



PARENTAL GUIDANCE GROUP

WHAT IS IT?

The parental guidance group aims to help parents with children diagnosed with ADHD (Attention Deficit Hyperactivity Disorder). As parents, you will learn about the symptoms of ADHD and the skills needed to reduce challenging behaviors, as well as improve your relationship with your children.

OBJECTIVES

- To better understand the difficulties and behaviors of your child
- To learn strategies to manage these difficulties and motivate a change in behavior
- To improve family dynamics and a better quality of relationships between you and your child

Start date: January 2023

Number of sessions: 8 sessions - twice per week for a duration of 4 weeks

Days and time: Tuesdays and Thursdays at 5:00 PM

Duration: 60 minutes each session

Participants: Parents of beneficiaries with ADHD or ADHD like symptoms.

Mode of delivery: Online (ZOOM)

SCHEDULE AND CONTENT OF EACH SESSION:

- Session 1

Psychoeducation - key information about ADHD. Introducing participants to the group and its goals

Dr. Myriam Zarzour

- Session 2

Re-establishing communication: How to create "special moments" with your child

Ms. Lara Jalloul

- Session 3

How to express a request to your child in an effective way

Ms. Lara Jalloul

- **Session 4** How to help everyone find their place in the family

Ms. Marianne Eid

- **Session 5** How to implement positive reinforcement of desired behaviors at home

Ms. Marianne Eid

- **Session 6** How to deal with your child's anger using time-out

Ms. Marianne Eid

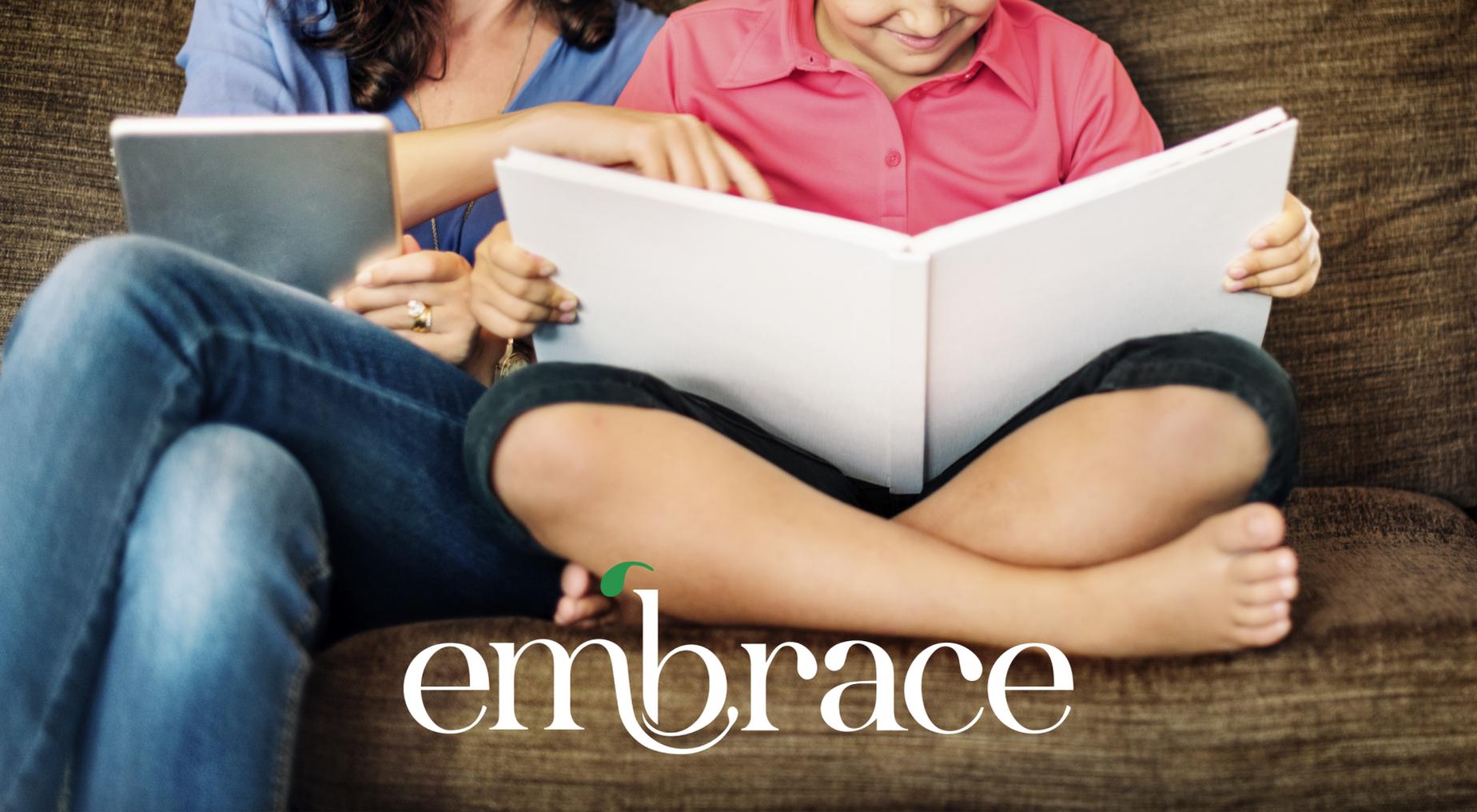
- **Session 7** How to manage your child's behavior in public places

