

# Fachstelle Berufliche Inklusion (FABI) – Fachveranstaltung, 28.2.2024

## Wie gelingt der Berufseinstieg mit ADHS?



# Beratungsteam



## **Claudia Hofmann, Dr. (ILEB, Co-Leiterin)**

- Psychologin und Berufsberaterin FSP mit Berufserfahrung im Bereich der allgemeinen und IV-Berufsberatung, Forschung und Lehre zu Transition Schule-Beruf, Laufbahnen im niederschweligen Bereich (EBA, PrA), Zusammenarbeit mit den Eltern



## **Claudia Schellenberg, Prof. Dr. (IVE, Co-Leiterin)**

- Psychologin und Berufsberaterin FSP, Forschung und Lehre zu Transition Schule-Beruf, Berufswahlvorbereitung, Peer-to-Peer Konzepte, Inklusion auf Sekundarstufe II, Nachteilsausgleich



## **Annette Krauss, Dr. (IVE)**

- Psychologin, Forschung und Lehre zu ADHS und Transition Schule-Beruf, Entwicklung Berufswahlarbeitsmittel, Peer-to-Peer Konzepte, Gesundheitsförderung an der Schule



## **Claudia Rusert (Extern)**

- Sekundarlehrerin Mathematik und Schulische Heilpädagogin, über 20 Jahre Berufswahl-Praxiserfahrung an der Volksschule, Nachteilsausgleich bei LRS, LIFT-Vertreterin in der Schweiz

Zusammenarbeit mit anderen HfH-Fachstellen: [Inklusion Sek I; Autismus](#)

# Angebote von FABI

- **Beratungsangebot** für Lehrpersonen, Schulische Heilpädagog:innen, Schulleiter:innen sowie Eltern (gestartet im Mai 2021)
- Beratungen bei **Fragen rund um die Berufswahl**, aus heilpädagogischer Sicht mit behinderungsspezifischem Wissen
- Kontaktaufnahme per Mail: [fabi@hfh.ch](mailto:fabi@hfh.ch)
- Kostenlose Beratung: per Telefon, Mail oder vor Ort an der HfH
- Auf Wunsch vertiefende Beratung/Begleitung (Dienstleistungsauftrag)



Übersicht Angebot unter:  
[www.hfh.ch/fabi](http://www.hfh.ch/fabi)

# Angebote von FABI

- **Praxisbezogene Informationen:**

- *Leitfäden* (z.B. [Umgang mit Beeinträchtigung auf Sekundarstufe II](#))
- *Artikel* (z.B. über die [Fachstelle](#))
- *Lehrmittel* (z.B. „[Meine Berufswahl und ich](#)“)

- **Fachliche Vernetzung** im nationalen Kontext. Zusammenarbeit mit Schweizerischem Zentrum für Heilpädagogik (SZH), Bildungsdirektion Kanton Zürich, Enable Me, u.a.

**HZ**  
**SZH**  
Stiftung Schweizer Zentrum  
für Heil- und Sonderpädagogik

**CS**  
**SPS**  
Fondation Centre suisse  
de pédagogie spécialisée

[Link](#)

