

KURSUSDAG - ADHD HOS BØRN OG UNGE



Daniel Laursen, der er ADHD-coach, vil lede os igennem en spændende kursusdag om ADHD hos børn og unge.

Daniel fik sin ADHD-diagnose som voksen, men har kendt uroen hele sit liv. Den indre rastløshed. Tanker, der ikke vil tie stille. Følelsen af at være "for meget" – og samtidig "ikke nok". Han har prøvet det hele: Kaos. Overlevelse. Systemer, der ikke forstod ham. Og så har han selv valgt at bryde med det. At vende blikket indad og finde sin egen vej.

I dag hjælper han andre med at gøre det samme. Ikke ud fra en manual. Ikke med smarte quickfixes. Men med erfaring, nærvær – og ægte forståelse. Han har arbejdet med mennesker i over 20 år. Inden for psykiatrien. På bosteder. Med unge i krise. Med forældre, der ikke kunne mere.

26. september 2026, kl. 10.00 -14.00

Bredgade 7, 1. sal, 7400 Herning

Tilmelding af hensyn til forplejning, senest den 18/9 til Marianne Olesen, marianne@foraldrestotte.dk eller tlf. 60 75 84 85.

Håber at vi ses

FBU ForældreStøtte - Marianne og Susan

Program for Kursusdag:

Lørdag d. 26. september 2026 – kl. 10.00 -14.00

10.00–10.30 Ankomst og morgenmad

10.30–11.30 Forstå ADHD hos børn og unge

- Hvad er ADHD, og hvordan kommer det typisk til udtryk?
- Grundlæggende symptomer og udfordringer
- Hvorfor ADHD ofte ser forskellig ud fra barn til barn
- ADHD i hjemmet, skolen og fritiden
- Når adfærd bliver misforstået
- Følelsesregulering, impulser og frustrationer
- Barnet bag adfærden
- Konkrete eksempler fra hverdagen

11.30–11.45 Pause

11.45–12.45 Hvad kan hjælpe i praksis?

- Hvordan vi møder barnet bag adfærden
- Kommunikation der skaber mere samarbejde og færre konflikter
- Struktur, forudsigelighed og visuel støtte
- Krav, forventninger og hensyn
- Håndtering af store følelser og konflikter
- Motivation og succesoplevelser
- Konkrete redskaber og strategier, som kan afprøves hjemme
- Spørgsmål og opsamling

12.45–13.00 Pause

13.00–14.00 Frokost og afslutning på dagen