

Information zum ADHS-Elterntaining

Ablauf, Varianten, Kosten

Variante 1: Elterntaining 1:1 (vor Ort in meiner Praxis oder online via Zoom)

Terminvereinbarung:	Per Mail
Dauer:	1 – 1,5 h pro Sitzung
Kosten:	95 Euro/Stunde inkl. 19% MwSt.
Häufigkeit:	Kein festes Stundenkontingent, individuell nach Bedarf der Familie, Planung flexibel von Termin zu Termin
Ablauf:	Orientierendes Erstgespräch mit ausführlicher Anamnese und Problemexploration; konkrete Empfehlung sinnvoller Schritte und Maßnahmen für zügige Entlastung. Lösungsorientiertes Vorgehen mit sofortiger Hilfe ab dem 1. Gespräch
Mögliche Inhalte:	Sorgfältige Psychoedukation/Wissensvermittlung über ADHS, Orientierungshilfe bei unklaren Sachverhalten oder Unsicherheit bezüglich der Diagnose, Symptomatik und einer eventuellen Medikation, Vermittlung von alltagsnahen Strategien für zeitnahe und nachhaltige Entlastung & mehr Harmonie bei Problemverhalten jeglicher Art; bei Bedarf gleichzeitiges Training von Eltern mit eigener ADHS, ggf. Einzelgespräche mit Jugendlichen, uvm.
Enthaltene Leistungen:	Während der gemeinsamen Zeit stehe ich zudem auch zwischen den Sitzungen per eMail und Whatsapp für Zwischenfragen ohne weitere Kosten zur Verfügung (keine Beratung per Instagram-DM!)

**** Bitte Folgeseite beachten! ****

Variante 2: Themen-Elternabende

Buchung:	Im Webshop unter www.adhs-gnbg.de/shop
Kosten:	Je nach Thema (siehe Webshop)
Ablauf:	Live-Themenabende zu festen Terminen (siehe Shop) mit professionellem, ansprechendem Themenvortrag und anschließender Frage- und Austauschrunde unter den anwesenden Eltern und mir, Gelegenheit zur ausführlichen Klärung offener Fragen (soweit in diesem offenen Setting machbar). Auch anonyme Teilnahme ist möglich
Dauer:	20.00 bis ca. 22.30 Uhr (je nach Frageaufkommen auch früheres oder späteres Ende möglich)

Variante 3: Themen-Videos

Buchung/Kauf:	Im Webshop unter www.adhs-gnbg.de/shop
Kosten:	Je nach Thema (siehe Webshop)
Ablauf:	Professionelles Themenvideo mit ansprechendem Vortrag, identisch zu den Live-Elternabenden, jedoch ohne anschließende Live-Fragemöglichkeit (jedoch besteht die Möglichkeit, offen gebliebene Fragen im Anschluss per Mail zu stellen, die ich – soweit seriös möglich - beantworte)
Dauer:	Je nach Thema etwa 1-2 Stunden; Video 1 Jahr ab Kauf als Stream auf meiner Website verfügbar

Bei weiteren Fragen sende mir einfach eine Mail!