

# Beratung, Training und Coaching bei ADHS im Erwachsenenalter

## ANLEITUNG ZUM SELBSTMANAGEMENT

Bei bis zu 60% der betroffenen Kinder setzt sich eine ADHS-Störung bis in das Erwachsenenalter fort. Auf Deutschland bezogen, heißt das, dass es ca. 750.000 Erwachsene mit ADHS gibt. Viele dieser Betroffenen leiden unter Konzentrationsproblemen, Schwierigkeiten bei der Organisation des Alltags, Stimmungsschwankungen und impulsivem Verhalten, innerer Unruhe sowie Schwierigkeiten, sich zu entspannen. In diesem Kurs wird zunächst ein Überblick über Standards und aktuelle Entwicklungen in der Diagnostik und Therapie der ADHS im Erwachsenenalter gegeben. Der Schwerpunkt liegt dann auf einer praxisbezogenen Vermittlung von Strategien und Methoden zur Durchführung eines umfassenden ADHS-spezifischen Trainings mit dem Ziel: „Selbstmanagement bei ADHS“, gemäß des Leitsatzes: „Kontrolle ist, wenn ich mit ADHS machen kann, was ich will.“ Des Weiteren werden Zugangswege, Methoden und Besonderheiten für ein ADHS-spezifisches Coaching aufgezeigt.

### Inhalte

- Medizinisches und psychologisches Hintergrundwissen:
  - Ursachen und Krankheitshintergründe sowie Symptomatik
  - Grundlagen der Diagnostik
  - Überblick über psychologische und pharmakologische Therapien
  - rechtliche Grundlagen der Behandlung
- Strategien, Methoden und Materialien für ein ADHS-spezifisches Training:
  - Selbstorganisation / Zeitmanagement

- Gefühlsregulation und Impulskontrolle
  - Chaos und Ordnung
  - Stressmanagement und Entspannung
  - Kontrolle der Aufmerksamkeit und Konzentrationsfähigkeit
  - Soziale Beziehungen
  - Umsetzung des ADHS-Trainings im Einzel- und im Gruppensetting
  - Strategien, Methoden und Materialien für ein ADHS-spezifisches Coaching:
    - Phasenmodell eines ADHS-spezifischen Coachings
    - Erstgespräch
    - Kriterien für die Auswahl eines geeigneten Veränderungsprojektes
    - Problem- und Zielanalyse
    - Generierung von Lösungen
    - Stabilisierung und Generalisierung der vollzogenen Veränderungen
    - Selbstverständnis als ADHS-Coach
  - Fallstricke und Besonderheiten im Umgang mit ADHS-Betroffenen:
    - Beziehungsgestaltung und Interaktionsverhalten
    - Stör- und Problem-Management
    - Abbau von Demoralisierung und Resignation
    - Ressourcenbestimmung und -aktivierung, (Selbst-) Motivation
  - Fallbesprechung und Supervision
- Nutzen:** Dieser Kurs vermittelt die notwendigen Kenntnisse, um ein praxisbezogenes Training und spezifisches Coaching für Betroffene mit ADHS im Jugend- und Erwachsenenalter durchzuführen.

**Zielgruppe: Fachkräfte aus dem psychosozialen oder therapeutischen Bereich (Psychologie, Pädagogik, Sozialpädagogik, Erziehung, Bildung, Ergotherapie, Heilpädagogik u.a.)**

**27. – 29. November 2020**

Ort (Seminar-Nr.): **Heidelberg** (8032.76)

Kursleitung: Roberto D'Amelio  
Christina Stegemann

☒ [kunde.gk-quest.de/8032.76](http://kunde.gk-quest.de/8032.76)

Im Seminarpreis enthalten sind Manuale zum Training mit dem Ziel Selbstmanagement bei ADHS und zum Coaching. Dabei handelt es sich um:

- „Psychoedukation und Coaching ADHS im Erwachsenenalter – Manual zur Leitung von Patient\*innen- und Angehörigengruppen“ von D'Amelio R., Retz W., Philipsen A., Rösler M. (Hrsg.) 2008.
- „ADHS im Erwachsenenalter: Strategien und Hilfen für die Alltagsbewältigung“ von D'Amelio R., Retz W., Philipsen A., Rösler M. (2016).

Kursgebühr: 565 € inkl. MwSt.

Seminarzeiten: Fr. von 14:00 – 19:00 Uhr  
Sa. von 09:00 – 17:15 Uhr  
So. von 09:00 – 15:00 Uhr

*Auch als INHOUSE-Veranstaltung möglich.*

[www.gk-quest.de](http://www.gk-quest.de)

## Sexualität – kein einfaches Thema

### ÜBER DEN UMGANG DES ASPEKTES DER SEXUALITÄT VON KLIENT\*INNEN

„Sex gehört zum Leben“, sagt der Volksmund. Doch im Beratungs- und Betreuungsprozess wird dieser wichtige Lebensaspekt oft ausgespart. Eigene Unsicherheiten auch hinsichtlich der Frage, wie man mit Aspekten der Sexualität umgehen, bzw. diese thematisieren soll, spielen dabei eine wichtige Rolle.

