

Voordat er bij een kind de diagnose ADHD wordt gesteld, is er meestal een lange weg met gesprekken en onderzoeken aan voorafgegaan. Voor ouders kan de diagnose een opluchting zijn. U kunt zich echter ook verdrietig voelen en honderden vragen hebben. Wellicht heeft u behoefte aan erkenning en herkenning van de opvoedingsproblemen en aan informatie over ADHD. En wilt u begeleiding bij de aanpak van uw kind met deze 'handicap'. Voor ouders van een kind met ADHD in de basisschoolleeftijd biedt Emergis de mogelijkheid deel te nemen aan de oudertraining. In deze folder kunt u lezen wat de training precies voor u kan betekenen.

## OUDERS SPEUREN NAAR SPOREN

# ADHD oudertraining

### Voor wie?

De groepstraining is bedoeld voor ouders met een kind met de diagnose ADHD. De training richt zich vooral op het aanleren van vaardigheden in de opvoeding van een hyperactief kind. Er is ook ruimte voor uiteenlopende vragen die betrekking hebben op het gedrag, opvoeding, medicatie, behandelmogelijkheden en school. Bovendien kunt u ervaringen uitwisselen met andere ouders van een zoon of dochter met ADHD.



### Wat is het?

De oudertraining is veelal de eerste vorm van begeleiding aan ouders door de basisteams van Ithaka na de diagnose ADHD. De oudertraining bestaat uit 10 bijeenkomsten van wekelijks 1,5 uur en vinden plaats in Terneuzen, Middelburg en Goes. De training wordt geleid door behandelaars van Ithaka.

De bijeenkomsten verlopen via een vaste opbouw waarbij iedere week een ander thema wordt behandeld. Ouders krijgen vaardigheden aangeleerd en hulpmiddelen uitgereikt om het gedrag van hun kind te beïnvloeden. Ouders kunnen onderling ervaringen uitwisselen en in het zogenaamde 'babbelonderwerp' is er ruimte om onderwerpen te behandelen die door ouders worden aangedragen, zoals schoolkeuze, persoonsgebondenbudget, verjaardagen en feestdagen. Na elke training krijgen de ouders een huiswerkopdracht, die tijdens de volgende bijeenkomst wordt besproken.

### **Wat levert het op?**

Na afloop van de training weten ouders hoe ze hun kind structuur kunnen bieden, gewenst gedrag aan kunnen leren en ongewenst gedrag kunnen verminderen.

### **Aanmelding**

Indien u belangstelling heeft deel te nemen aan deze training, kunt u dit kenbaar maken aan uw casemanager. Heeft uw zoon of dochter ADHD en is de diagnose niet door Ithaka gesteld, dan kunt u zich aanmelden bij het basisteam van Ithaka in uw regio.

### **Kosten**

De training zelf kost de ouders niets. Voor het werkboek 'Ouders speuren naar sporen' vragen wij €12,50. Tijdens de eerste bijeenkomst wordt het werkboek uitgereikt. Daarnaast wordt tijdens de training gebruikgemaakt van het boek 'Zit stil!' van Theo Compennolle. Dit is via de boekhandel of bibliotheek verkrijgbaar (ISBN 90 209 44 541, oude versie ISBN 90 209 18 923).

### **Adressen**

Ithaka kinder- en jeugdpsychiatrie  
Oosterschelderegio  
Oostmolenweg 85  
4481 PM Kloetinge  
telefoon 0113 26 79 10  
telefax 0113 22 81 22

regio Walcheren  
Nieuwepoortstraat 14  
4331 HN Middelburg  
telefoon 0118 68 75 00  
telefax 0118 63 93 59

regio Zeeuws-Vlaanderen  
De Jongestraat 3  
4531 GL Terneuzen  
telefoon 0115 69 62 51  
telefax 0115 69 74 72