

Manualbasert gruppetilbud for personer med ADHD

Voksenpsykiatrisk avdeling Vinderen
Vinter/vår 2025



Vinter/vår 2025 tilbyr vi 14-ukers manualbasert gruppebehandling for personer med ADHD.

Innhold: Behandlingen består av psykoedukasjon og ferdighetstrening med prinsipper hentet fra dialektisk atferdsterapi (DBT). Sentrale temaer 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 kan nyttiggjøre seg gruppebehandling. Ved andre psykiske lidelser som tilleggspromblematikk bør ADHD-symptomene være dominerende. Ruslidelser ekskluderes ikke, men deltakerne må forplikte seg til ikke å møte i beruset i gruppen. Det er forventet at deltakerne har stabilt oppmøte og møter til tiden. Hjemmeoppgaver er en viktig del av behandlingen og deltakerne må følge opp dette. Aktuelle henviste deltakere vil inviteres til en samtale hvor de får 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: Oppstart i februar 2025. Dato ikke fastsatt

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.diaconhjemmetsykehus.no/kurspsykiskhelse