

BALANCEWORK COACH

NICOLE ENGELSKIRCHEN

Emotions- & Hypnosecoach

Spätdiagnostiziert mit ADHS oder AuDHS?

Endlich Ankommen im eigenen Nervensystem, ohne Reizüberflutung und Anpassungsdruck.

Kennst du das Gefühl, im Alltag ständig auf 180 zu laufen, dich nach außen hin perfekt anzupassen (Masking) und innerlich völlig erschöpft zu sein?

Hier setzt meine Begleitung an: Mit: DSHM- Die Stille Helfer Methode, nutzen wir ein sanftes, lösungsorientiertes Verfahren, das ***speziell*** für **neurodivergente Gehirne angepasst** wurde.

Viele Erwachsene erfahren erst spät im Leben von ihrer Neurodivergenz. Die Herausforderung: Herkömmliche Methoden überfordern ein sensibles Nervensystem oft zusätzlich.

Was macht die "DSHM"- "Stille Helfer Methode"© so besonders?

- Wie ein sanftes System-Update: Stell dir dein Gehirn wie einen Computer vor. Wir aktualisieren veraltete Muster im Hintergrund, ganz ohne anstrengendes Durchwühlen alter Schmerzpunkte.
- Bündelung statt Einzelsuche: Ganze Teile-Gruppen werden auf einmal angesprochen. Das spart enorm Energie.
- Ressourcenschonend & Sicher: Du behältst jederzeit die volle Kontrolle. Die Sitzungen finden entspannt und geschützt online von Zuhause aus statt.

Wann ich dich unterstütze:
Spürbare Entlastung bei chronischer Reizüberflutung & Overload
Abbau von dauerhaftem Anpassungsstress (Masking)
Stärkung von Selbstwert, Grenzen und Selbstmitgefühl
Begleitung nach Spätdiagnose & im Berufsalltag

ÜBER MICH & KONTAKT

- Zertifizierte Hypnose Coachin
- Emotionscoach
- Spezialisiert auf die Begleitung von neurodivergenten und sensiblen Erwachsenen (ADHS/AuDHS). Mit DSHM die stille Helfer Methode ©

info@Balancework-coach.de
+49 1512 0130688
Bitte nur Whatapp Nachrichten
balancework-coach.de