

ADHS-Coaching mit Herz, alltagsnahe Begleitung für Kinder und Eltern

Wenn Kinder lauter leben, tiefer fühlen und anders denken, ist das kein Problem, sondern eine Einladung, genauer hinzuschauen.

Genau hier beginnt meine Arbeit. Als ADHS-Coach begleite ich Kinder auf einer ganz besonderen Reise: auf der Schatzsuche nach ihren eigenen Stärken. Ich suche mit ihnen nicht nach Fehlern, sondern nach Stärken. Ich glaube daran, dass jedes Kind einzigartig ist und dass gerade von ADHS betroffene Kinder besondere Fähigkeiten mitbringen, die gesehen und gefördert werden wollen.

Viele Kinder mit ADHS haben gelernt, dass sie «zu viel» sind, dass sie stören, und erleben

tagtäglich von überall her Kritik. Ich möchte ihnen vermitteln, dass sie genau richtig sind und dass in ihnen Schätze liegen, die nur darauf warten, entdeckt zu werden. Mit viel Herz, Humor und einem tiefen Verständnis für Kinder, die anders denken, schaffe ich einen Raum, in dem sich jedes Kind gesehen und angenommen fühlen darf.

Mein Ziel ist es, dass Kinder sich selbst besser verstehen lernen und spüren: Ich bin okay, so wie ich bin, dass sie nicht länger kämpfen müssen, sondern wachsen dürfen. Sie bekommen von mir Werkzeuge an die Hand, mit denen sie die täglichen Herausforderungen besser bewältigen können, auf ihre eigene, besondere Weise. Sie sollen sich in der Schule und zu Hause angenommen fühlen, genau so, wie sie sind, mit all ihren Besonderheiten.

Es geht aber nicht nur um das Kind allein. In meinen Elternberatungen unterstütze ich die Eltern dabei, mit den täglichen Herausforderungen gelassener umzugehen, sich selbst wieder mehr zu vertrauen und die Verbindung zu ihrem Kind zu stärken.

Für Mamas, die sich mehr Ruhe, Klarheit und einen liebevolleren Umgang im Familienalltag wünschen, habe ich ein Online-Pro-



gramm entwickelt. Dort vermittele ich gezielt alltagstaugliche Tools und Methoden, die zu mehr Gelassenheit führen. So können stressige Situationen mit innerer Stärke bewältigt und wieder mehr Freude im Mama-Alltag erlebt werden.

Es braucht nicht viel, um etwas zu verändern, nur den Mut, hinzuschauen und den ersten Schritt zu gehen. Mehr Informationen über mich und meine Arbeit finden Sie auf meiner Homepage www.schatzsuche-coaching.ch. Dort können Sie auch ein unverbindliches kostenloses Kennenlerngespräch vereinbaren, um mehr zu erfahren. Ich freue mich darauf.

Rahel Graf

Linggenweid 2, 6275 Ballwil, Tel. 0797696633



Schatzsuche-Coaching

Stärken entdecken und Held des eigenen Abenteuers werden!

Schatzsuche zu mehr Leichtigkeit und Freude im (Familien-)Alltag **für Mamas**

Ein einzigartiges Coachingangebot **für Kinder** mit ADHS, das sie auf eine aufregende Entdeckungsreise zu ihren eigenen Stärken und Talenten mitnimmt und zu mehr Selbstvertrauen und Selbstbewusstsein verhilft.



Termin
buchen!



Mamacoaching

Rahel
Graf



Kontakt:

☎ Telefonnummer: 079 769 66 33

✉ E-Mail-Adresse: rahel@schatzsuche-coaching.ch

www.schatzsuche-coaching.ch