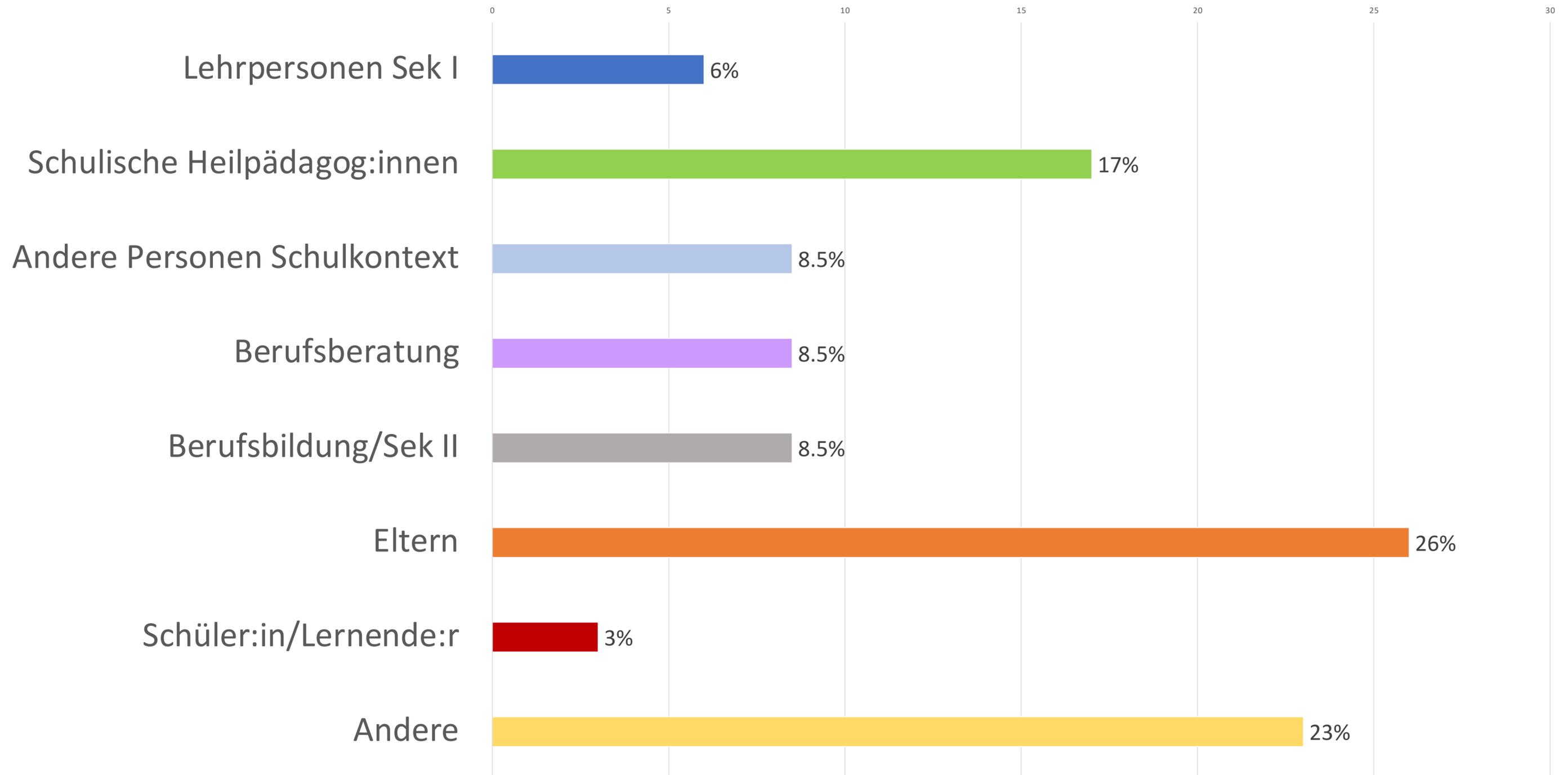


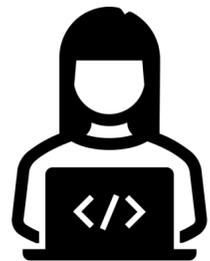
[Link](#)

**EnableMe**  
Stiftung M+Handicap  
Fachpersonen Netzwerk

[Link](#)

# Ratsuchende Personen/Stellen (Zwischenauswertung von 36 Beratungen)





*Mutter: «Unser Sohn hat die Diagnose Autismus. Er ist jetzt 15 Jahre alt und es geht nun um die Berufswahl. Er wird in der Schule unterstützt. Wir hatten bereits Kontakt mit der IV-Berufsberatung. Wir fragen uns aber, ob wirklich alle Möglichkeiten ausgeschöpft werden?»*

