerr.de](mailto:mail@coaching-training-doerr.de)



# Schlaflos? Überfordert und gestresst?

Sie müssen das nicht allein bewältigen!

Coaching – Elternberatung – Training - Supervision

**Coaching & Training Dörr – Dr. Johanna-Luise Dörr**

## Coaching & Supervision in Unternehmenskontexten

Als Mitarbeitende\*r oder Führungskraft zu viel Verantwortung? Überlastet? Konflikte statt Teamdenken? Dann eignet sich ein Coaching! Thematisch kann es hierbei um die Zusammenarbeit, Konflikte, Unsicherheiten, Stressmanagement, Kommunikationsprozesse, Rollenwechsel und Führung oder Überlastung gehen, aber auch etwa um Teamfähigkeit oder die eigene Zufriedenheit in der Position. In klinischen und pädagogischen Institutionen begleite ich Teams auch längerfristig im Rahmen von Supervision bei Fallreflexionen und zur Professionalisierung in der Arbeit mit Klient\*innen, Schüler\*innen und Patient\*innen.

## Coaching & Elternberatung

Ihre Gedanken rauben Ihnen den Schlaf und kreisen wieder und wieder um das gleiche Problem? Das Familienleben zu meistern ist eine tägliche Challenge? Der Beruf nimmt zu viel Raum im Leben ein? Sie führen Menschen in Unternehmen und sind häufig unsicher dabei? Sie sind gestresst und wünschen sich mehr Ruhe und Gelassenheit? Gerade in turbulenten Zeiten brauchen wir den geeigneten Rahmen, um auf uns zu schauen und zu reflektieren. Ich biete Ihnen diesen Rahmen in meiner Praxis in Wettenberg sowie online. Gerne unterstütze ich Sie dabei, eigene Bedürfnisse und Werte sowie Ziele und Ressourcen zu erkunden und gestellte Anforderungen eigenaktiv zu bewältigen.

## Coaching in Familien

Ständig Streitereien und wenig entspanntes Miteinander? Die Kinder sind kaum „in den Griff“ zu kriegen und sitzen lieber am Handy als am Esstisch? Probleme auf der Paarebene? Getrennt & zerstritten, und doch das Kind in den Fokus stellen – wie soll das gehen? Ich unterstütze Eltern und Heranwachsende in Coachings dabei, wieder in ein harmonisches Miteinander zu finden. Ich habe hierzu ein Konzept entwickelt, um Eltern als Co-Coach in die Arbeit einzubeziehen, dieses finden Sie [hier](#).

**IHRE ZUKUNFT GESTALTEN.**

Individuell. Lösungsorientiert. Ressourcenfokussiert.

## Fortbildungen & Workshops für Führungskräfte, Teams, Eltern sowie pädagogische Fachkräfte

Ich bin seit 2011 als Dozentin u.a. an der JLU Gießen tätig, inzwischen freiberuflich. Ich arbeite stets wissenschaftsbasiert und handlungspraxisorientiert. Mein Portfolio beinhaltet Fortbildungsangebote speziell für z.B. Lehrende/Pädagog\*innen, Eltern, Teams und Führungskräfte in Leitungs- und Sandwich-positionen sowie zugeschnitten auf Frauen oder den Übergang in die eigene (berufliche) Zukunft. Ich begleite Sie sehr gerne in Ihrer individuellen Weiterentwicklung im Rahmen folgender Themen:

- Stressbewältigung, Resilienz & Selbstfürsorge
- Starke Teams – Kooperatives Zusammenarbeiten mit der Gen Z
  - Systemisches Kommunikations- und Konfliktmanagement
- Die professionelle Arbeit mit Heranwachsenden und Eltern gestalten
  - Psychische Gesundheit im Kindes- und Jugendalter
  - Train the Teacher: Alltagsbewältigung zwischen heterogener Schüler\*innenschaft und eigener Gesunderhaltung
- „Was soll aus mir nur werden?“ – Beratung und Unterstützung am Übergang in die berufliche Zukunft
- Ressourcenorientiertes Selbstmanagementtraining: Das Zürcher Ressourcen Modell
  - Lerncoaching und neuronale Grundlagen zu Lehren & Lernen

**Workshops und Fortbildungen biete ich halb-, ganz- oder mehrtägig an, Inhouse in Präsenz oder online.**

**Coaching & Training Dörr – Dr. Johanna-Luise Dörr**