

Kærlighed i Kaos

ADHD-foreningens frivilligbaserede forældretræningsprogram



ADHD
ADHD-foreningen

Projektleder Anna Furbo Rewitz

Med støtte fra

TrygFonden

Oversigt

- Hvad er KiK?
- Hvad ser vi hos familier med ADHD og hvad er formålet med KiK?
- Hvordan ser programmet ud og hvad giver det familierne?
- Hvordan forløb kurserne i effektmålingen?

Ca. 150 sparringssamtaler, 24 observationsbesøg i 2014



Hvad er Kærlighed i Kaos (KiK)?

Forældretræningsprogram for forældre til børn med ADHD eller ADHD-lignende adfærd på 3-9 år

Manual til forældretræning + USB

5-7 forældrepar eller enlig med makker

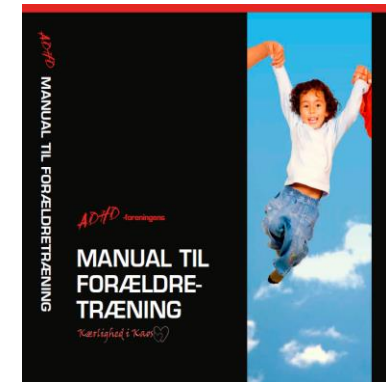
En hverdagsaften om ugen i 12 uger

2 frivillige fagfolk som forældretrænere

2 frivillige hjælpere (KiK-piloter)

2010-12: Pilotafprøvning i 3 byer (42 forældre)

2013-15: Effektmåling i 12 byer i to runder (322 forældre)



Støttet af TrykFonden

ADHD



ADHD

Hvad ser vi hos familier med ADHD?

Der er mange familier der har brug for hjælp

- Familierne er konfliktfyldte og stressede
- Familierne er dobbelt belastede af flere diagnoser og sociale udfordringer
- Nederlagsprægede, triste, vanskelige børn
- Frustrerede, usikre, uenige forældre

Børn og forældre knokler og gør deres bedste

ADHD

Hvad ser vi hos familier med ADHD?

Den begrænsede viden og accept af ADHD i samfundet er en stor udfordring

ADHD-vanskelighederne:

- er usynlige og kan ikke måles
 - er almene og svingende
 - opleves af andre som generende
 - forveksles med dårlig opførsel/opdragelse
 - skaber konflikter omkring barnet
 - er med overalt
-
- Vi kan gøre forældrene afklarede på at forstå og håndtere ADHD og dermed ændre på deres selvtillid
 - Vi vil mindske eksisterende vanskeligheder og forebygge fremtidige

ADHD

Programmets indhold

- Børnefaglige eksperter, fx Ross Greene
- ADHD eksperter som Russell Barkley, Dorte Damm og Per Hove Thomsen
- ADHD-foreningens viden og erfaringer om hvad der er brug for og hvad der virker
- Konsulenter fra specialskolen Firkløverskolen
- Amerikansk forældrerådgiveruddannelse
- Ideer og tiltag samlet op i USA

ADHD

Programmets indhold

Viden om ADHD-symptomer og adfærd hos børn

Positiv kommunikation

Struktur og forudsigelighed m.m.

Oplæg

Øvelser

Erfaringsudveksling

Hjemmeopgaver

Konkrete redskaber:

Spejling

Afledning

Rutiner

Visualisering

Logiske konsekvenser

Familiemøder

Husregler

Pauser

Belønningssystemer

Små voksenopgaver

Etc.

ADHD

Programmets indhold

Emnerne

1. Introduktion til forløbet og ADHD
2. Barnet med ADHD
3. Familien
4. Opmærksomhed og anerkendelse
5. Ingen opmærksomhed til det negative
6. Konflikter
7. Rutiner og faste rammer
8. Planlægning og visualisering
9. Pauser og andre konsekvenser
10. Positive belønningssystemer
11. Problemløsning og selvkontrol
12. Opsamling



ADHD

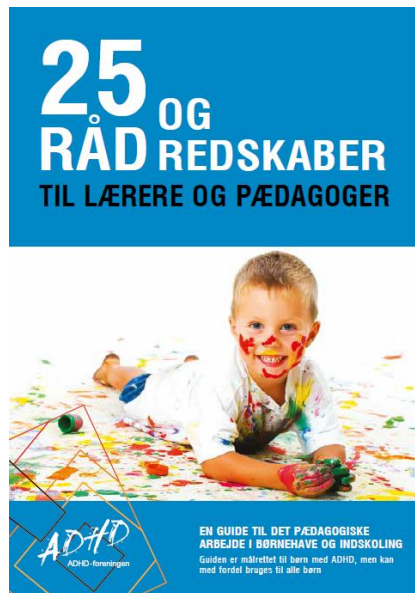
Programmets indhold

Dagsorden

- Siden sidst (30 min.)
- Dagens emne – Oplæg (30 min.)
- Kaffesnak (30 min.)
- Pause (10 min.)
- Øvelsen (30 min.)
- Præsentation af hjemmeopgaven (10 min.)
- Uddeling af forældrematerialet (5 min.)
- Evaluering (5 min.)

