

PUST

Personlig Udvikling og Social Træning

Målgruppe

Et PUST-uddannelsesforløb henvender sig til skoler og kommuner, der ønsker at etablere mestringsgrupper for børn i 4.-6. klasse, der har ADHD/ADD eller er på vej mod en udredning. Jeres egne lærere eller pædagoger uddannes til PUST-gruppeledere og kan efterfølgende varetage PUST-forløbene.

Formål

Formålet med PUST-forløbet er at hjælpe børn med ADHD/ADD til at forstå sig selv bedre, få flere handlemuligheder, få styrket deres selvværd og deres mod på at gå i skole. At give børnene mulighed for at møde forståelse fra voksne og jævnaldrende, der kender deres udfordringer og deltage i et fællesskab, hvor de får mulighed for at knytte venskaber.

Et PUST-uddannelsesforløb består af:

- 3 timers uddannelse for 6 medarbejdere (undervisning i ADHD/ADD og PUST-forløbet)
- 6 PUST-manualer
- 2 USB-stik med alt materiale
- PUST-materialekasse
- 2 x 30 min. online sparring med ADHD-foreningens konsulent

Hvordan foregår et PUST-forløb?

Et PUST-forløb består af 12 mødegange, hvor ca. 6 børn mødes på skolen én gang om ugen med 2 af jeres uddannede PUST-gruppeledere i 1½ time. Møderne i gruppen foregår efter et fast program, som indeholder dagens emne, kreative opgaver, leg og bevægelse. Dagens emne kan fx være: ADHD, venner, skolen, uro indeni, mit selvværd og færre konflikter.

"PUST har klart betydet noget for eleverne - at opdage, at de ikke er de eneste med udfordringer. Vi ser, at det har betydning for deres relationer, nogle af dem er også begyndt at være sammen i frikvarterne. Især for én dreng i gruppen har det betydet, at der er åbnet op for nye venskaber."

- Lærer og PUST-gruppeleder

Udsagn fra deltagende børn og unge:

”Jeg har elsket PUST”

”Her kan du møde andre og vide, at de har det præcist lige som dig...”

”Du lærer en vildt masse ting, og så får du tips og tricks til, hvordan man kan håndtere hverdagen fx i skolen, i weekenden og bare generelt...”

”Jeg vil i hvert fald anbefale PUST til andre med ADD eller ADHD. Det er nok noget af det, som jeg har været gladest for i skolen...”

Pris og tilmelding

Prisen for et PUST-uddannelsesforløb inklusiv materialer og efterfølgende sparring med konsulent fra ADHD-foreningen er 14.525 kr.

Ønsker I at booke et PUST-uddannelsesforløb, så kontakt Kommunikationskonsulent Tanja Kaas Thomsen på tkt@adhd.dk eller 53 72 99 05.