

Manualbasert gruppetilbud for personer med ADHD

**Voksenpsykiatrisk avdeling Vinderen
Våren 2025**



Våren 2025 tilbyr vi et strukturert og manualbasert gruppetilbud for personer med ADHD.

Innhold: Behandlingen består av psykoedukasjon og ferdighetstrening med prinsipper hentet fra dialektisk atferdsterapi (DBT). Sentrale problemstillinger i behandlingen er:

- Oppmerksomhetssvikt- og konsentrasjonssvikt → Oppmerksomt nærvær
- Impulsivitet → Stressmestring
- Emosjonell ustabilitet → Følelsesregulering
- Relasjonsproblemer → Relasjonsferdigheter

Hver sesjon vil inneholde undervisning, øvelser i oppmerksomt nærvær, gjennomgang av hjemmeoppgaver og grupperefleksjoner.

Målgruppe: Personer med ADHD som er i behandling ved Voksenpsykiatrisk avdeling Vinderen og som er i stand til å nyttiggjøre seg gruppebehandling. Ved andre psykiske lidelser som tilleggsproblematikk bør ADHD-symptomene være fremtredende i det kliniske bildet. Ruslidelser ekskluderes ikke, men deltakerne må forplikte seg til å ikke møte i beruset tilstand til samtlige sesjoner. Det er forventet at deltakerne har stabilt oppmøte og møter til tiden. Hjemmeoppgaver er en viktig del av behandlingen og det er forventet at deltakerne klarer følge opp dette. Aktuelle henviste deltakere vil fortløpende kalles inn til forsamtale med utdypende informasjon om behandlingen.

Gruppen vil bestå av maksimalt 10 deltakere.

Dato/er: Oppstart uke 8 med 14 ukentlige møter. Siste kursdag uke 23.

Tidspunkt: Ikke fastsatt enda.

Påmeldingsfrist: 20.01.25

Sted: [Forskningsveien 7](#), inngang C1

Henvisningsrutine: Fra behandler på Voksenpsykiatrisk avdeling Vinderen (sendes til mappen VPA Henv Kurs)

Pårørendekveld: Uke 13

Betaling: Egenandel etter gjeldene takster per kursgang.

Parkering på oppmerkede p-plasser. Husk p-avgift fram til kl. 17.00

Kontaktpersoner: Hanne Sofie Wernø Nilsson og Marcus Gabrielsen

Se våre nettsider for mer informasjon: www.diakonhjemmetsykehus.no/psykiskhelsevern