ADHD

Lærerguiden



- Sendt ud til børnenes lærere og pædagoger
- Indeholder samme metoder, som forældrene får
- Målrettet ADHD, men kan bruges til alle børn
- Pluk og ret til

ADHD

De frivillige forældretrænere

- 48 frivillige forældretrænere uddannet af ADHD-foreningen
- Lærere, psykologer, sundhedsplejersker, ergoterapeuter, pædagoger etc.
- Personlige og/eller faglige erfaringer med ADHD
- Forståelse, tillid, troværdighed

ADHD

Observationer 2014

24 kurser forløb utrolig godt

- udeblivelse og frafald minimalt
- forældrene glade og taknemmelige
- trænerne kompetente og velforberedte
- forældrene motiverede, åbne og ivrige
- god stemning på alle hold
- mødes og har gavn af kurset på længere sigt

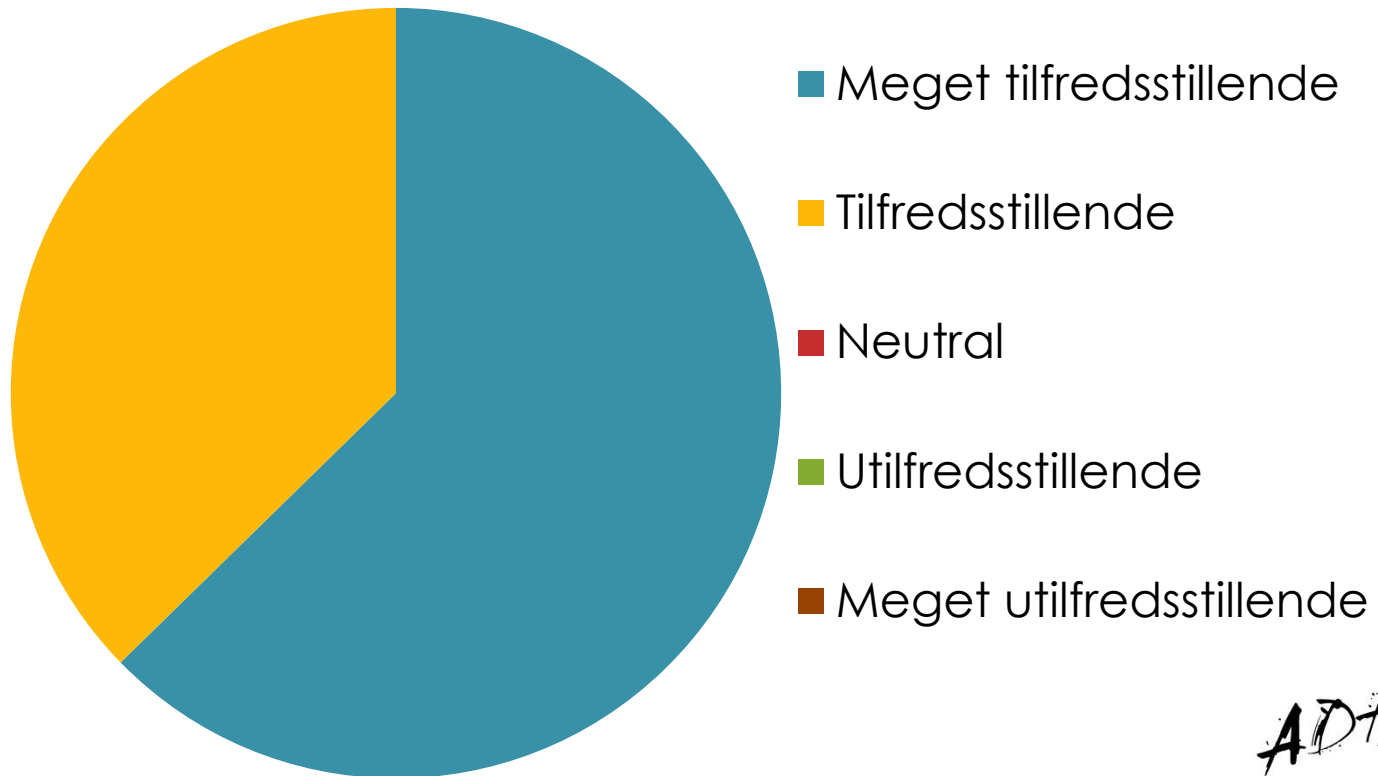
Mere kærlighed i mindre kaos



ADHD

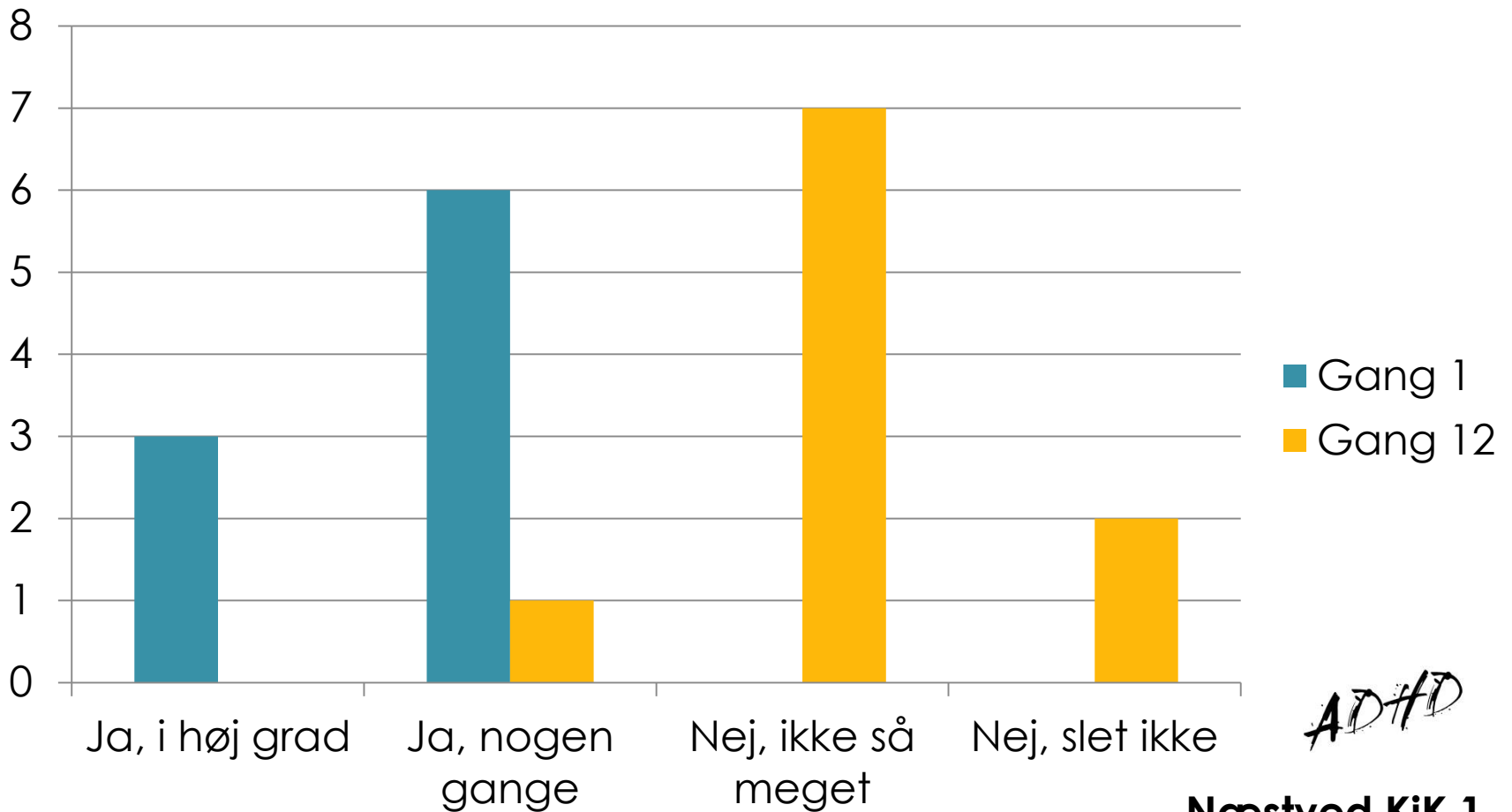
Forældrenes tilfredshed med kursusgangene som helhed

Roskilde KiK 1 (168 svar)



