



Cursusaanbod voor jeugd van 6 tot 21 jaar met ADHD ADHD, WAT DOE JE ERMEE?

Kinderen en jongeren met ADHD kunnen vaak niet goed voldoen aan de eisen en verwachtingen die worden gesteld. Zo kunnen ze niet goed stilzitten, letten op school niet goed op en houden anderen van hun werk. Omgaan met anderen kan problemen opleveren. Ze hebben moeite met het overzien van situaties en hebben vaak geen zicht op de gevolgen van hun handelen. Om kinderen en jongeren te leren omgaan met de problemen die voortkomen uit hun ADHD kunnen ze deelnemen aan deze cursus.

VOOR WIE?

De cursussen zijn bedoeld voor kinderen met ADHD in de leeftijd van 6 tot 21 jaar. Voor verschillende leeftijden zijn er verschillende cursussen:

- Voor kinderen van 6 t/m 8 jaar is er een groep waar veel gebruik wordt gemaakt van sport, spel en beweging in het oefenen met het omgaan met ADHD.
- In de leeftijd van 9 t/m 12 jaar (basisschool) is er de cursus 'Joep Loep'. Aan de hand van Joep Loep, een detective, leert uw kind in 10 bijeenkomsten door goed te

kijken en te luisteren te speuren naar de regels die thuis, op school en op andere plekken gelden. Creatieve therapie is een vast onderdeel van deze cursus. Na afloop van de cursus ontvangt uw kind een diploma.

- Voor jongeren van 12 t/m 15 jaar (voortgezet onderwijs) is er een pubercursus. Hierbij wordt gebruik gemaakt van sport, spel en beweging in het leren omgaan met ADHD.
- Voor jongeren van 12 tot 18 jaar is er een Powercoach. De coach leert de jongeren met behulp van gesprekken om te gaan met ADHD. Dit is een individueel traject.

WAT HOUDT DE CURSUSSEN IN?

De trainingen vinden plaats in groepsverband. Met gerichte kijk- en luisteropdrachten maken we de kinderen en jongeren attent op de wereld om hen heen. Ze leren onder andere hoe ze rustiger kunnen worden door ontspanningsoefeningen te doen. Door de kinderen en jongeren te laten vertellen wat ADHD voor hen inhoudt en ze te laten ervaren waar ze zelf en waar anderen last van hebben, vergroten ze hun inzicht in en kennis van ADHD. Met het oefenen van de stappen 'stop-denk-kies-doe-keur' bevorderen we gewenst gedrag. In rollenspellen spelen de kinderen en jongeren dagelijkse gebeurtenissen na. Zo leren ze op verschillende manieren naar een gebeurtenis te kijken.

WAT ZIJN DE LEERDOELEN?

Kinderen en jongeren leren tijdens de cursus om:

- rustiger en handiger te reageren
- problemen op te lossen
- beter hun eigen handelen en de gevolgen daarvan te overzien
- zich beter te kunnen ontspannen
- beter samen te werken met leeftijdsgenoten
- beter te plannen en organiseren
- meer zelfvertrouwen te krijgen

ONLINE MOGELIJKHEDEN

Naast gesprekken op locaties is het ook mogelijk om online met de behandeling aan de slag te gaan, zoals bijvoorbeeld de oudercursus. Meer informatie kunt u bij uw behandelaar opvragen. Meer informatie kunt u bij uw behandelaar opvragen. Het platform wat we hiervoor gebruiken is jouwomgeving.nl. Dan kunt u vanuit thuis de cursus doen in combinatie met enkele gesprekken op onze locatie.

WAT VERWACHTEN WE VAN OUDERS?

Indien uw kind de 'Joep Loep' of pubercursus gaat volgen, adviseren wij u nadrukkelijk voorafgaand aan de cursus van uw kind eerst zelf de oudercursus ADHD "Ouders speuren naar sporen" te volgen. U kunt uw kind dan beter begeleiden tijdens zijn/haar cursus, doordat u weet wat hen te wachten staat. Wanneer uw kind de cursus vervolgens gaat volgen, worden ouders bij de training betrokken door de mogelijkheid om bij twee tot drie ouderbijeenkomsten aanwezig te zijn.

HOE VAAK EN WAAR?

De cursussen bestaan uit tien tot vijftien bijeenkomsten van twee uur. De groepsbijeenkomsten op locatie vinden plaats in Dordrecht en Gorinchem op een van de volgende locaties van Yulius:

Locatie de Kreek

Overkampweg 135
3318 AR Dordrecht

Locatie Gorinchem

Touwbaan 1
4205 AB Gorinchem

AANMELDING

U kunt uw kind via de behandelaar aanmelden.

KENNISMAKING

Voor de cursus start, vindt een kort kennismakingsgesprek plaats.

KOSTEN

Voor deelname aan de groep worden geen kosten in rekening gebracht. Wel dient u het werkboek aan te schaffen.

YULIUS

Deze ADHD-cursussen zijn onderdeel van het aanbod van Yulius Kinder- en Jeugdpsychiatrie. Yulius biedt geestelijke gezondheidszorg, speciaal onderwijs en arbeidstoeleiding aan jong en oud, ongeacht de levensfase. We bieden niet alleen behandeling, begeleiding en speciaal onderwijs, maar ook professionele hulp bij wonen en werken.

INFORMATIE EN AANMELDEN

Yulius is bereikbaar op telefoonnummer
088 40 50 600.

Om je aan te melden kun je het nummer van de afdeling Aanmelding & Informatie bellen:
088 4051111 (ma t/m vr 9.00u-17.00u).

Dit is een uitgave van Yulius
© 06-02-2020



Samen het verschil.
Luisteren. Doen. Ontplooien