Effektive redskaber til koncentrations- og opmærksomhedsproblemer

Davis®-counseling mod koncentrations- og opmærksomhedsproblemer tilbyder undervisning i effektive redskaber, der giver en varig korrektion af problemer med opmærksomhed, koncentration, og adfærd samt hyperaktivitet. Dette program er velegnet til både voksne og børn (fra 8 år) og giver en medicinfri, varig løsning.

Davis®-opmærksomhedsprogram er et individuelt, intensivt program på 45-60 timer fordelt over flere uger (hvoraf de første tre dage er tre på hinanden følgende dage). Programmet henvender sig til elever, der er hyperaktive/ impulsive eller har alvorlige problemer med at bevare opmærksomheden (på grund af eksempelvis ADD/ADHD). Der arbejdes meget med basale koncepter som 'forandring', 'tid', 'rækkefølge', 'orden' m.v. Der lægges desuden vægt på intensiv forældrevejledning.

"Indsigt i den virkelige årsag til et problem, er en forudsætning for at kunne finde løsningen.

Hvis et problem ikke bliver forstået fuld ud, vil alle forsøg på at finde løsningen være utilstrækkelige."

- Ron Davis

AD(H)D

AD(H)D er en forkortelse for Attention Deficit (Hyperactivity) Disorder. Kendetegnende for ADHD er opmærksomhedsforstyrrelse og/eller hyperaktivitet og impulsivitet. AD(H)D giver problemer med at orientere sig, planlægge, huske og opfatte. For de fleste mennesker med diagnosen ADHD medfører det ofte mange problemer i sociale sammenhænge.

Udefra: Omgivelserne lægger især mærke til den urolige adfærd og personens sociale problemer.

Indefra: Indefra hersker der stor forvirring. ADHD'-ere er oftest meget følsomme mennesker, der registrerer mange signaler fra deres omgivelser. De har svært ved at sortere fra. Det kan sammenlignes med, at man ser ti fjernsynsprogrammer simultant og skal reagere på dem alle

sammen...meget forvirrende!

Børn og voksne med AD(H)D tænker overvejende nonverbalt. De kan spontant desorientere på grund af forvirring. Det er på grund af denne perceptionsforstyrrelse at problemerne opstår. For eksempel;

- De har en forvrænget tidsfornemmelse .
- De har ingen eller en ukorrekt selvopfattelse - især i forhold til andre mennesker.
- De har ikke fuld eherskelse af koncepter som forandring, rækkefælge, orden/uorden, årsag/følge .
- De har en rigtig god forestillingsevne.
- De kan være impulsive og hyperaktive .

Det lærer du ved Davis®-counseling

- Hvordan du kan genkende og korrigere forstyrret perception.
- Hvordan du kan bruge forskellige redskaber til at lære at slappe af, fokusere og kontrollere dit energiniveau.
- Hvordan du kan beherske koncepter, der hjælper dig med de sociale interaktioner. Der arbejdes med koncepterne: Forandring, konsekvens, årsag/følge, tid, rækkefølge.
- Hvordan du kan anvende disse koncepter i daglig dagen.



Hvilke forbedringer kan du forvente efter Davis®-counseling?

Ved at lære at bruge bestemte redskaber og teknikker i dagligdagen vil de uønskede symptomer på AD(H)D snart reduceres og til sidst forsvinde.

Resultatet er:

- En stærkere selvopfattelse og større selvsikkerhed.
- Muligheden for selv at styre og beherske sit energiniveau.
- Forbedret selvbevidsthed/selvbeherskelse i forhold til sociale interaktioner.
- Muligheden for at fokusere sin opmærksomhed.

Vil du vide mere?
Eller vil du prøve om Davis®-metoden vil kunne hjælpe dig eller dit barn, så kontakt os her eller ring til
Dysleksi-i-fokus
på 75 75 71 05.