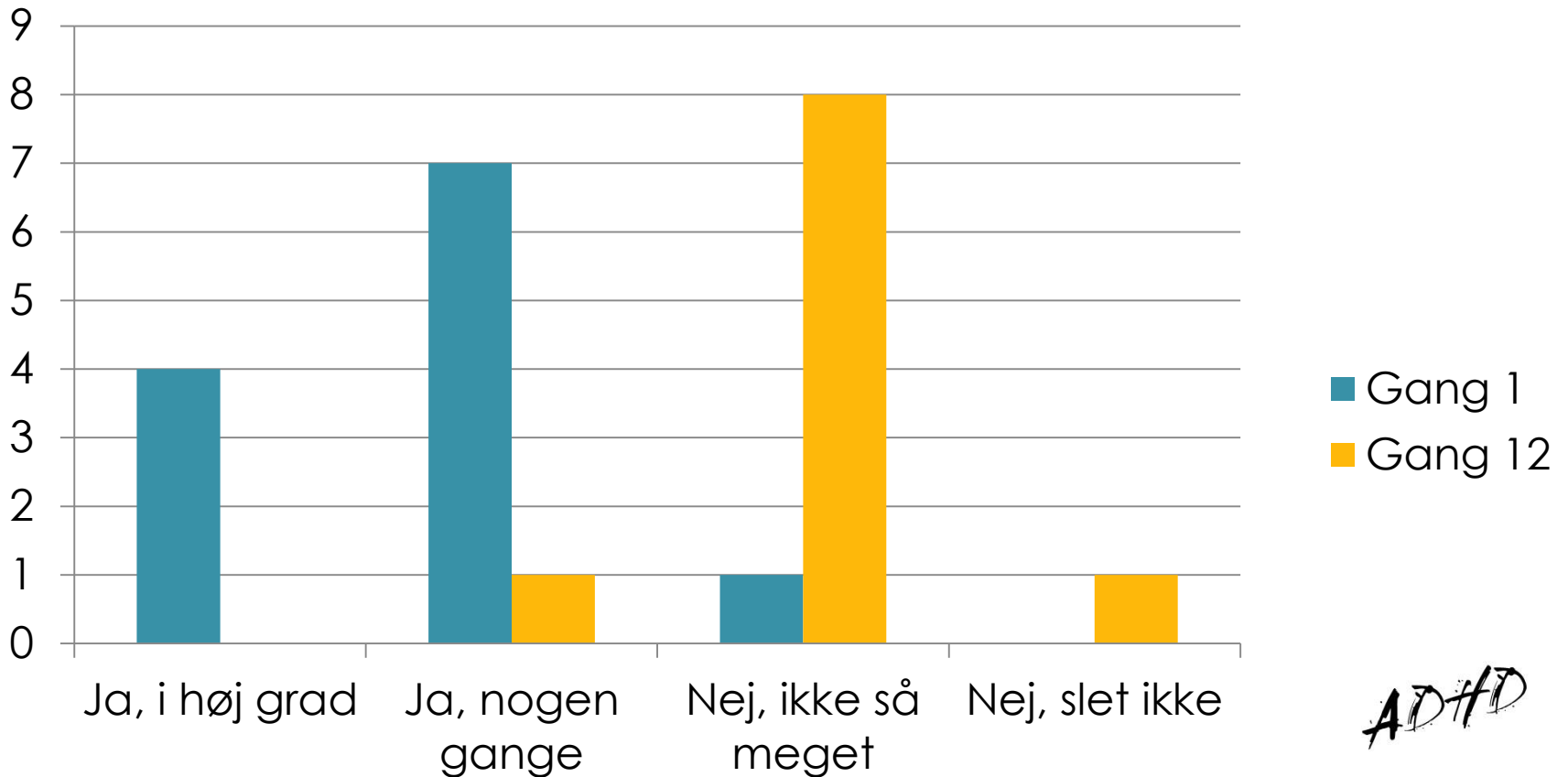
ADHD

1: "Kender du til at sige nej til dit barn 50 gange på en dag indenfor den sidste måned"?



ADHD

10: "Kender du til følelsen af ikke at slå til i dit daglige arbejde som forælder"?



ADHD

Hvad giver KiK forældrene?

- ansvar, tillid og handlekraft
- en fælles platform som forældre

- bedre mulighed for viden og accept af barnets ADHD
- bedre mulighed for at se og forstå vanskelighederne
- almindelige, anvendelige, pædagogiske metoder

- mulighed for at møde ligesidede og skabe netværk
- et frivilligt program med en stemning af optimisme
- undervisning af fagligt kompetente og erfarne ildsjæle

ADHD

Far fortæller

"Min kone sagde altid før: Prøv nu at opføre dig som den voksne. Jeg kunne ikke se, hvad hun mente. Men det kan jeg nu. Jeg kan se efter jeg er startet her på kurset, at jeg faktisk faldt ret meget ned på min datters niveau. Nu prøver jeg at beholde ansvaret og være forstående, rolig og venlig".

"I går kunne min kone ikke rumme, at vores datter var vred og ikke ville i seng, så hun bad mig tage over. På det tidspunkt stod jeg allerede ude i køkkenet og var begyndt at tænke over, hvilke strategier jeg ville bruge, når jeg kom ind på værelset".

"Jeg har altså fået ret meget mere af det der empati der"

Projektlederens favorit ♥

TAK! For at jeg har fået glæden ved mit
barn tilbage!!!!

ADHD