

Welche Formen von ADHS gibt es?

1. Unaufmerksamkeit

Bei schulischen Aufgaben, aber auch bei Freizeitaktivitäten, fehlt es den Kindern an Sorgfalt und Ausdauer. Sie verlieren schnell das Interesse und die Lust und widmen sich daher oftmals anderen, interessanter erscheinenden Sachverhalten zu (ablenkbar) bzw. sie arbeiten zwar weiter, jedoch flüchtig und unkonzentriert.

Symptome:

- macht Flüchtigkeitsfehler
- kann nicht längere Zeit aufmerksam sein
- hört nicht zu
- meidet Aufgaben, die längere Konzentration erfordern
- führt Aufgaben nicht zu Ende
- hat Organisations-schwierigkeiten
- verliert häufig wichtige Gegenstände

2. Überaktivität

Die Kinder scheinen häufig unter Strom zu stehen. Sie wirken unruhig und fallen durch einen großen Bewegungsdrang auf – im Unterricht und bei Stillarbeit äußert sich das Verhalten durch Zappeln, Wippen, mit den Beinen schlenkern, häufigem Aufstehen etc.

Symptome:

- steht oft in unpassenden Situationen auf
- zappelig
- rennt unangemessen viel umher
- kann schlecht ruhig spielen
- viel „auf Achse“
- redet übermäßig viel

3. Impulsivität

Das Kontrollieren des eigenen Verhaltens ist für die Kinder schwer zu bewerkstelligen. Sie unterbrechen andere häufig und handeln oftmals ohne vorher die Konsequenzen zu bedenken. Auch sind sie schnell gereizt und lassen ihrer Wut und ihrem Frust häufig freien Lauf, was zu sozialen Problemen führt.

Symptome:

- antwortet oft bevor eine Frage gestellt wurde
- kann schlecht warten
- unterbricht / stört oft



Jan Grobfeldt

Erziehungswissenschaftler / Sozialpädagoge

- AD(H)S-Trainer
- AD(H)S-Elternberater
- Fachberater Mobbing – Schule
- Fachberater Mobbing – Kind & Eltern

Kontakt

ADHS Lernzentrum Soest
Immermannwall 25, 59494 Soest

Mobil: 0151/12352199

info@adhs-lernzentrum.de
www.adhs-lernzentrum.de



Elternberatung

Zielgruppe

Eltern von Kindern mit der Diagnose ADS/ADHS

Ziele

Ziel der AD(H)S-Elternberatung ist es, mit dem erlernten Hintergrundwissen bestärkend auf Ihr Kind einzugehen und für jede Problemsituation einen Ausweg zu erarbeiten, um nicht nur Ihr Kind zu stärken und zu fördern, sondern auch das Familiensystem positiv zu beeinflussen.

Inhalte

Viele Eltern sind zunächst verunsichert, wenn sie mit der Diagnose AD(H)S bei ihrem Kind konfrontiert werden.

Eine gute Elternarbeit ist wie eine Brücke, über die in der Beratung erworbene Kompetenzen den Weg in den Alltag finden können. Aufgrund der familiären emotionalen Bindung, haben Eltern stets einen größeren Einfluss auf das Denken und Verhalten des Kindes als alle Co-Erziehenden. Erzieher/innen, Lehrer/innen, Psycho-, Ergo- und Lerntherapeuten/innen steht immer nur ein kurzer Zeitraum für die Arbeit mit dem Kind zur Verfügung.

Um Sie als Eltern zu unterstützen, bringe ich Ihnen alle wichtigen Informationen zu Ursache, Verlauf, Diagnostik und Therapie der Erkrankung näher. Vor allem bei hilfreichen Vorgehensweisen im Umgang mit Ihrem Kind, sowie nützlichen Tipps für den Alltag, stehe ich Ihnen mit fundiertem Fachwissen zur Seite!



Zeitlicher Rahmen

Schritt 1: Informationsgespräch

Ich biete vorab gerne ein Beratungsgespräch an, bei dem wir gemeinsam alle Fragen klären, das Anliegen besprechen und alle wichtigen Informationen für den weiteren Ablauf geben (60 Minuten).

Schritt 2: Der erste Termin

Beim ersten Praxis-Termin wird das Anliegen genauer besprochen, die Hintergründe und der bisherige Umgang mit dem Problem, sowie dessen Auswirkungen genau beleuchtet. Danach wird gemeinsam ein realistisches Ziel vereinbart und besprochen, wie die weitere Vorgehensweise auf dem Weg zum Ziel sein wird. Das Erstgespräch geht nahtlos in das Intensiv-Coaching bzw. den Veränderungsprozess über (60 Minuten).

Schritt 3: Folgetermin(e)

Hierbei wird unter Berücksichtigung der bisherigen Veränderungen weiter an dem Ziel gearbeitet, bis zu Ihrer Zufriedenheit bzw. bis zur Erreichung des gesteckten Ziels oder der Problemlösung (60 Minuten).

Wie viele Sitzungen werden benötigt?

Der Mindestumfang liegt bei 10 Sitzungen á 60 Minuten (inkl. der Sitzung zur Terminvereinbarung/Zielsetzungen).

AD(H)S-Training für Kinder und Jugendliche

Zielgruppe

- Kinder und Jugendliche im Alter von 8 bis maximal 16 Jahren
- Eine abgeschlossene AD(H)S-Diagnostik sollte vorliegen
- Bei dem AD(H)S-Training gibt es keine bestimmten Symptome, Schwierigkeiten oder Probleme, die als grundsätzliche Ausschlusskriterien betrachtet werden

Ziele

Das Ziel besteht darin, dass sich Ihr Kind eigenständig regulieren kann, wenn es zu einer verstärkten Unaufmerksamkeit, Nervosität und Einschränkung kommt.

Inhalte

Vier Zielbereiche im Basistraining

- Die eigene Schwierigkeit erklären können (handlungsrelevantes Wissen haben)
- Basisfertigkeiten sicher beherrschen
- Reaktionskontrolle lernen (Halt! Stopp!)
- Einfache Handlungssteuerung praktizieren (Stopp überprüfen!)

Trainingstransfer im Elternhaus

- Mit Erfolg üben
- Mit leichten Aufgaben beginnen
- Erfolgreich arbeiten (möglichst keine Fehler entstehen lassen, sondern als kognitives Modell helfen – Vorformulieren der Sachlage)
- Fehlerhafte Handlungen rasch unterbrechen
- Richtiges, gewünschtes Handeln rasch belohnen

Zeitlicher Rahmen

In 12 aufeinander aufbauenden Trainingseinheiten bekommt Ihr Kind einen Einblick in die AD(H)S-Erkrankung und erhält verschiedene Methoden zur Selbstregulierung in Problemsituationen an die Hand.

