Jongeren

Behandeling ADHD

Als je ADHD hebt, ben je vaak druk en snel afgeleid. Bij Pro Persona helpen we je om hiermee om te gaan. In deze folder lees je wat je kunt verwachten van de behandeling, welke mogelijkheden er zijn en hoe we samen met jou en je omgeving werken aan verbetering.

Voor de behandeling

Voordat we starten met de behandeling, maken we samen met jou een behandelplan. Daarin leggen we vast welke onderdelen we inzetten.

Tijdens de behandeling

- Leggen we uit wat ADHD is en welke behandelmogelijkheden er zijn;
- Proberen we je klachten te verminderen of te laten verdwijnen;
- Leren we jou en je gezin omgaan met de klachten, beperkingen en mogelijkheden;
- Bespreken we met je ouders hoe zij je het beste kunnen helpen;
- Beperken we het gebruik van medicijnen zoveel mogelijk en alleen in overleg.

Tijdens de behandeling hebben we contact met jou en je ouders of verzorgers, samen of apart. Soms spreken we ook met je huisarts, andere hulpverleners of met de intern begeleider of de leerkracht van school.

Verschillende behandelmogelijkheden

Jouw behandeling is afhankelijk van jouw situatie. Hieronder vind je meer uitleg over de behandelvormen.

Begeleiding

In gesprekken van 45 minuten leer je omgaan met je klachten en leer je je klachten meer te accepteren. Samen ontdekken we je sterke kanten en onderzoeken we hoe je deze zo goed mogelijk kunt gebruiken. We bespreken onderwerpen zoals planning, alcohol, drugs, sociale contacten en je hobby's. De gesprekken zijn één-op -één of in een groep.

Psycho-educatie in groepsverband

In Nijmegen en Ede legt een hulpverlener aan een groep uit waar ADHD voor kan zorgen. Je hoort hoe de behandeling eruitziet en hoe jij en je ouders (of verzorgers) kunnen omgaan met de klachten die jij ervaart. Deze hulpverlener kan een orthopedagoog, masterpsycholoog, sociaal psychiatrisch verpleegkundige (SPV) of maatschappelijk werker zijn. Er zijn 3 of 4 bijeenkomsten van 90 minuten.

© Pro Persona 00013-250729

Voorlichting aan school

Als je op school last hebt van ADHD, kan het helpen als we je interne begeleider en/of leerkracht hierover informatie geven. Ze leren dan meer over ADHD en kunnen je dan beter begeleiden.
Je ouders (of verzorgers) en misschien jijzelf zijn bij de gesprekken aanwezig. Voorlichting en advies wordt gegeven door een orthopedagoog, master-psycholoog of Sociaal Psychiatrisch Verpleegkundige (SPV). Er zijn 1 of 2 gesprekken van 45 minuten.

Psychiatrisch consult

In een gesprek met een arts of psychiater bespreken we hoe we jouw klachten kunnen verminderen en ervoor kunnen zorgen dat het weer beter met je gaat. Soms helpen medicijnen. De arts of psychiater schrijft deze dan voor.

Het eerste gesprek duurt ongeveer 45 minuten. Gesprekken daarna duren ongeveer 30 minuten.

Aanvullende ondersteuning

Soms is het nodig de behandeling uit te breiden om ervoor te zorgen dat de behandeling beter werkt. Dan stelt het behandelteam voor losse onderdelen te volgen. Denk bijvoorbeeld aan: ouderbegeleiding, vaktherapie, voorlichting en advies. Wanneer er naast ADHD sprake is van dingen die jouw ontwikkeling in de weg staan, kan het belangrijk zijn die apart te behandelen. We bespreken dan met jou en je ouders (of verzorgers) welke behandeling goed past bij jouw situatie.

Waar en wanneer?

De groeps- en één-op-één gesprekken vinden plaats op een locatie van Pro Persona. De data en tijden worden in overleg afgesproken en zijn bekend bij het secretariaat van de afdeling of bij je hulpverlener.

Heb je vragen? Neem dan contact op met je hulpverlener. Bezoek ook onze website.

Pro Persona
www.propersona.nl
Pro Persona GGz KvK : 41053219

Pro Persona
geestelijke gezondheidszorg