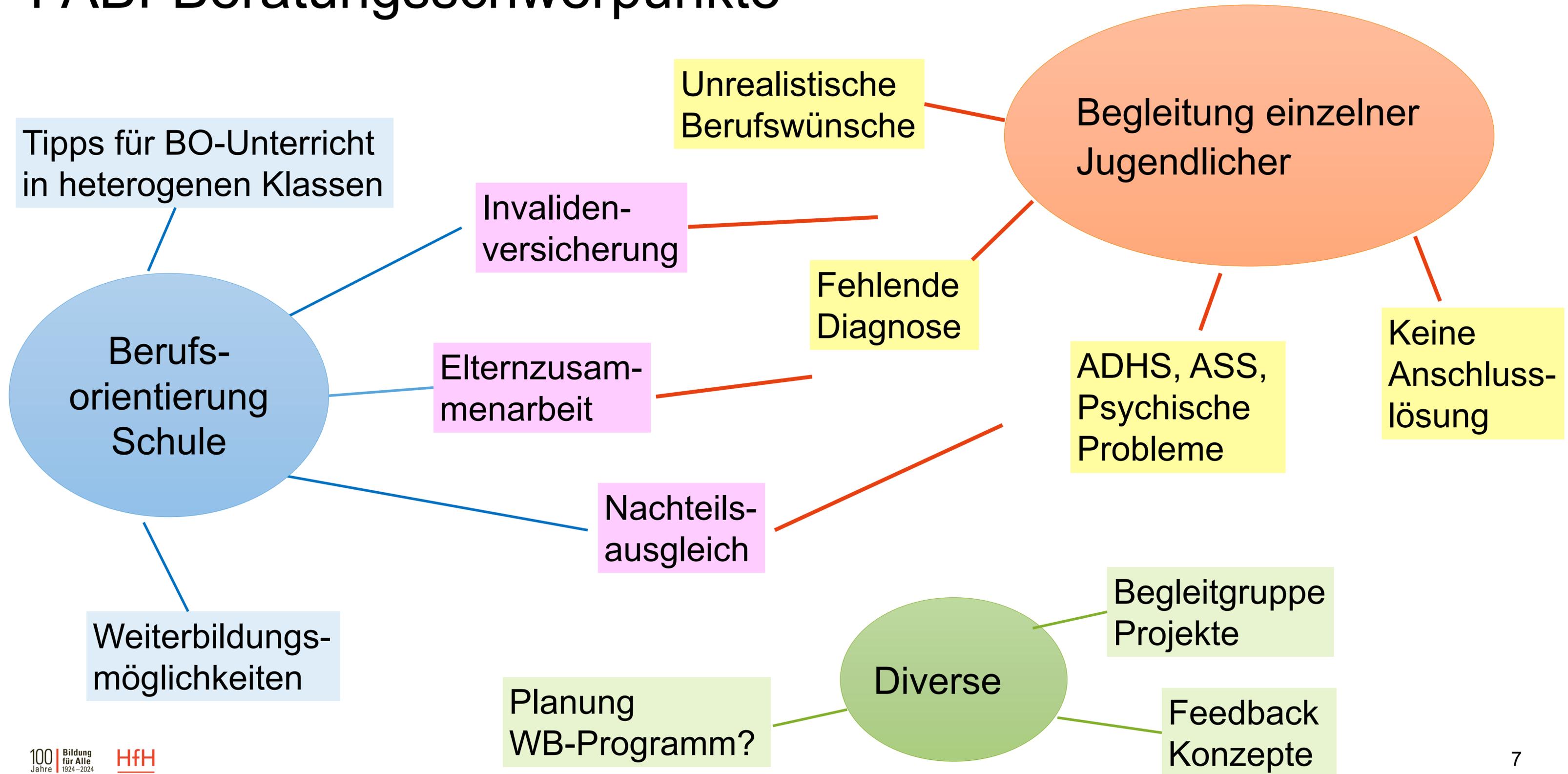


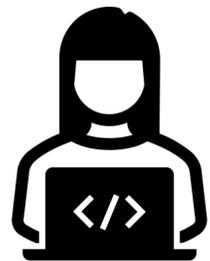
*Schulische Heilpädagogin: «Wir haben eine Schülerin, die sehr viel Unterstützung braucht. Wir glauben nicht, dass sie es schafft, eine Ausbildung in der freien Wirtschaft zu absolvieren. Sie hat aber keine offizielle Diagnose. Wie sollen wir jetzt vorgehen? Braucht es eine Anmeldung bei der IV?»*



*Vater: «Der Lehrbetrieb hat den Lehrvertrag von unserem Sohn aufgelöst wegen schlechter Leistungen. Sie sagen, er sei oft unkonzentriert und unzuverlässig. Sie vermuten, dass er ein ADHS hat. Seit einigen Wochen ist er jetzt zu Hause, verbringt seine Zeit hauptsächlich mit Computerspielen.»*

# FABI-Beratungsschwerpunkte





*Mutter: «Unser Sohn hat die Diagnose Autismus. Er ist jetzt 15 Jahre alt und es geht nun um die Berufswahl. Er wird in der Schule unterstützt. Wir hatten bereits Kontakt mit der IV-Berufsberatung. Wir fragen uns aber, ob wirklich alle Möglichkeiten ausgeschöpft werden?»*



