

PUST

Personlig Udvikling Social Træning



Målgruppe

PUST er et praksisnært uddannelsesforløb for skoler og kommuner, der ønsker at etablere mestringsgrupper for elever i 4.-6. klasse med ADHD og/eller lignende opmærksomhedsudfordringer.

Gennem forløbet uddannes skolens egne lærere og pædagoger til PUST-gruppeledere. Det gør det muligt at forankre indsatsen lokalt og gennemføre forløbet med kendte voksne fra elevernes hverdag. Efter endt uddannelse er deltagerne klædt på til selvstændigt at planlægge og afvikle PUST-forløb på skolen eller i kommunalt regi.

PUST bidrager til en fagligt funderet indsats, der styrker elevernes mestring, trivsel og deltagelse i skolehverdagen.

Formål

PUST-forløbet har til formål at støtte elever med ADHD i:

- At forstå sig selv og deres unikke udfordringer bedre
- At udvikle flere handlemuligheder i skolehverdagen
- At styrke selvværd og skolemod

Forløbet giver eleverne mulighed for at møde forståelse fra både voksne og jævnaldrende, der kender deres udfordringer, og deltage i et trygt fællesskab, hvor de kan knytte venskaber og opleve social støtte. PUST skaber et positiv, inkluderende læringsmiljø, hvor elevernes trivsel, mestring og sociale relationer er i fokus.

"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

PUST

Personlig Udvikling Social Træning



PUST Uddannelsesforløb for fagpersoner

Vores PUST-uddannelsesforløb er designet til at kvalificere fagpersoner til at blive PUST-gruppeledere og gennemføre forløb for elever med ADHD.

Forløbet består af:

- 3 timers undervisning for 6–10 medarbejdere, med fokus på ADHD og PUST-forløbets metode
- 8 PUST-manualer med detaljerede guides til mødegange
- 2 USB-stik med alt nødvendigt materiale
- PUST-materialekasse med fysiske redskaber til aktiviteter
- 2 x 30 minutters onlinesparring med en erfaren ADHD-konsulent for at understøtte implementering

Forløbet giver jeres team de nødvendige kompetencer, materialer og støtte til at gennemføre PUST-forløb lokalt, skabe struktur og tryghed for eleverne og sikre en fagligt funderet indsats.

Sådan foregår et PUST-forløb for eleverne

Et PUST-forløb består af 12 mødegange, hvor 6–10 elever mødes på skolen én gang om ugen i 1,5 time med to af skolens uddannede PUST-gruppeledere.

Hvert møde følger et fastlagt program, der kombinerer:

- Dagens emne – fx ADHD, venskaber, skole, uro inden i, selvværd eller fælles konflikter
- Kreative opgaver, leg og bevægelse – aktiviteter der styrker læring, trivsel og samarbejde

Forløbet skaber et trygt og struktureret rum, hvor eleverne kan udvikle sociale færdigheder, styrke selvværdet og finde nye handlemuligheder, samtidig med at de oplever fællesskab med jævnaldrende, der forstår deres udfordringer.

For at sikre succes med implementeringen af PUST-grupper på skoler og i kommuner har det stor betydning at der frigives ressourcer på skolerne til gennemførelse af PUST- gruppeforløb for eleverne.

Ønsker I at booke eller høre mere om et PUST-uddannelsesforløb, så kontakt Kommunikationskonsulent Sebastian Java på sej@adhd.dk eller 53 72 99 05.