

MENTALE STÄRKE BEGINNT IM ALLTAG

MENTALES COACHING

FÜR KINDER &
JUGENDLICHE

WENN DRUCK ENSTEHT,
ZÄHLT INNERE STÄRKE

Ich unterstütze Kinder und Jugendliche
dabei, in Schule, Alltag und Sport
mental stark zu bleiben



ZU VIEL DRUCK

Leistungsdruck, Erwartungen
und ständiger Vergleich belasten



SELBSTZWEIFEL

Unsicherheit und fehlendes
Selbstvertrauen bremsen aus



ABLENKUNG & FOKUSVERLUST

Konzentrationsprobleme und
fehlende Klarheit kosten Potenzial



STRESS & ÜBERLASTUNG

Schule, Training, Alltag -
wenn der Akku leer ist und alles zu viel ist



JETZT KOSTENLOSES ERSTGESPÄCH SICHERN

In 30 Minuten klären wir via Zoom
oder Telefon, wie wir Ihr Kind
individuell unterstützen können.



DIRK LION

MENTALCOACH VON WELTKLASSE-ATHLETEN



EIN STABILES FUNDAMENT FÜR ENTWICKLUNG & SELBSTÄNDIGKEIT

Junge Menschen brauchen Orientierung, klare Routinen und innere Stabilität, um gesund und selbstbewusst mit Leistungsdruck und Erwartungen umzugehen.



STRUKTUR

Klarheit im Alltag.
Wir entwickeln feste Routinen, die Sicherheit geben und Ablenkungen minimieren.



RESILIENZ

Innere Widerstandskraft.
Ihr Kind lernt, mit Fehlern, Druck und hohen Erwartungen gesund und stabil umzugehen.



SELBSTANTRIEB

Vom Müssen zum Wollen.
Wir fördern inneren Antrieb, damit Aufgaben selbständig und fokussiert gelöst werden können.



DAS INDIVIDUELLE ONLINE-PROGRAMM

Maßgeschneidertes Mentoring für Kinder & Jugendliche, die...

- Hinter ihren Möglichkeiten bleiben
- Unter Druck blockieren
- Struktur, Fokus und Organisation vermissen
- In Schule oder Sport mental wachsen möchten

MEIN VERSPRECHEN ALS MENTOR

„Es ist meine Motivation, junge Menschen wachsen zu sehen. Ich biete Ihrem Kind eine fundierte Begleitung mit echter Begeisterung und dem aufrichtigen Interesse an seiner ganz persönlichen Entwicklung.“

Inklusive 24/7 Not-Hotline & individueller Online-Sessions



www.dirklion.de



Karlsruhe / Baden-Württemberg



hi@dirklion.de



11 Prinzipien von Weltklasse-Athleten

(Hinweis: Bei psychischen Erkrankungen arbeite ich ergänzend und in klarer Abgrenzung zu therapeutischen Fachstellen.)
Impressum: Verantwortlich für den Inhalt nach § 18 Abs. 2 MStV: Dirk Lion, Dirk Lion Consulting, Emil-Gött-Str.9, 76131 Karlsruhe | www.dirklion.de