



AD(H)S – Elterntraining



Liebe Eltern,

Familien mit ADHS-Kindern unterliegen ganz besonderen Belastungen und Herausforderungen. Diese speziellen Probleme lassen sich meist nicht allein mit gutem Willen oder gut gemeinten Ratschlägen bewältigen, sondern bedürfen zusätzlicher Hilfe. Wir bieten Ihnen fachliche Unterstützung, um in ihrem schwierigen Erziehungsalltag Veränderungen herbeizuführen und Fortschritte zu erreichen. Im Folgenden schildern wir Ihnen den Aufbau unseres Elterntrainings, damit Sie sich ein Bild davon machen können, ob es für Sie in Frage kommt.

In der aktuellen wissenschaftlichen Forschung haben sich Behandlungsansätze bei denen die Eltern stark involviert sind, als die effektivste Form der Intervention bei Kindern mit AD(H)S erwiesen. Im ständigen Bemühen ein umfassendes und ganzheitliches therapeutisches Konzept zu bieten, haben wir unser Angebot um ein Elterntraining für Eltern mit AD(H)S-Kindern erweitert. Das verhaltenstherapeutisch orientierte Trainingsprogramm bezieht Aspekte aus der pädagogischen Psychologie sowie der Pädagogik ein und beruht auf erprobten, therapeutischen Verfahren.

Das Training gliedert sich in insgesamt sieben Bausteine, mit sechs Sitzungen und einem „Erlebnisbaustein“, an dem auch die Kinder teilnehmen können.

A. Verbesserung der Familienatmosphäre

Die angespannte, konfliktgeladene Atmosphäre in Familien mit ADHS-Kindern führt häufig über eine hohe Anzahl negativer Rückmeldung zu einem negativen Selbstbild des Kindes. Ziel ist es gemeinsam Möglichkeiten zu finden und einzuüben, die sich positiv auf die Familienatmosphäre und somit auch auf das Selbstbild des Kindes auswirken. Eine Verbesserung des Familienklimas bedeutet zudem eine Steigerung der Motivation und Anstrengungsbereitschaft für Eltern und Kinder, geplante Verhaltensänderungen umzusetzen.

I. 1. Sitzung: Vermittlung von Kenntnissen zu Symptomatik und Ursachen / Erfassung des Ist-Standes

In der ersten Sitzung werden wir gemeinsam Informationen zum Störungsbild AD(H)S auffrischen und sammeln. Im Anschluss daran wird der Ist-Stand in ihrer Familie erfasst. Wir werden Alltagssituationen bestimmen, in denen das problematische Verhalten auftritt, und die im Verlauf des Trainings bearbeitet werden sollen.

II. 2. Sitzung: Positive Zuwendung – Verbesserung der Familienatmosphäre

In der zweiten Sitzung beschäftigen wir uns mit der Verbesserung der Familienatmosphäre und grundsätzlichen Überlegungen zum Thema Erziehung. Ziel ist es, Ihnen eine neue Perspektive auf ihr Kind zu ermöglichen und Sie für die Dinge zu sensibilisieren, die in Ihrer Familie bereits gut und problemlos laufen. Dabei spielt insbesondere das Loben des Kindes eine wichtige Rolle, um das Selbstbild des Kindes zu stärken und Bereitschaft zur Verhaltensänderung zu erzeugen. In der Sitzung werden Regeln und Möglichkeiten der positiven Zuwendung erarbeitet und ein allgemein gültiges Kommunikationsmodell vorgestellt.

B. Verhaltensänderung

Die Eltern sollen lernen, die vorangehenden und aufrecht erhaltenden Bedingungen des Problemverhaltens ihres Kindes zu identifizieren und nachfolgende Konsequenzen und deren Wirkung einordnen zu können, um dann Ansatzpunkte für effektive Verhaltensänderungen zu finden. Diese liegen zum einen in einer Veränderung der Bedingungen im Vorfeld möglicher Verhaltensprobleme, zum anderen in der Veränderung der Konsequenzen des Verhaltens. Vorrangiges Ziel ist der erlebte praktische Erfolg in der Erziehung durch systematisches Einüben und Ausprobieren neuer Einwirkungsmöglichkeiten. Eine realistische Zielsetzung bezüglich der Verhaltensmöglichkeiten der Kinder sowie des eigenen Durchhaltevermögens in der Umsetzung des Geplanten sind weitere Lernelemente.

