

8. ADHS-Förderpreis – Schwerpunkt Alltagsbewältigung

Leichter ins Erwachsenenleben

Selbstmanagement ist das A und O



Der Übergang zum Erwachsenen stellt für Jugendliche mit ADHS eine besondere Herausforderung dar. Das auf einem kognitiv-behavioralen Behandlungskonzept aufgebaute Trainingsprogramm „SAVE“ fördert die Selbstständigkeit und stärkt soziale Fähigkeiten.

„SAVE“ (Strategien zur Verbesserung der Aufmerksamkeit, der Verhaltensorganisation und Emotionsregulation) wurde 2008 von Dr. Nina Spröder von der Uniklinik Ulm initiiert. Es handelt sich um ein ganzheitliches Therapiekonzept, das Gruppentrainings zur Förderung der Selbstständigkeit und Stärkung der Sozialkompetenz mit alltagspraktischen Übungen zur Konzentration und Aufmerksamkeit verbindet. Andere Bausteine, wie beispielsweise „Zielorientierung und Motivierung“ oder „Selbstmanagement“, können individuell eingebunden werden. Den Jugendlichen stehen Trainingspaten aus ihrem sozialen Umfeld zur Seite und helfen ihnen, das Gelernte in den Alltag zu übertragen.

Informationen: www.uniklinik-ulm.de