

VALÉRIE ZAUGG HERZENSRAUM

Angebotsübersicht

Welche Begleitung passt zu euch? Orientierung für Eltern und Familien.

Leitgedanke

Verstehen statt Bewerten. Beziehung statt Machtkampf. Entwicklung statt Perfektion.

Stand: 13.06.2026 | Jedes Kind. Sein Weg. Unser Fokus.

Wenn ihr gerade Orientierung sucht

Nicht jede Familie braucht dasselbe. Manche wünschen sich zuerst ein klärendes Gespräch. Andere brauchen konkrete Strategien für Wut, Übergänge, Hausaufgaben oder Schule. Wieder andere möchten ihr Kind über mehrere Wochen stärken und begleiten lassen.

Leitfrage

Was würde euch im Moment am meisten entlasten: Verstehen, Stabilisierung, Lernen, Regulation, Schulstruktur oder ein begleiteter Entwicklungsprozess?

Die Angebote im Überblick

Angebot	Geeignet wenn...	Schwerpunkt
Erstgespräch & Standortbestimmung	ihr nicht genau wisst, wo anfangen	Anliegen klären, erste Strategien, weiterer Weg
Elternberatung & Familiencoaching	Konflikte, Überforderung, Trennung, ADHS-Alltag oder Unsicherheit belasten	Haltung, Kommunikation, Co-Regulation, Grenzen, Struktur
ADHS-Coaching & Regulationstraining	Impulsivität, Wut, Blockaden, Reizüberflutung oder Gefühlsstärke oft Thema sind	Selbstwahrnehmung, Stopp-Strategien, Emotionsregulation, Stärken
Lernbegleitung & Konzentrationstraining	Schule, Lernen, Hausaufgaben, Prüfungen oder Motivation belasten	Lernstrategien, Organisation, Selbstvertrauen, Fokus
Traumasensible / hochsensible Begleitung	ein Kind sehr sensibel, schnell überfordert oder belastet wirkt	Sicherheit, Stabilisierung, Körperwahrnehmung, Entschleunigung
Begleitung im Alltag / zuhause	Dynamiken vor Ort sichtbar werden sollen	Beobachtung, Transfer, konkrete Alltagshilfen

Drei mögliche Wege

1. Orientierung & erste Stabilität

Für Familien, die zuerst Klarheit gewinnen möchten. Im Zentrum stehen Standortbestimmung, erste Entlastung und konkrete nächste Schritte.

2. Entwicklung & Übung

Für Familien, die neue Strategien nicht nur verstehen, sondern im Alltag einüben möchten. Hier geht es um wiederholte Begleitung, Reflexion und Anpassung.

3. Intensive Prozessbegleitung

Für komplexere oder länger bestehende Belastungen. Hier entsteht Raum für tieferes Verstehen, nachhaltige Regulation, Selbstwertstärkung und Zusammenarbeit mit Schule oder Fachstellen.

Entscheidungshilfe

Eure Situation	Empfehlung
Wir fühlen uns überfordert und wissen nicht mehr weiter.	Erstgespräch & Standortbestimmung oder Elternberatung
Unser Kind rastet schnell aus oder kommt kaum aus der Wut heraus.	ADHS-Coaching & Regulationstraining plus Elterncoaching
Schule und Hausaufgaben sind dauernd Streitpunkt.	Lernbegleitung & Konzentrationstraining mit Familienstrategie
Die Schule macht Druck, Abklärungen dauern lange.	Standortbestimmung, Beobachtungsbogen, Vorbereitung Schulgespräch
Wir wünschen Unterstützung bei der Zusatzversicherung.	Download Zusatzversicherung Anfrage verwenden und vorab schriftlich prüfen lassen
Wir möchten längerfristig begleitet werden.	Entwicklungs- oder Intensivprozess mit klaren Zielen

Was ihr erwarten dürft

- eine klare, wertschätzende Einordnung der Situation
- Fachwissen verständlich erklärt
- konkrete Strategien für euren Familienalltag
- einen ressourcenorientierten Blick auf euer Kind
- Unterstützung ohne Schuldzuweisung
- bei Bedarf Transferideen für Schule, Lernen und Alltag

Was Herzensraum nicht ist

Transparenz

Herzensraum ersetzt keine medizinische Diagnostik, Psychotherapie oder Notfallbehandlung. Die Begleitung ist pädagogisch-beratend, familienunterstützend, alltagsnah und entwicklungsorientiert.

Nächster Schritt

Buche ein Erstgespräch oder melde dich über die Webseite. Gemeinsam schauen wir, welche Form der Begleitung zu euch, zu eurem Alltag und zu eurem nächsten Schritt passt.

Was du vor einer Anfrage bereits überlegen kannst

- Welche Situation belastet euch aktuell am meisten?
- Was wäre in den nächsten zwei bis vier Wochen eine spürbare Entlastung?
- Geht es eher um Elternberatung, kindbezogene Begleitung, Schule/Lernen oder um das Zusammenspiel im Familienalltag?
- Soll die Begleitung online stattfinden oder wäre eine Beobachtung im gewohnten Umfeld hilfreich?
- Möchtet ihr vorab bei der Zusatzversicherung eine mögliche Kostenbeteiligung prüfen lassen?

Meine Einladung

Du musst den nächsten Schritt nicht schon perfekt kennen.

Es reicht, wenn du spürst: Wir brauchen Orientierung. Genau dafür ist der Herzensraum da - warm, klar, fachlich und alltagsnah.