*Schulische Heilpädagogin: «Wir haben eine Schülerin, die sehr viel Unterstützung braucht. Wir glauben nicht, dass sie es schafft, eine Ausbildung in der freien Wirtschaft zu absolvieren. Sie hat aber keine offizielle Diagnose. Wie sollen wir jetzt vorgehen? Braucht es eine Anmeldung bei der IV?»*



*Vater: «Der Lehrbetrieb hat den Lehrvertrag von unserem Sohn aufgelöst wegen schlechter Leistungen. Sie sagen, er sei oft unkonzentriert und unzuverlässig. Sie vermuten, dass er ein ADHS hat. Seit einigen Wochen ist er jetzt zu Hause, verbringt seine Zeit hauptsächlich mit Computerspielen.»*

---

# Zwischenfazit zu den bisherigen Erfahrungen

- Breites Spektrum an Fragen von verschiedenen Personengruppen
- Eher etwas weniger Anfragen als erwartet aus dem schulischen Kontext
- Überraschend viele Eltern, aber vermutlich eher engagierte Eltern
- Team an der HfH ergänzt durch Praxispartner:innen als Ressource, um diese Vielfalt abzudecken
- „Triage“ wichtig, d.h. auf vorhandene Angebote, Fachstellen/-personen hinweisen
- Für viele Ratsuchende ist es trotz guter Unterstützung wichtig, sich mit einer Zweitmeinung abzusichern
- Problematiken bei Schüler:innen/Lernenden im sozio-emotionalen Bereich

# ADHS-Symptomatik im Jugendalter

Erscheinungsbild, Auswirkungen, Implikationen



## FABI-Netzwerkanlass

Annette Krauss, Dr. phil.

Institut für Verhalten, sozio-emotionale und psychomotorische Entwicklungsförderung (IVE)

1. März 2024

100 Jahre | Bildung für Alle 1924–2024

HfH

---

# Inhalt

1. Einige Fakten zu ADHS
2. ADHS-Symptomatik und ihre Auswirkungen
3. Berufswahl mit ADHS
4. Eigene Untersuchung zur ADHS-Symptomatik im Jugendalter und deren Auswirkungen
5. Welche Faktoren und Aspekte im Kontext Schule bzw. Betrieb werden von den Jugendlichen als herausfordernd erlebt?
6. Wie können wir diesen Herausforderungen begegnen?
7. Übergeordnete Implikationen

# Einige Fakten zu ADHS

- Häufigkeit wird weltweit auf rund 5 % geschätzt und ist in den vergangenen Jahrzehnten stabil geblieben
- Mehrheit der Fälle: chronischer Verlauf mit fortbestehenden Symptomen über die gesamte Lebensspanne
- Hohe psychische Komorbidität (60 % bis 80 %). Häufige begleitenden Störungen: Störung mit oppositionellem Trotzverhalten, Lernstörungen sowie Angst und Depressionen
- große Heterogenität unter Betroffenen
- Neuere Sichtweisen: ADHS-Spektrum
- Jugend- und junge Erwachsenenalter weniger häufig untersucht als Kindesalter

Banaschewski et al., 2017;  
Jenni, 2017; Mohr Jensen &  
Steinhausen, 2015

# ADHS-Symptomatik und ihre Auswirkungen

Adler, 2007; Tischler et al., 2010;  
Steinhausen & Sobanski, 2020

Beeinträchtigung der Exekutivfunktionen bzw.  
mangelhaften Selbststeuerung und Handlungsorganisation

Unaufmerksamkeit

Hyperaktivität/innere  
Unruhe

Impulsivität

- schlechtes Zeitmanagement
- Desorganisation
- Schwierigkeiten Aufgaben zu Ende zu führen
- Prokrastination

- Vermeidung von langweiligen und bewegungsarmen Arbeiten und Situationen

- geringe Frustrationstoleranz
- Treffen von übereilten Entscheidungen
- Unterbrechen von Tätigkeiten

→ **Probleme in der Selbstregulation.** Daraus folgend auch in organisatorischen Belangen und im Planen von längerfristigen Zielen und somit auch in der Übernahme von Eigenverantwortlichkeit!

1. Schritt: **Das bin ich**

Selbstwertproblematiken (Unter- vs. Überschätzung) Selbstreflexionsschwierigkeiten → Zusätzliche Fremdeinschätzungen wichtig!