**Ziel des Seminars:** Die Teilnehmer\*innen erlangen Sicherheit und Souveränität im Umgang mit sexualitätsbesetzten Themen.

### Inhalte:

- Grenzen im Umgang mit Fragen der Sexualität

- Umgang mit der Intimsphäre des/der Klient\*in
- Wie spreche ich mit einem/einer Klient\*in bzw. Bewohner\*in, wenn es um seine/ihre Sexualität geht?
- Wie kann ich im Arbeitsteam fördern, dass sexuelle Themen entspannt und in einem sicheren Rahmen behandelt werden?
- Medikamente und deren Einfluss auf die Sexualität des Menschen
- Ursachen und Behandlung von Pornographie und Sexsucht

**Zielgruppe: Mitarbeiter\*innen aus Beratung, Therapie, Pflege und Pädagogik**

**09. – 10. Juni 2020**

Ort (Seminar-Nr.): **Heidelberg** (8032.74)

Kursleitung: Klemens Hundelshausen  
☒ [kunde.gk-quest.de/8032.74](http://kunde.gk-quest.de/8032.74)

Kursgebühr: 345 € inkl. MwSt.

*Auch als INHOUSE-Veranstaltung möglich.*

## Teilnahmebedingungen

### Anmeldung

Bitte melden Sie sich mit dem Anmeldeformular an, oder nutzen Sie die Online-Anmeldung unserer Internetseiten ([www.gk-quest.de/seminare](http://www.gk-quest.de/seminare)). Unmittelbar nach der Anmeldung erhalten Sie eine (automatische) Reservierungsbestätigung.

Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs bearbeitet. Ist Ihr gewünschter Kurs bereits belegt, erhalten Sie umgehend Nachricht.

Die Rechnung sowie die Wegbeschreibung zum Veranstaltungsort werden erst verschickt, wenn die Mindestzahl an Teilnehmenden für das jeweilige Seminar erreicht ist. Die Entscheidung über eine Durchführung oder Absage erfolgt spätestens drei Wochen vor Seminarbeginn.

Die Rechnung bezahlen Sie bitte spätestens eine Woche vor Seminarbeginn.

### Bonusprogramme

#### Arbeitgeberbonus

Werden von einem/einer Arbeitgeber\*in gleichzeitig mehrere Teilnehmer\*innen angemeldet, so verringern sich die Gebühren um 5%; bei gleichzeitiger Anmeldung von mehr als vier Teilnehmer\*innen um 10%.

#### Teilnehmer\*innenbonus

Teilnehmer\*innen, die sich für zwei oder mehrere Seminare gleichzeitig anmelden, erhalten 5 % Ermäßigung. Mitglieder des Expert\*innen-Netzwerks der GK Quest Akademie erhalten eine Ermäßigung von 5% auf alle Seminare. Student\*innen und Auszubildende erhalten eine Ermäßigung von 20%. Zum Nachweis legen Sie der Anmeldung bitte eine Kopie Ihrer Studienbescheinigung bei.

### Anfahrt und Hotel

Für alle Seminarorte finden Sie im Internet Hinweise zur Anfahrt sowie Hotel-Empfehlungen unter:

[www.gk-quest.de/Seminare/Organisatorisches/Seminarorte](http://www.gk-quest.de/Seminare/Organisatorisches/Seminarorte)

### Bildungsgutscheine

Wir nehmen Bildungsgutscheine (NRW) und Prämiegutscheine von unseren Seminarteilnehmer\*innen an.

### Fortbildungspunkte

Bitte teilen Sie uns mit Ihrer Seminaranmeldung Ihren Wunsch nach Fortbildungspunkten mit. Die Beantragung im Rahmen unserer Seminare ist derzeit nur in Baden-Württemberg und Bayern bei den Landespsychotherapeutenkammern (LPK bzw. PTK) möglich. Ebenfalls können wir bei der Psychotherapeutenkammer in Österreich (OAP) Fortbildungspunkte für Sie beantragen.

### Unterkunft und Verpflegung

Sofern nichts anderes vermerkt ist, sind in der Kursgebühr nur Pausengetränke und -snacks enthalten. Bitte buchen Sie Ihre Unterkunft selbst, und sorgen Sie für Ihre eigene Verpflegung.

### Haftung

Sollte eine Veranstaltung aus wichtigem Grund (z.B. Krankheit des/der Dozent\*in) abgesagt werden müssen, wird ein neuer Termin angesetzt. Sollte der neue Termin nicht zusagen, wird die gezahlte Teilnahmegebühr erstattet. Weitergehende Ansprüche sind ausgeschlossen.

Vertretbare Abweichungen vom angekündigten Programm bleiben vorbehalten. Als vertretbare Abweichung gilt auch ein Wechsel des/der Dozent\*in. Anspruch auf Schadensersatz im Zusammenhang mit der Teilnahme an der Weiterbildung besteht für den/die Veranstalter\*in nur bei Vorsatz und grober Fahrlässigkeit. Dies gilt auch für Erfüllungs- und Verrichtungsgehilfen.

