

Einladung zum
ADHS-Elternteraining



| | |
|-------------------|---|
| Wann: | Samstag/Sonntag, 27./28.10.2018 (ohne Folgetraining) |
| Zeit: | jeweils von 9.30 Uhr – 17.00 Uhr |
| Wo: | HWSGR, Höhere Wirtschaftsschule GR, Comercialstr. 23, 7000 Chur |
| Kosten: | elpos Mitglieder: Einzelpersonen: CHF 220.-, Paare CHF 330.- Nichtmitglieder: Einzelpersonen: CHF 310.-, Paare CHF 440.- |
| Leitung: | Karin Raschle, ADHS-Kompetenztrainerin nach Cordula Neuhaus ©, MSc in Mentalcoaching, ADHS Coach und Mutter von vier Kindern |
| Anmeldung: | bis Donnerstag 18. Oktober 2018 via Homepage: www.elpos-ostschweiz.ch per Telefon: 071 222 30 90 |

Einladung zum
ADHS-Elternteraining



| | |
|-------------------|---|
| Wann: | Samstag/Sonntag, 27./28.10.2018 (ohne Folgetraining) |
| Zeit: | jeweils von 9.30 Uhr – 17.00 Uhr |
| Wo: | HWSGR, Höhere Wirtschaftsschule GR, Comercialstr. 23, 7000 Chur |
| Kosten: | elpos Mitglieder: Einzelpersonen: CHF 220.-, Paare CHF 330.- Nichtmitglieder (inkl. Folgetraining): Einzelpersonen: CHF 310.-, Paare CHF 440.- |
| Leitung: | Karin Raschle, ADHS-Kompetenztrainerin nach Cordula Neuhaus ©, MSc in Mentalcoaching, ADHS Coach und Mutter von vier Kindern |
| Anmeldung: | bis Donnerstag 18. Oktober 2018 via Homepage: www.elpos-ostschweiz.ch per Telefon: 071 222 30 90 |

Das Zusammenleben mit ADHS Kindern stellt Familien vor besondere Herausforderungen. Zu wissen, dass man mit seinen Problemen nicht alleine dasteht, kann sehr entlastend sein.

Das Elterntraining ist auf die Probleme von Familien mit Kindern mit ADHS zugeschnitten und orientiert sich an den aktuellen Konfliktfeldern der Elterngruppe. Dabei werden auch die positiven Eigenschaften des „Aufmerksamkeits-Defizit-Hyperaktivitäts-Syndrom“ beleuchtet, um sie gezielt zu fördern.

Im Training erfahren die Teilnehmenden mehr über die neurobiologischen Hintergründe des ADHS und die dazugehörigen Funktionsstörungen. Dieses Wissen bildet die Grundlage für Einstellungsveränderungen, welche den Zugang zu neuen Lösungsansätzen ermöglichen.

Auf verhaltenstherapeutischer Basis werden die Eltern angeleitet, den Familienalltag zu reflektieren, kritische Situationen zu erkennen und neue Handlungsstrategien zu entwickeln.

Durch die Auseinandersetzung mit den Hintergründen des ADHS werden die Eltern ermutigt, selbst zu kompetenten Fachpersonen für ihr Kind zu werden. Letztendlich sind sie die wichtigsten Personen, die ihrem Kind die Unterstützung geben können, die es braucht.

Der Kurs beinhaltet folgende Themen:

- Funktionelles Verstehen der Ursachen und der Symptomatik (Neurobiologie und Funktionsweise des ADHS)
- positive Seiten erkennen und fördern
- wirkungsvolles Kommunizieren
- Handlungsstrategien kennen lernen
- Verhaltensmanagement und Tipps für den Alltag
- Stressmanagement für die Eltern

Das Zusammenleben mit ADHS Kindern stellt Familien vor besondere Herausforderungen. Zu wissen, dass man mit seinen Problemen nicht alleine dasteht, kann sehr entlastend sein.

Das Elterntraining ist auf die Probleme von Familien mit Kindern mit ADHS zugeschnitten und orientiert sich an den aktuellen Konfliktfeldern der Elterngruppe. Dabei werden auch die positiven Eigenschaften des „Aufmerksamkeits-Defizit-Hyperaktivitäts-Syndrom“ beleuchtet, um sie gezielt zu fördern.

Im Training erfahren die Teilnehmenden mehr über die neurobiologischen Hintergründe des ADHS und die dazugehörigen Funktionsstörungen. Dieses Wissen bildet die Grundlage für Einstellungsveränderungen, welche den Zugang zu neuen Lösungsansätzen ermöglichen.

Auf verhaltenstherapeutischer Basis werden die Eltern angeleitet, den Familienalltag zu reflektieren, kritische Situationen zu erkennen und neue Handlungsstrategien zu entwickeln.

Durch die Auseinandersetzung mit den Hintergründen des ADHS werden die Eltern ermutigt, selbst zur kompetenten Fachperson für ihr Kind zu werden. Letztendlich sind sie die wichtigsten Personen, die ihrem Kind die Unterstützungen geben können, die es braucht.

Der Kurs beinhaltet folgende Themen:

- Funktionelles Verstehen der Ursachen und der Symptomatik (Neurobiologie und Funktionsweise des ADHS)
- positive Seiten erkennen und fördern
- wirkungsvolles Kommunizieren
- Handlungsstrategien kennen lernen
- Verhaltensmanagement und Tipps für den Alltag
- Stressmanagement für die Eltern