Ms. Candine Aoun

- **Session 8** When are pharmacological treatments needed? Indications, efficacy, side effects, and what to look out for

Dr. Yara Chamoun

To book a session please contact our mental health nurse on 81780094 or by email on nurse@embracelebanon.org



embrace

التوجيه الأسري الجماعي

ما هو؟

يهدف التوجيه الأسري الجماعي إلى مساعدة الوالدين الذين لديهم أطفال مصابين باضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه (ADHD). كأهل، ستتعرفون على أعراض اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه والمهارات اللازمة للحد من السلوكيات الصعبة، إضافة إلى كيفية تحسين علاقتكم بأطفالكم.

تهدف هذه الجلسات إلى:

- فهم صعوبات وسلوكيات أطفالكم بشكل أفضل
- تعلم استراتيجيات تساعد على إدارة هذه الصعوبات وتحفيز التغيير في السلوك
- تحسين ديناميكيات الأسرة ونوعية العلاقات بينكم وبين أطفالكم

تاريخ بدء الجلسات: كانون الثاني 2023

المشاركون: أهالي الأطفال الذين يعانون من اضطراب قصور الانتباه وفرط أو من عوارضه (ADHD) الحركة

عدد الجلسات: 8 جلسات - مرتين في الأسبوع لمدة 4 أسابيع

الحضور: جلسات عبر الإنترنت (Zoom)

المواعيد: الثلاثاء والخميس الساعة 5:00 مساءً

المدة: 60 دقيقة لكل جلسة

جدول ومضمون كل جلسة:

الجلسة الأولى: التربية النفسية - معلومات أساسية عن اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه. تعريف المشاركين على مفهوم التوجيه الجماعي وأهدافه
د. ميريان زرزور

الجلسة 2: إعادة تأسيس التواصل: كيف تصنع "لحظات خاصة" مع طفلك
السيدة لارا جلول

الجلسة 3: كيف تعبر لطفلك عن طلب ما بطريقة فعالة
السيدة لارا جلول

الجلسة 4: كيف تساعد الآخرين على العثور على مكانهم في الأسرة
السيدة ماريان عيد

الجلسة الخامسة: كيفية تعزيز السلوك الإيجابي في المنزل
السيدة ماريان عيد

الجلسة 6: كيف تتعامل مع غضب طفلك من خلال منحه مهلة
السيدة ماريان عيد

الجلسة 7: كيفية إدارة سلوك الطفل في الأماكن العامة
السيدة كاندين عون

الجلسة 8: متى يكون العلاج عبر الدواء مطلوباً؟ المؤشرات والفعالية والآثار الجانبية والأمور التي يجب التنبيه لها
د. يارا شمعون

للحجز، يرجى الاتصال بالممرضة المتخصصة بالصحة النفسية في المركز على الرقم 81780094 أو عبر البريد الإلكتروني NURSE@EMBRACELEBANON.ORG