

**COMEBACK
NOW!**

Beratungs- und
Lotsenstelle
für psychische
Gesundheit in Potsdam

NOW!
...Normaler Wahnsinn

Schule ist gerade zu viel? Wir helfen dir, Wege zu finden.

Ob Angst, Überforderung, Konflikte oder einfach keine Kraft mehr – es gibt Gründe, warum Schule schwerfällt.

Du hast keine Lust auf Schule? Deine Eltern und Lehrer*innen sind am Verzweifeln? Der Gedanke an Schule macht dir Bauchschmerzen. Du weißt selbst nicht genau warum, es geht einfach nicht. **Das ist kein Versagen. Das ist ein Zeichen, dass etwas nicht stimmt.**

Wir beraten und klären auf:

- **Einzelgespräche:** Wir hören zu, verstehen deine Situation und entwickeln mit dir einen Plan – in deinem Tempo.
- **Austauschgruppe:** Triff andere Jugendliche, denen es ähnlich geht. Einmal pro Woche, freiwillig, vertraulich.
- **Eltern Beratung:** Was kann ich tun und wie unterstützen? Welche Hilfen gibt es?

Lass uns **gemeinsam** schauen,
was dir hilft.

Dein Weg zu uns:

sib@now-potsdam.de

Tel.: 0179 46 36 49 0