



**Invalidiliiton Järvenpään
Koulutuskeskus**



BARNAVÅRDSFÖRENINGEN I FINLAND r.f.
Suomen Lastenhoitoyhdistys
ADHD-center • ADHD-keskus

Henkilökohtainen ADHD-ohjaus / coaching

Henkilökohtainen ADHD-ohjaus eli coaching on ADHD-henkilöille tarkoitettu ohjaus- ja tukimenetelmä, joka täydentää muita yhteiskunnan tarjoamia palveluita henkilöille joilla on ADHD. ADHD (Attention Deficit Hyperactivity Disorder) on tarkkaavuus – ylivilkkaushäiriö, joka johtuu aivojen neurobio-logisesta poikkeavuudesta. ADHD:stä johtuvat oireet ilmenevät joko tarkkaa-vuudenhäiriönä ja/tai ylivilkkautena sekä impulsiivisuutena. Myös ADHD:n liitännäisoireet vaihtelevat ja voivat olla vaikeampia kuin itse ADHD.

ADHD-coaching on tavoitteellista ja suunnitelmallista toimintaa, joka perustuu ohjattavan tuen tarpeisiin. Ohjauksen ratkaisu- ja voimavarakeskeisyys edistää myönteisellä tavalla ohjattavan käsitystä itsestään sekä omista kyvyistä selviytyä. Ohjaussopimus ja toimintasuunnitelma jäsentävät toimintaa ja edistävät tavoitteisiin pääsemistä. Priorisoitujen, selkeiden ja konkreettisten tavoitteiden saavuttamista tuetaan ohjauksella, harjoittelulla, yhdessä tekemisellä, uusien toimintamallien opettelulla sekä seurannalla ja arvioinnilla. Keskeisiä asioita ohjauksessa ovat elämänhallinnan ja arjen sujumisen tukeminen, omien vahvuuksien ja voimavarojen hyödyntäminen eri elämänalueilla, uusien käyttäytymismallien löytäminen ristiriitatilanteisiin sekä eheän minäkuvan rakentaminen. Ohjaaja toimii sekä ohjattavan että hänen lähiympäristönsä tukijana ja valmentajana.

ADHD-ohjaajalla/coachilla on vahva koulutus pohja sosiaali-, terveys- tai kasvatusalan ammattilaisena (vähintään opisto/ammattikorkeakoulututkinto). ADHD –ohjaaja/coach koulutuksen laajuus on kuusi opintoviikkoa, joka sisältää asiantuntijaluentoja, kirjallisuuteen tutustumista, coach-harjoittelua sekä erilaisia ADHD:hen ja ohjaukseen liittyviä tehtäviä. ADHD asiantuntijuuden lisäksi ADHD -coach hallitsee monipuoliset ohjausmenetelmät eri ikäisten henkilöiden ja perheiden kanssa toimimiseen sekä vankan ammattieettisen näkökulman työhönsä.

Lisätietoja

Invalidiliiton Järvenpään koulutuskeskuksen yhteistyössä ADHD-keskuksen kanssa järjestämästä

Henkilökohtainen ADHD-ohjaaja / coach-koulutuksesta HeCo™

Anne Mårtensson
erityisopetuksen asiantuntija
Invalidiliiton Järvenpään koulutuskeskus
anne.martensson@ijkk.fi
puh. (09) 2920 1358

Diana Cavonius
johtaja
ADHD-keskus
diana.cavonius@adhd-center.com
puh. (09) 3294 5520