

A woman with long brown hair, wearing a white sleeveless dress and a blue denim jacket tied around her waist, stands with her hands on her hips, looking upwards and smiling. She is positioned in front of a yellow wall with horizontal wooden planks. To her right is a white window with horizontal blinds. The overall scene is brightly lit, suggesting a sunny day.

# Entdecke Dich als **Mutter**

Dein gratis  
**Familien-Check-in**  
**3 x mehr Klarheit**  
mit **13**  
**spannenden Fragen**

*Isabelle von Abendroth*  
elternworkshops & coaching

## Entdecke Dich als *Mutter* - Dein Selbstcheck

Hallo,

hier findest Du **13 wertvolle Fragen**, die Dir eine **neue Perspektive** auf Dich und Deinen Familienalltag geben können.

Nimm Dir **13 Minuten** Zeit und lass Dich überraschen, welche **spannenden Erkenntnisse** sich Dir zeigen.

1. Welche **3 Worte** beschreiben für mich eine gute „Erziehung“?
2. Welche **3 Worte** beschreiben für mich eine gute „Beziehung“?
3. Welches sind die **3 Themen**, die mich in der Familie im Moment am meisten herausfordern?
4. Welche **3 Dinge** habe ich in letzter Zeit getan, um sie zu verbessern?
5. Bei welchen **3 Themen** fällt es mir schwer, ruhig zu bleiben?



Hallo

Ich hoffe, Du hattest ein paar **spannende Erkenntnisse** aus meinen 13 Fragen, die Dir viele **Aha-Momente oder neue Ideen** gebracht haben.

Es gibt Situationen in der Familie, die sind **alleine schwer zu meistern**.

In dieser Zeit ist es gut, dass Du Dir ein **Gespräch oder Hilfe bei engen Freunden, Bekannten oder Verwandten suchst**.

Falls Du Dir einen neutralen **Perspektivwechsel** wünschst, der Deine Situation von außen betrachtet, kann ich Dir meine **Unterstützung im Elterncoaching** anbieten.

Bereits eine Sitzung kann so viel bewirken und Dir **neue Lösungsideen** bringen.

**Kontaktiere mich gern** unter [kontakt@isabelle-von-abendroth](mailto:kontakt@isabelle-von-abendroth) oder über meine Webseite unter <https://isabelle-von-abendroth.de/kontakt/> vereinbare ein **kostenloses Kennenlerngespräch**.

Ich freue mich, Dich zu sprechen.

Deine

Isabelle

#### IMPRESSUM

Entdecke Dich als Mutter

© 2021, Isabelle von Abendroth  
Alle Rechte vorbehalten

Autorin: Isabelle von Abendroth

Dieses E-Heft ist urheberrechtlich geschützt. Hat Dir das E-Heft gefallen, so empfehle Deinen Freund\*innen gern den Download eines persönlichen Exemplares auf [isabelle-von-abendroth.de](https://isabelle-von-abendroth.de). Ein großes Dankeschön, dass Du die Arbeit der Autorin respektierst.