



AD(H)S Elternkurs

Konflikte zuhause – Schwierigkeiten in der Schule und mit den Hausaufgaben und ständig geht etwas kaputt. AD(H)S erschwert den ohnehin herausfordernden Alltag von Familien für Eltern und Kinder gleichermaßen und bringt Eltern oft an den Rande ihrer Kräfte.

Im Elternkurs bekommen betroffene Eltern die Möglichkeit, sich untereinander auszutauschen und mehr über die besonderen Bedürfnisse Ihrer Kinder mit AD(H)S zu erfahren. An insgesamt vier Terminen und einem zusätzlichen Nachtreffen werden wir uns den folgenden Themen widmen:

- Informationen und Forschungsbefunde zu AD(H)S
- Behandlungsmöglichkeiten
- AD(H)S-Teufelskreis und Ausstiegsmöglichkeiten
- Stärken von Kindern mit ADHS
- Positiver Beziehungsaufbau
- Selbstfürsorge für Eltern
- Routinen, Regeln & Konsequenzen
- Umgang mit Konflikten
- Schwerpunktthemen wie Hausaufgaben, Medien und Geschwisterkonflikte

Darüber hinaus besteht die Möglichkeit, eigene Fragen und Anliegen einzubringen.

Termine:

- **freitags von 14:30 – 16:30 Uhr** (13.02.26, 20.02.26, 27.02.26, 06.03.26; Nachtreffen: 27.03.26)

Ort:

- Psychologischen Beratungsstelle in Neckargemünd (Marktplatz 10, 69151 Neckargemünd)

Kosten: Für die Elterngruppe wird kein Beitrag erhoben. Die Kosten sind durch das Landesprogramm **STÄRKE** gedeckt.

Kursleitung: Mina Schäfer (Psychologin M.Sc.)

Teilnehmende: Max. 8

Anmeldung via E-Mail unter info@mina-schaefer.de



Finanziert durch das Ministerium für Soziales, Gesundheit und Integration aus Landesmitteln, die der Landtag von Baden-Württemberg