

OptiMind®-Konzept

Das Training ist geeignet für Eltern und Bezugspersonen...

mit Kindern, bei denen ein ADS vermutet wird oder bereits diagnostiziert ist.

Ablauf des Trainings

- Bei uns in der Praxis finden vier Seminarabende (jeweils donnerstags) à 90 Minuten statt. Beginn ist um 18:30 Uhr.
- Beim ersten Treffen werden die weiteren Termine abgesprochen. Ziel ist die regelmäßige Teilnahme, da die Inhalte aufeinander aufbauen.
- In einer Gruppe mit 10 bis 14 Personen können Sie sich untereinander austauschen und Ihre persönlichen Fragen einbringen.
- Sie erhalten ausführliche Unterlagen. Damit können Sie das Gelernte jederzeit auffrischen.

Anmeldung

Wenn Sie sich anmelden möchten, melden Sie sich bitte bei uns.
Das Elterntraining kostet 95,- € pro teilnehmende Familie.



Dr. Monika Grummt
Praxis für Kinder- und
Jugendpsychiatrie
Psychotherapie

Praxis Dr. Monika Grummt
Steinweg 4
(Zugang über Gemüsemarkt)
96450 Coburg

Tel.: 09561 238373-0
Fax: 09561 238373-99
info@dr-monika-grummt.de
www.dr-monika-grummt.de

Bildnachweis Fotoa.com; Titel © Robin



ADS-Elterntaining

nach dem
OptiMind®-Konzept



Dr. Monika Grummt
Praxis für Kinder- und
Jugendpsychiatrie
Psychotherapie

Beratung · Diagnose · Therapie

Das ADS-Eltertraining nach dem OptiMind®-Konzept

ADS...

- ist eine der häufigsten Verhaltensauffälligkeiten im Kindes- und Jugendalter
- entsteht durch Veränderungen der Botenstoffe im Gehirn
- führt dazu, dass Informationen aus der Umwelt anders wahrgenommen werden
- hat oft massive Auswirkungen auf das Verhalten, die Gefühle und die Entwicklung von Kindern und Jugendlichen

Eltertraining damit Sie...

- Chancen, Risiken und die unterschiedlichen Facetten des ADS Ihres Kindes kennenlernen
- die individuellen Besonderheiten Ihres Kindes erkennen, ausgleichen und akzeptieren können
- die Persönlichkeitsentwicklung, die Selbstständigkeit und das Selbstbewusstsein Ihres Kindes stärken
- Ihrem Kind dabei helfen können, Anforderungen gut zu bewältigen
- lernen, Probleme konstruktiv zu lösen und nicht an ihnen zu verzweifeln
- Gelassenheit und Zuversicht gewinnen

Baustein 1

- Was ist ADS?
- Wie entsteht ADS?
- Chancen und Risiken
- Was gehört zur Diagnostik?

Baustein 2

- Soll man ADS überhaupt behandeln?
- Wenn ja, wie?
- Welche Therapieziele gibt es?
- Wege aus dem Teufelskreis von Hoffnung und Verzweiflung
- Hilfreiche Prinzipien für die Erziehung



Baustein 3

- Wie kann ich meinem Kind den Alltag in Familie, Schule und Freizeit erleichtern?
- Welche Regeln sind sinnvoll?
- Wie setze ich Regeln durch?
- Wie kann das Verhalten verändert werden?

Baustein 4

- Erziehungsstrategien: Was hilft? Was nicht?
- Wie unterstütze ich mein Kind?
- Ressourcen bei mir und bei anderen mobilisieren
- Schwierigkeiten meines Kindes außerhalb der Familie
- Informationen über Helfernetzwerke in meiner Umgebung



Dr. Monika Grummt
Praxis für Kinder- und
Jugendpsychiatrie
Psychotherapie