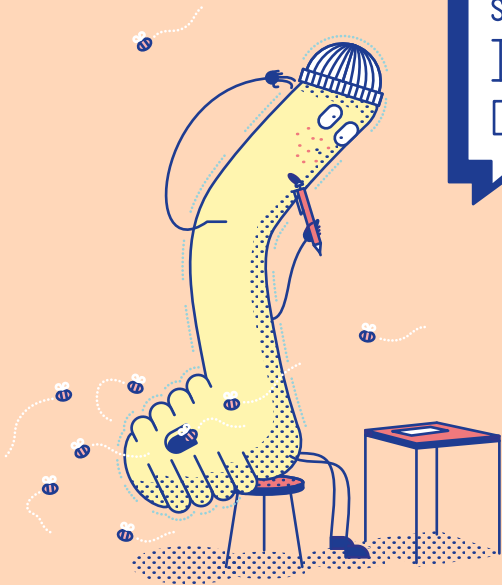


*Hummeln im Hintern  
und trotzdem gut in der Schule?*

SO  
SCHAFF'  
ICH  
DAS!



AD(H)S-Training für Jugendliche  
mit **MARIO NIETSCH**



Diplom-Sozialpädagoge · Zertifizierter AD(H)S-Trainer  
Heimstraße 3 · 76435 Baden-Baden  
[www.mario-nietsch.de](http://www.mario-nietsch.de) · [mail@mario-nietsch.de](mailto:mail@mario-nietsch.de)

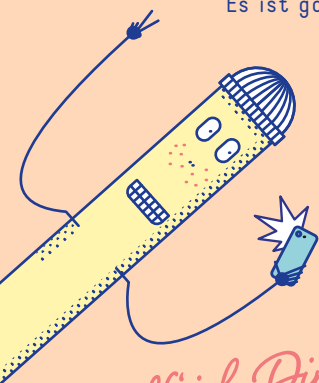
# Jeder kann das schaffen!

Du warst bei vielen verschiedenen Ärzten und die haben festgestellt, dass Du AD(H)S hast.

Dir fällt es schwer, Dich auf eine Sache zu konzentrieren, still zu sitzen oder einfach geduldig zu sein. Das ist nichts Schlimmes. Viele Leute – auch berühmte Leute – haben die gleichen Schwierigkeiten. Und trotzdem haben sie Spaß am Leben.



Ich werde Dir helfen, das auch zu schaffen. Es ist gar nicht so schwer!



## So helf' ich Dir, das zu schaffen:

Wir arbeiten als Team und ich bin Dein Coach. Gemeinsam ist es leichter, Du wirst sehen.

- Ich glaube an Dich!

Zuerst werden wir beide einen Vertrag unterschreiben. Darin steht, dass Du es mit all Deiner Kraft versuchen willst, zu schaffen.

[Deine Eltern können gerne dabei sein.]

Wir setzen uns mit höchstens 5 weiteren Jugendlichen in Deinem Alter zusammen und trainieren uns gegenseitig.

Bei allem, was Dir gut tut und Sicherheit gibt,  
bleiben wir am Ball. Und alles, was Dir ein schlechtes  
Gefühl gibt, lassen wir einfach weg.

[Systemisch- & Lösungsorientierter Ansatz]



In den Trainings zeige ich Dir,  
wie Du besser mit Deinen Mitmenschen umgehst,  
Tipps und Tricks für die Schule und das Lernen  
und ich habe ein paar ziemlich verblüffende  
Zaubertricks auf Lager!

Es wird 13 Trainingseinheiten geben,  
die jeweils 2 Stunden dauern.

[Tricky Teens]



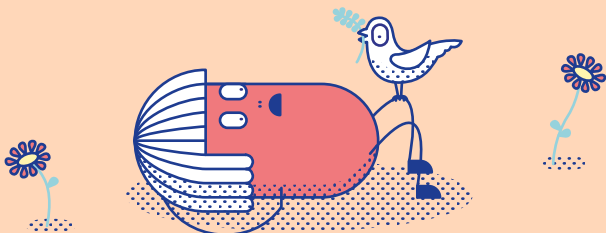
Auf Wunsch sind auch Einzeltrainings  
ohne Gruppe möglich.



Zwischendurch bespreche ich mich  
immer wieder mit Deinen Eltern und zeige Ihnen,  
wie weit wir schon gekommen sind.



Auch Deine Lehrer in der Schule können wir  
nach Bedarf in unsere Arbeit mit einbeziehen.



*Und wenn Du das geschafft hast...*

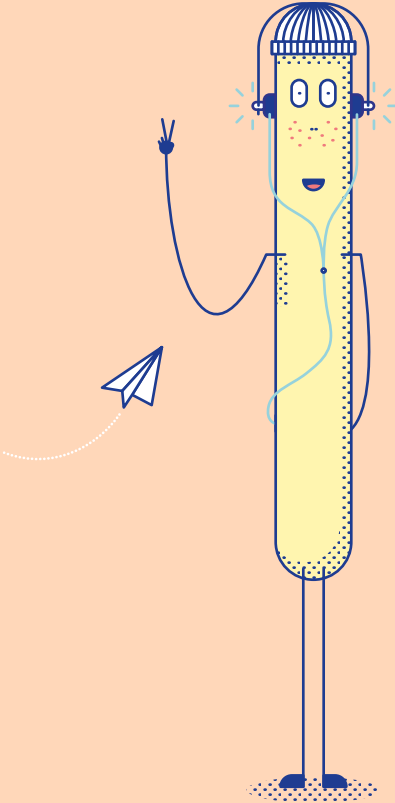
...dann bekommst Du natürlich auch einen Preis:  
Eine schicke Urkunde für die erfolgreiche Teilnahme  
am Training! Na, wenn das nichts ist...



[www.mario-nietsch.de](http://www.mario-nietsch.de) · [mail@mario-nietsch.de](mailto:mail@mario-nietsch.de)



SO  
SCHAFF'  
ICH  
DAS!



AD(H)S-Training für Jugendliche  
mit **MARIO NIETSCH**



Diplom-Sozialpädagoge · Zertifizierter AD(H)S-Trainer  
Heimstraße 3 · 76435 Baden-Baden  
[www.mario-nietsch.de](http://www.mario-nietsch.de) · [mail@mario-nietsch.de](mailto:mail@mario-nietsch.de)