III. 3. Sitzung: Aufrechterhaltende Bedingungen des Verhaltens

Die genaue Beobachtung und Beschreibung eines Verhaltens ist Voraussetzung für die Planung von Verhaltensänderungen. Um Ihre Beobachtungen besser einordnen und systematisieren zu können, werden wir Ihnen ein Modell vermitteln, das eine differenzierte Verhaltensanalyse ermöglicht. Die Differenzierung zwischen Belohnung, Strafe, Entzug, Wiedergutmachung, Erleichterung und der wirkungsvolle Einsatz von Konsequenzen spielt dabei eine wichtige Rolle. Anhand verschiedener Beispiele werden in Kleingruppen problematische Verhaltensweisen des Kindes analysiert und erste Ansatzpunkte für Veränderungen identifiziert.

IV. 4. Sitzung: Ansatzpunkte für die Veränderung

Aus der Analyse der Problemsituationen werden wir Ansatzpunkte für die Verhaltensänderung ableiten und Veränderungspläne aufstellen und durchführen. Dabei konzentrieren wir uns an diesem Termin auf die Bedingungen, die dem Verhalten des Kindes vorangehen. Die Formulierung und Umsetzung von Regeln ist dabei zentrales Thema. Zunächst muss jedoch ein Zielverhalten definiert werden. Die Formulierung realistischer, konkreter und erreichbarer Ziele, die den Verhaltensmöglichkeiten des Kindes und dem eigenen Durchhaltevermögen entsprechen ist ein wichtiges Lernelement.

V. 5. Sitzung: Veränderungsmöglichkeiten bei den Konsequenzen

In der fünften Sitzung konzentrieren wir uns auf die Bedingungen die dem Verhalten des Kindes folgen – die Konsequenzen des Verhaltens. Beispielhaft befassen wir uns mit dem „Punkteplan“. Der Punkteplan ist ein Verfahren zur Umsetzung von geplanten Verhaltensänderungen. In der Sitzung lernen Sie die notwendigen Einzelschritte beim Erstellen und bei der Durchführung eines Punkteplans kennen.

VI. 6. Sitzung: Energie tanken und sparen

In der letzten Sitzung werden Möglichkeiten zum „Energie sparen“ im Alltag erarbeitet und Entspannungs- und Rückzugsmöglichkeiten gesammelt, die es ermöglichen Energie für den Alltag zu sammeln.

Liebe Eltern, wenn Sie weitere Fragen haben oder gerne am Elterntraining teilnehmen wollen, dann stehen wir Ihnen gerne für weitere Auskünfte zur Verfügung!
Wir freuen uns sehr, wenn wir Sie unterstützen können.

Mit freundlichen Grüßen

Klaus Idler

Einrichtungsleitung PTE-Villingen



ADHS-Eltertraining

Ich habe Interesse an der Teilnahme am ADHS-Eltertraining!

Ich bitte um telefonische Kontaktaufnahme zur Klärung weiterer Fragen und der Veranstaltungstermine.

Der nächste Kurs in Sankt Georgen (Wirkstatt, Bahnhofstraße 27) findet an folgenden Terminen statt

- | | | | |
|----|---------------------------|-----------------------------------------|-------------------------|
| 1. | Montag, 13. Februar 2012 | ADHS-Eltertraining 1 | 19.00 Uhr bis 21.30 Uhr |
| 2. | Freitag, 24. Februar 2012 | ADHS-Eltertraining 2 | 19.00 Uhr bis 21.30 Uhr |
| | | (Fasnetswoche, deshalb nicht am Montag) | |
| 3. | Montag, 05. März 2012 | ADHS-Eltertraining 3 | 19.00 Uhr bis 21.30 Uhr |
| 4. | Montag, 19. März 2012 | ADHS-Eltertraining 4 | 19.00 Uhr bis 21.30 Uhr |
| 5. | Montag, 16. April 2012 | ADHS-Eltertraining 5 | 19.00 Uhr bis 21.30 Uhr |
| 6. | Montag, 23. April 2012 | ADHS-Eltertraining 6 | 19.00 Uhr bis 21.30 Uhr |

Eine Teilnahme nur an einzelnen Sitzungen oder Teilen des Trainings ist nicht möglich. Eine Anmeldung ist nur unter verbindlicher Zusage für das gesamte Training möglich.

Name(n)

Straße

Postleitzahl und Ort

Telefon

*PTE-Villingen
Klaus Idler
Obere Straße 8
78050 VS-Villingen*

Telefon 07721 / 2067-978
FAX 07721 / 2067-869
pte-villingen@pte.de
www.pte-villingen.de