

COMMENT UN *COACHING* SPÉCIALISÉ PEUT AIDER

Nous savons que le TDAH peut affect plusieurs sphères de votre vie. Nous savons aussi qu'il est possible d'améliorer la situation.

Le *coaching* spécialisé est reconnu comme étant une modalité d'intervention efficace pour le TDAH. Il n'est pas nécessaire d'obtenir un diagnostic afin de recevoir des services de *coaching*.

LES *COACHS* SPÉCIALISÉS DE MÉDIPSY OFFRENT DES SERVICES AUX ENFANTS, ADOLESCENTS, ET ADULTES. NOS *COACHS* SONT EXPÉRIMENTÉS ET SPÉCIALISÉS EN MATIÈRE DE TDAH.

LES BÉNÉFICES DU *COACHING* SPÉCIALISÉ POUR LES ENFANTS ET LES ADOLESCENTS

Développer les habiletés nécessaires afin de:

- Soutenir les apprentissages, de façon autonome, à l'école
- Commencer et finir les devoirs de façon autonome
- Soutenir l'attention pour des périodes de temps plus longues
- Maintenir la motivation même lorsque les tâches à compléter sont moins intéressantes
- Mieux organiser son travail

LES BÉNÉFICES DU *COACHING* SPÉCIALISÉ POUR LES PARENTS

- Des périodes de devoirs moins stressantes et plus agréables
- Des interactions et une relation plus agréable avec votre enfant
- Du soutien pour défendre les intérêts de votre enfant auprès des autorités compétentes
- Briser la solitude et l'isolement, notamment face aux frustrations quotidiennes associées au trouble
- Apprendre à rester calme dans les moments difficiles

Le travail du *coach* est :

- Soutenant et centré sur les besoins de votre enfant et son rythme de travail et d'apprentissage
- Structuré et centré sur les méthodes les plus efficaces pour augmenter l'estime de soi et la motivation
- Prend en compte les défis et succès à l'école et à la maison