

Diagnose ADHS – und jetzt?

Familienzentrierter und praxisorientierter Workshop für Eltern



Information (Theorie)

- > ADHS wissenschaftlich erklärt
- > Einflussfaktoren für eine positive Entwicklung mit ADHS
- > Stärken und Potentialentfaltung mit ADHS

Instrumente (Übung)

- > Selbstliebe / Selbstmitgefühl / Resilienz
- > Mit Misserfolgen umgehen lernen, Trostrituale
- > Emotions- / Impulsivitäts- / Stressregulation
- > Kommunikation innerhalb der Familie

Integration (Umsetzung)

- > Anlaufstellen und individuelle Begleitmöglichkeiten
- > Umsetzungsplan mit Teilbegleitung durch Coach

Infos / Anmeldung unter **adhs360.ch**