

Raum 211 der
Fachakademie für Heilpädagogik
Gutenbergstraße 20 , 2. Stock
Regensburg-Kumpfmühl
Parken ist im Hof und direkt an der Haus-
wand links zur Einfahrt kostenlos möglich.

Eltern erfahren im **ADHS/ADS-Elterntraining**
etwa ein viertel bzw. halbes Jahr lang
regelmäßige Anleitung und Unterstützung.
Der Austausch mit ebenfalls betroffenen
Eltern macht Mut und gibt Sicherheit im
Umgang mit dem eigenen Kind. Die Haus-
aufgaben für die Eltern sorgen dafür, dass
im Kurs Gelerntes in den Alltag zu Hause
übertragen werden kann.

Eltern werden unterstützt, sich einen dauer-
haft wirkungsvollen und zugleich liebevollen
Erziehungsstil anzueignen, so dass das **Kind**
das erwünschte Verhalten tatsächlich erlernt.
Erwachsene Betroffene können lernen, sich
selbst besser zu organisieren. Im **Familien-
leben** sollen Spaß am Miteinander und ein
entspanntes förderliches Klima für alle
Vorrang gewinnen.

Eltern und pädagogisches Fachpersonal,
wie z.B. **Erzieher/ innen, Lehrer/innen, Ergo-
therapeut/innen, Logopäd/innen** können
auf Anfrage in Vorträgen und Veranstal-
tungen aktuelles ADHS/ADS-Know-How
erwerben und damit wirksamer und zu-
friedener beruflich handeln.



Ursula Wendeberg, geb. Bartl, Jahrgang
1969, ist Pädagogin mit Magister-Abschluss.
Ihr Arbeitsstil ist geprägt von Zusatzaus-
bildungen in TZI, „Superlearning“ und
Systemischer Beratung/ Familientherapie.

Seit 1995 arbeitet sie in verschiedenen
pädagogischen Arbeitsfeldern mit Kindern,
Jugendlichen und Erwachsenen. Als Leiterin
der ADHS-Beratung Regensburg ist sie
täglich in Kontakt mit "wilden Kerlen",
"Traumprinzessinnen", deren Eltern und
Betreuern sowie erwachsenen Betroffenen.

Aus Fortbildungen am KJP (Kinder- und
Jugendpsychiatrischen) Fortbildungsinstitut
in Würzburg bringt Ursula Bartl Spezial-
wissen zum Thema ADHS mit.



Ursula Wendeberg, geb. Bartl, Pädagogin M.A.
Spessartstraße 3
D-93057 Regensburg

Tel: 0941 / 46 10 56 79

Fax: 0941 / 46 27 789

E-mail: ursula@wendeberg.de

www.adhs-beratung-regensburg.de

**Individuelle Beratung
bei Erziehungsfragen, Schulproblemen
oppositionellem Verhalten
und für erwachsene Betroffene**

ADHS/ADS-Elterntraining



Wozu ADHS-Beratung?

Mit einem bewusst förderlichen Erziehungsverhalten können Eltern deutlichen Einfluss auf den Ausprägungsgrad von ADHS/ADS- und oppositionellen Verhaltensweisen nehmen. Denn zum einen benötigt das Kind in vielen alltäglichen Situationen besondere Hilfestellung durch die Eltern. Zum anderen ist durch das schwierige Verhalten des Kindes oft eine negative Eltern-Kind-Beziehung entstanden. Deshalb ist ADHS-Beratung bzw. das spezielle ADHS/ADS-Elternttraining wichtiger Bestandteil der multimodalen ADHS/ADS-Therapie.

Für Familien mit temperamentstarken Vorschulkindern kann es eine hilfreiche Vorbeugungsmaßnahme sein.

Phänomen ADHS

Die Anzahl der Kinder mit ADHS/ADS (Aufmerksamkeitsdefizit-Syndrom, mit und ohne Hyperaktivität) hat sich in den letzten Jahren vervielfacht. Neben den Diagnose-Kriterien Aufmerksamkeitsschwäche, Impulsivität und ggf. Hyperaktivität treten bei ihnen häufig auch oppositionelles Verhalten, verlangsamtes Arbeitstempo, Teilleistungsstörungen oder soziale Schwierigkeiten mit Gleichaltrigen auf.

Im Erwachsenenalter leiden Betroffene häufig unter Konzentrationsmangel, Problemen, den Alltag effektiv zu organisieren, permanenten Überlastungsgefühlen oder Kontaktschwierigkeiten.



ADHS-Elternttraining Kurs B

Fortsetzung
Schwerpunkt Lernstrategien
7 Abende, jeweils 20:00 bis ca. 22:30 Uhr
175 - 195 Euro nach Selbsteinschätzung

Inhalte
Lösungswege für Lernprobleme und Verbesserung der Hausaufgabensituation, Entwicklung wirksamer Lernstrategien und Möglichkeiten, die Aufmerksamkeit zu fördern

ADHS-Elternttraining Kurs A

Schwerpunkt Verhaltensänderung
9 Abende, jeweils 20:00 bis ca. 22:30 Uhr
225 - 245 Euro nach Selbsteinschätzung

Inhalte
Konkrete Möglichkeiten, eine positive Beziehung zum Kind zu fördern

Verhaltenstherapeutische Strategien, um das eigene Erziehungsverhalten zu verbessern (z.B. Beobachtungsverfahren, Erstellen von Veränderungsprogrammen, positive Verstärkung, Veränderung der eigenen Einstellungen und Gedanken etc.)

Lösungswege für alltägliche Probleme (z.B. Hausaufgaben-, Essens-, Zu-Bett-geh-Situation etc.)

Start

Neue Kurse beginnen jeweils im Frühjahr und Herbst. Eine Terminübersicht erhalten Sie telefonisch oder im Internet unter www.adhs-beratung-regensburg.de

Termine für eine **individuelle Beratung** können telefonisch vereinbart werden.

Individuelle Beratung

Gespräche für Einzelpersonen, Paare und Familien sind zu allen o.g. Kursthemen sinnvoll, wenn individuell oder dringend Lösungen gesucht werden

Speziell bei Schulproblemen
„Gespräch zu dritt“ mit Lehrkraft, Eltern, ADHS-Expertin vor Ort in der Schule, um konkrete Strategien gegen störendes Verhalten im Unterricht gemeinsam zu entwickeln

Dauer: i. d. R. 60 Min.
Häufigkeit nach Vereinbarung
40 - 60 Euro nach Selbsteinschätzung

Erwachsenengruppe Kurs C

Training für erwachsene Betroffene
9 Abende, jeweils 20:00 bis ca. 22:30 Uhr
225 - 245 Euro nach Selbsteinschätzung

Inhalte
Alltagsoptimierung, Zeitmanagement, Ressourcen, Selbstinstruktion und Impulskontrolle, Veränderung von konkreten belastenden Situationen (z.B. Beziehungskonflikte, Berufsfindung Minderwertigkeitskomplexe, Terminversäumnisse etc.)