### Seminarzeiten

Sofern nichts anderes vermerkt ist, sind die Seminarzeiten:

- eintägiges Seminar: 09.30 – 17.00 Uhr
- zweitägiges Seminar: 1. Tag: 11.00 – 17.30 Uhr  
2. Tag: 09.00 – 16.30 Uhr
- dreitägiges Seminar: 1. Tag: 11.00 – 17.30 Uhr  
2. Tag: 09.00 – 17.00 Uhr  
3. Tag: 09.00 – 16.00 Uhr

### Buchungsoptionen

Kann ein gebuchter Abschnitt einer Seminarreihe /Ausbildung von Ihnen nicht besucht werden, so kann der entsprechende Abschnitt in einer anderen Ausbildungsgruppe ohne Mehrkosten besucht werden. Dies ist auf der Anmeldung zu vermerken. Bei einem nachträglichen Wechsel wird eine Gebühr von 30,00 € für zusätzlichen Verwaltungsaufwand in Rechnung gestellt.

### Stornierungsbedingungen

Bitte reichen Sie Ihre Abmeldung schriftlich bei der GK Quest Akademie ein. Bei Rücktritt bis 3 Wochen vor Beginn des Seminars erheben wir eine Bearbeitungsgebühr in Höhe von 30,00 €. Bei späterer Abmeldung ist die volle Kursgebühr fällig, sofern kein\*e Ersatzteilnehmer\*in gestellt werden kann, bzw. kein\*e Teilnehmer\*in von der Warteliste nachrückt. Die gezahlte Kursgebühr, abzüglich einer Bearbeitungsgebühr von 30,00 €, wird jedoch bei einer späteren Buchung angerechnet.

### Zusätzliche Dienstleistungen

Für zusätzliche Dienstleistungen (z.B. Ausfertigung von zusätzlichen Teilnahmebestätigungen, Zweitrechnungen) wird eine Gebühr von 10,00 € für Mitarbeiter\*inneneinsatz und Aufwand erhoben.

### Kritik und Anregungen

Über Hinweise oder Anregungen freuen wir uns. Bitte nutzen Sie unsere Seminarevaluation, oder richten Sie ihre Anregungen direkt per Post, E-Mail oder telefonisch an uns.

Heidelberg, 16. Oktober 2019

# Anmeldung

**Haben Sie Fragen?**  
**Tel.: +49 6221 739 2030**

GK Quest Akademie  
– Seminare –  
Maaßstr. 28  
  
D-69123 Heidelberg

## Sparen Sie mit dem Frühbucherrabatt

Für Seminaranmeldungen bis zum 29. Februar 2020 erhalten Sie einen **Frühbucherrabatt**. Der Rabatt beträgt 50 € für jedes Seminar. Die anderen Rabatte bleiben zusätzlich bestehen.

## 10 € Rabatt bei Online-Anmeldung!

Online-Anmeldung unter: [www.gk-quest.de/seminare](http://www.gk-quest.de/seminare)  
☑ Geben Sie [kunde.gk-quest.de/](http://kunde.gk-quest.de/) und die jeweilige Seminarnummer in die Adresszeile Ihres Browsers ein, und finden Sie weitere Informationen inkl. Anmeldeoption zu Ihrem Seminar.

Das ausgefüllte Formular bitte in einen Briefumschlag stecken oder per **Fax: +49 6221 739 2039**

### Seminaranmeldung für:

Seminar-Nr. .... Beginn .....

Seminartitel .....

Seminar-Nr. .... Beginn .....

Seminartitel .....

Ich möchte Fortbildungspunkte erwerben (derzeit nur für die Seminarorte **Heidelberg, München und Wien** möglich)

Wenn einer oder mehrere der folgenden Ermäßigungsgründe zutreffen, so verringert sich die Kursgebühr um 5% (bitte Zutreffendes ankreuzen).

Anmeldung von zwei oder mehr Teilnehmer\*innen (Arbeitgeberbonus)  
Name(n) der Teilnehmer\*innen, die sich gleichzeitig angemeldet haben:

.....

.....

Gleichzeitige Anmeldung von Teilnehmenden für zwei oder mehr Seminare (Teilnehmer\*innenbonus)

Mitglied im Expert\*innen-Netzwerk der GK Quest Akademie

Die Teilnahmebedingungen (s. Rückseite) und Datenschutzerklärung (☑ [www.gk-quest.de/Datenschutz](http://www.gk-quest.de/Datenschutz)) habe ich zur Kenntnis genommen und erkenne sie für mich und die von mir angemeldeten Personen ausdrücklich an.

.....  
Ort, Datum

.....  
Unterschrift

### Meine Daten

.....  
Vorname

.....  
Name

.....  
Anschrift:  privat  dienstlich

.....  
Einrichtung

.....  
Straße, Nr.

.....  
PLZ, Ort

.....  
Telefon

.....  
Fax

.....  
E-Mail

.....  
Beruf

.....  
Arbeitsfeld