

# Einladung zum ADHS-Elterntraining in Lichtenberg

Liebe Eltern,

ich möchte Sie herzlich zum **ADHS-Elterntraining** einladen, das darauf ausgerichtet ist, Sie im Umgang mit den Herausforderungen von ADHS zu unterstützen. In diesem Kurs haben Sie die Möglichkeit, sich mit anderen Eltern auszutauschen und Informationen sowie praxisnahe Strategien zu erhalten, um die Beziehung zu Ihrem Kind zu stärken und den Alltag zu erleichtern.

## Module des Trainings:

1. **Was ist ADHS?** – Informationen zu Symptomen, Therapie und Ursachen
2. **ADHS und Erziehung** – Wie können Sie Ihr Kind unterstützen?
3. **Dem Problem auf der Spur** – Konflikte erkennen und Lösungen finden
4. **Eltern-Kind-Beziehung stärken** – Positive Bindung und gemeinsame Zeit
5. **Kommunikation** – Wirksame Gespräche und klarer Austausch
6. **Das bekommen wir geregelt** – Struktur und Planung im Alltag
7. **Feedback & Bestärkung** – Die Bedeutung von positiver Rückmeldung
8. **Umgang mit herausfordernden Situationen** – Strategien für schwierige Situationen
9. **Stress lass nach** – Stressbewältigung und Kraftquellen für Eltern
10. **Probleme im Alltag und Abschluss** – Lösungen für häufige Herausforderungen

Ich freue mich Sie im Elternkurs zu begrüßen.

## Wann (Kurs Lichtenberg):

Module:	1+2	3+4	5+6	7+8	9+10
Datum:	23.05.	06.06.	13.06.	20.06.	27.06.
Uhrzeit:	10-13	10-13	10-13	10-13	10-13

**Wo:** Praxis für Ergotherapie, Susann Fahsig, Ruschestr. 103, 10365 Berlin

**Gruppengröße:** bis 10 Personen

**Anmeldung:** [info@gestalt-praxis-berlin.de](mailto:info@gestalt-praxis-berlin.de)

**Infos:** 0174 – 573 27 49

**Kosten:** 300 Euro/ Person

**Trainer:** Arne Fahsig (Gestalttherapeut, Sozialarbeiter, Heilpraktiker für Psychotherapie)

