

Autismisäätiön ADHD-/ neuropsykiatrinen coaching

– arki hallintaan

Autismisäätiön ADHD-/neuropsykiatrinen coaching on tarkoitettu nuorille ja aikuisille, joilla on jokin neuropsykiatrinen oireyhtymä, kuten autismi, Aspergerin oireyhtymä, ADD, ADHD, Touretten oireyhtymä, tai piirteitä sellaisesta. Arjenhallinnan pulmien ratkomiseen tähtäävä coaching on yleensä lyhytkestoista, ratkaisu- ja voimavarakeskeistä yhteistyötä asiakkaan ja coachin välillä. Coachauksessa asiakasta ohjataan omien vahvuuksiensa ja voimavarojensa hyödyntämiseen ja hänelle rakennetaan yhdessä luotujen tavoitteiden pohjalta uusia toimintamalleja arjen hallintaan.

Miksi?

Osalla Autismisäätiön asiakkaista jokin pienikin arjenhallinnan ongelma, kuten aikataulujen suunnitteleminen, kodin puhtaudesta tai hygieniasta huolehtiminen tai rahankäyttö, voi olla esteenä muussa elämässä suoriutumiselle. ADHD-/neuropsykiatrinen coaching -palvelussa ohjaaja ja ohjattava hakevat yhdessä ratkaisuja näihin pulmiin, jolloin ohjattava saa itsensä ja elämänsä

*Kattavaa
osaamista
ja
palvelua*



toteuttamiseen uusia voimavaroja. Tällöin esimerkiksi työnhaku, työssäkäynti tai opiskelu helpottuu.

Coaching-palvelu on tarkoitettu Autismisaatiön kohderyhmän henkilöille, joilla yhden tai useamman elämänhallinnan osa-alueen sujumattomuus rajoittaa ja hankaloittaa esimerkiksi koulussa tai työssä pärjäämistä.

Palvelu sopii erinomaisesti myös pareille ja perheille helpottamaan arjen sujumista.

Miten?

Valmentaja ja valmennettava kirjaavat coachingin alkaessa yhdessä sovitut yksilölliset, selkeät ja konkreettiset tavoitteet sekä aikataulut. Coach neuvoo, auttaa ja ohjaa asiakasta löytämään toimivia ratkaisuja arjen tilanteisiin sekä antaa ohjattavalle tehtäväksi harjoituksia. Toimintoja ja harjoitteita pyritään toteuttamaan myös asiakkaan omassa elinympäristössä.

Tapaamisia on 1–3 kertaa viikossa. Tapaamisten välillä asiakkaalla on kotitehtäviä ja harjoituksia. Yksi coach-prosessi on yleensä lyhytkestoinen, esimerkiksi 5–10 kertaa. Prosessin lopussa arvioidaan tilanne ja laaditaan jatkosuositukset.

Lisätietoja coaching-palvelusta:

p. 044 3883122

vastaanotto@autismisaatio.fi

www.autismisaatio.fi