



„ADHS-Kinder brauchen starke Eltern“

ADHS - Elterntraining



Gemeinsam mit dem Oberlin e.V. sowie dem Landesprogramm „Stärke“, das die Eltern- und Familienbildung gezielt fördert, bietet die Pädagogisch Therapeutische Einrichtung Ulm ein ADHS-Elterntraining in der Längenfeldschule in Ehingen an.

Das **ADHS-Elterntraining** richtet sich an Familien mit ADHS-Kindern, da sie ganz besonderen Belastungen und Herausforderungen unterliegen. Diese speziellen Probleme lassen sich meist nicht allein mit gutem Willen oder gut gemeinten Ratschlägen bewältigen, sondern die betroffenen Kinder bedürfen zusätzlicher Hilfe. Wir bieten Ihnen fachliche Unterstützung, um in Ihrem schwierigen Erziehungsalltag Veränderungen herbeizuführen und Fortschritte zu erreichen. Das verhaltenstherapeutisch orientierte Trainingsprogramm bezieht dabei Aspekte aus der pädagogischen Psychologie sowie der Pädagogik ein und beruht auf erprobten, therapeutischen Verfahren.

Durchführung

Das Training umfasst acht Sitzungen, in denen zum einen Möglichkeiten zur Verbesserung des Familienklimas und zum anderen zur Verhaltensänderung erarbeitet werden.

Die hohe Anzahl negativer Rückmeldungen führt bei Kindern mit ADHS häufig zu einem niedrigen Selbstwertgefühl und geringer Motivation. Ziel wird es sein, durch Veränderung Ihrer Wahrnehmung und Ihrer Erwartungen an Ihr Kind eine Verbesserung des Familienklimas zu erreichen. Eine positive Beziehung zwischen Ihnen und Ihrem Kind dient uns im zweiten Schritt des Trainings als Grundlage für die Einführung und die Umsetzung von Verhaltensänderungen.

Das Training gliedert sich in acht Sitzungen mit folgenden thematischen Schwerpunkten:

- Störungsbild und Ist-Stand
- Positive Zuwendung - Verbesserung der Familienatmosphäre
- Grundinformationen zur Verhaltenstherapie, Motivation
- Ansatzpunkte für die Veränderung
- Ziele formulieren und verfolgen
- Veränderungsmöglichkeiten bei dem Konsequenzen
- Umgang mit Krisen und Beruhigungszeit
- Energie tanken und sparen.

Kursdauer

Das ADHS-Elterntraining umfasst acht Abende à 120 Minuten.

Die Kurszeit ist immer donnerstags von 19 bis 21 Uhr. Hier die Kurstermine:

- | | |
|-----------------------|----------------|
| - 13.3.25 (P=Präsenz) | - 20.3.(P) |
| - 27.3.(O=online) | - 3.4.(O) |
| - 10.4.(P) | - 8.5.(O) |
| - 15.5.(O) | - 22.5.25 (P). |

Es werden fortlaufend weitere Kurse in Ulm und in Ehingen angeboten.

Gruppengröße

Es werden maximal sechs Elternpaare / Alleinerziehende pro Training aufgenommen.

Kosten

Die Kosten für das Training werden weitgehend über das Landesprogramm „Stärke“ sowie über Eigenmittel der PTE abgedeckt. Für Sie als Eltern fällt lediglich eine Anmeldegebühr in Höhe von 30 Euro an, vorausgesetzt sie wohnen in Ulm, im Alb-Donau-Kreis oder im Landkreis Biberach, Göppingen oder Heidenheim.

Interesse?

Bei weiteren Fragen rufen Sie unter folgender Telefonnummer an:

0731 – 60 26 300