



Forældrekursus

Mit barn med ADHD

- Har dit barn ADHD eller lignende udfordring?
- Efterspørger du mere viden om ADHD?
- Har du lyst til at møde andre forældre med samme udfordringer?

Hvem kan tilmelde sig?

Målgruppen er forældre til børn i 0. til og med 7. klasse.

Det forventes, at begge forældre deltager i alle kursusgange. Er man alene med barnet, anbefales det at man tager et familiemedlem med eller en ven eller kæreste, der er involveret i barnet.

Det er gratis at deltage og kræver ingen særlige forudsætninger.

Hvad indeholder kurset?

Som forælder til et barn med ADHD, kan det være en udfordring, at få en hverdag til at fungere og mange forældre oplever frustration og magtesløshed, når opdragelsen ikke synes at virke.

Formålet med dette kursus er at formidle den nyeste viden om ADHD. Hvad virker - hvorfor - og hvordan kan man selv komme i gang. Deltagernes egne overvejelser og erfaringer vil være centrale i kursusforløbet.

Hver kursusgang er bygget op med et undervisningsmodul, drøftelse og deling af forældrenes egne erfaringer og opsamling med fokus på omsætning i hjemmet.

Der uddeles en mappe med materiale samt vejledning om yderligere læsning.

Kurset afholdes **6 torsdage + en opfølgingsdag 3 måneder** efter afslutning.

Emnerne vil bl.a. være

- ADHD hos dit barn
- Vær positiv, opmærksomhed og anerkendelse,
- Bevar roen - Problemløsning og konflikthåndtering,
- Organisering – Planlægning og visualisering,

Familien med ADHD - søskendekonflikter.
Det kommunale system

Der serveres kaffe og te samt lidt spiseligt.

Der vil på hvert hold deltage omkring 6 forældrepar.

Sådan gør du:

Visitation

Fra familiens rådgiver i specialgruppen eller familiegruppen.

Hvor foregår kurset?

Afholdes på **Bisgårdsvej 12, 9200 Aalborg SV**

Datoer for forældrekursus marts - juni 2019

Torsdag den 21. marts 2019 kl. 12.30 – 16.00

Torsdag den 4. april 2019 kl. 12.30 – 15.00

Torsdag den 25. april 2019 kl. 12.30 – 15.00

Torsdag den 9. maj 2019 kl. 12.30 – 15.00

Torsdag den 23. maj 2019 kl. 12.30 – 15.00

Torsdag den 6. juni 2019 kl. 12.30 – 16.00

Opfølgingsdag i september (dato udmeldes senere)

Der vil være løbende optag til forældrekurset