2. Schritt: **Das ist die Berufswelt**

Ev. Überforderung durch Informationsflut

3. Schritt: **Diese Berufe kann ich lernen**

Abklären von persönlichen Interessen ev. für diese Jugendlichen noch wichtiger (da häufig generell starke Motivationsdefizite/Konzentration bei einer für sie interessanten Tätigkeit eindeutig stärker vorhanden)

4. Schritt: **Das ist meine Schnupperlehre**

**Sehr wichtig!** Realitätscheck; Praktischen Tätigkeiten als Chance; Zuverlässigkeit wichtig, ev. Schwierigkeiten in den sozialen Interaktionen, Ehrliche Rückmeldungen von Aussenstehenden wichtig

5. Schritt: **Das ist meine Bewerbung**

Probleme mit **Zuverlässigkeit & Organisation** (Vollständigkeit von Unterlagen, Einhalten von wichtigen Terminen); Impulsive Verhaltensweisen; Schwierigkeiten in den sozialen Interaktionen

# Eigene Untersuchung zur ADHS-Symptomatik auf Sekundarstufe II (EIL, Schellenberg et al., 2020)

**Fragebogenerhebung von 907 Jugendliche und jungen Erwachsenen** (Berufsschüler:innen und Gymnasialschüler:innen) **zwischen 14 und 24 Jahren** aus 66 Klassen

## Qualitative Befragung

Drei Jugendliche mit ADHS-Diagnose:

- 18-jährige Berufsschülerin (Detailhandelsassistentin EBA)
- 17-jährige Berufsschülerin (Fachangestellte Gesundheit EFZ)
- 18-jähriger Gymnasialschüler (Halbprivates Gymnasium)

Wie gestaltet sich die Situation von Jugendlichen mit ADHS-Symptomen in Schule und Betrieb?

- Deutlich geringeres Wohlbefinden sowie Selbstwertgefühl

- Tiefere Noten und erhöhte Belastung in Schule und Betrieb

Welche Faktoren im Kontext Schule bzw. Betrieb werden von den Jugendlichen als herausfordernd erlebt?

Fünf typische Herausforderungen in Schule und Betrieb....

# 1. Herausforderung von Jugendlichen mit ADHS-Symptomatik in Schule und Betrieb

## Ungünstige Lern- und Arbeitsbedingungen in Schule und Betrieb

- Frontalunterricht
- monotone administrative Arbeiten
- hoher Geräuschpegel oder andere ablenkende Reize

*„Vor allem wenn es Sachen sind wie der Computer, wo eigentlich andauernd das Gleiche zu tun ist. Man muss sitzen und sich konzentrieren.“ (17-jährige Berufsschülerin)*

## 2. Herausforderung von Jugendlichen mit ADHS-Symptomatik in Schule und Betrieb

### Hohe Anforderungen an Organisations- und Planungsfähigkeiten

- Versäumnis von (Abgabe-)Terminen und Hausaufgaben
- Vergessen von Materialien (z. B. Bücher)

*„Termine halt einfach so [...] Das Ganze halt einfach zu planen. Organisatorisch [...] es ist schwierig, das alles im Kopf zu haben und hinzukriegen.“ (18-jährige Berufsschülerin)*

# 3. Herausforderung von Jugendlichen mit ADHS-Symptomatik in Schule und Betrieb

## Lernen für Prüfungen

→ Prokrastination (Aufschieben)

*„Also, ich versuche es immer so ein bisschen hinauszuzögern, bis dann schlussendlich der zweitletzte Tag ist [...] Wie fange ich an? Wie lange? Wie viele Pausen? So [...] dann mache ich wieder eine halbe Stunde Pause, gehe eine Zigarette rauchen, trinke einen Kaffee. Und dann fange ich wieder von Neuem an.“ (17-jährige Berufsschülerin)*

# 4. Herausforderung von Jugendlichen mit ADHS-Symptomatik in Schule und Betrieb

## Motivationslosigkeit und emotionale Schwankungen

- geringe Leistungsmotivation
- geringes Selbstwertgefühl (kann sich auch als Selbstüberschätzung äussern!)
- sozialer Rückzug
- depressive Symptomatik

*„Ja, ich würde sagen, das Problem an ADHS ist halt, dass es so ein bisschen einen innerlichen Kampf verursacht[...] Ich spüre sehr stark, was ich machen möchte, aber eben diese Ablenkung, die wenige Motivation und diese Sachen, die wirklich sehr typisch sind für ADHS, und das löst in mir dann immer/ oder phasenweise sehr krass so eine Aufregung aus [...] Darum würde ich sagen emotional ist es auch sehr belastend.“ (18-jähriger Gymnasialschüler)*

# 5. Herausforderung von Jugendlichen mit ADHS-Symptomatik in Schule und Betrieb

## Soziale Interaktionen

- Anwesenheit vieler Menschen oder die Arbeit in großen Gruppen (Konzentrationsschwierigkeiten)
- Umgang mit Gleichaltrigen und Vorgesetzten (impulsive Reaktionen)

*„Also dieser eine Konflikt mit dieser Arbeitskollegin [...] ich fahre ziemlich schnell aus mir raus und sage Sachen, die nicht gut sind.“ (17-jährige Berufsschülerin)*

# Wie können wir diesen Herausforderungen begegnen?

## 1. Ungünstige Lern- und Arbeitsbedingungen in Schule und Betrieb

(z.B. Frontalunterricht, monotone administrative Arbeiten, hoher Geräuschpegel)



## Förderliche Lern- und Arbeitsbedingungen

- Abwechslung und Aktivierung
- flexible und zugleich klare Strukturen [z.B. Rückzugsort oder die Möglichkeit, einen Einzelplatz zu nutzen]

## 2. Hohe Anforderungen an Organisations- und Planungsfähigkeiten



## Klare übergeordnete Organisation in Schule bzw. Betrieb

- Terminlisten
- klare Regeln und Abläufe

## 3. Lernen für Prüfungen



## Lernstrategien

## 4. Motivationslosigkeit und emotionale Schwankungen



**Emotionaler Rückhalt durch Bezugspersonen**  
**Unterstützende Schul- und Betriebskultur**  
**Ev. therapeutische Settings**

## 5. Soziale Interaktionen



**Gespräch suchen und Schwierigkeiten ansprechen bzw. über Symptomatik aufklären**

# Übergeordnete Implikationen

→ **Präventive Förderung** ab Kindesalter

→ Unterstützung durch **multiprofessionelles Unterstützungsnetzwerk**

→ Bei Jugendlichen mit starker ADHS-Symptomatik: **multimodale Behandlung**, die therapeutische Settings und Psychoedukations-, Selbstmanagements- und Coachingelemente beinhaltet (sowie ev. Medikation) und wichtige Bezugspersonen in den therapeutischen Prozess miteinbindet

- Fallführung durch eine Person sinnvoll

→ **Inklusive Schul- bzw. Betriebskultur** auf Sekundarstufe II

Wissen über Beeinträchtigungen, offene Einstellung der (pädagogischen) Fachkräfte sowie höhere Gestaltungsspielräume (z.B. personelle Ressourcen, Räumlichkeiten, Aufbau von multiprofessionellen Unterstützungsnetzwerken); Förderliche Lern- und Arbeitsbedingungen

# Beratungs- und Infostellen sowie interessante Links zum Thema ADHS

<https://www.sfg-adhs.ch/>

<https://elpos.ch/>

<https://adhs20plus.ch/de/kontakt/>

Interessante Links:

[ADHS und Beruf – ADHSpedia](#)

[Dein Start in die Berufswelt - ADHS-Ausbildungskompass](#)

[Tipps für Jugendliche zu ADHS \(familie-mit-adhs.de\)](#)



# Literatur

- Adler, L. A. (2007). From childhood into adulthood: the changing face of ADHD. *CNS Spectrums*, 12(S23), 6-9. doi: 10.1017/S1092852900003783
- Banaschewski, T., Becker, K., Döpfner, M., Holtmann, M., Rösler, M. & Romanos, M. (2017). Attention Deficit/Hyperactivity Disorder. A Current Overview. *Deutsches Ärzteblatt International*, 114(9), 149-159 doi: 10.3238/arztebl.2017.0149
- Hanisch, C., Casale, G., Volpe, R. J., Briesch, A. M., Richard, S., Meyer, H., ... Hennemann, T. (2019). Gestufte Förderung in der Grundschule. *Prävention und Gesundheitsförderung*, 14(3), 237-241. doi: 10.1007/s11553-018-0700-z
- Jenni, O. (2017). ADHS Spektrum. *Lernen und Lernstörungen*, 6, 113-121. doi: 10.1024/2235-0977/a000174
- Krauss, A., & Mackowiak, K. (2023). Anforderungsbewältigung von Jugendlichen und jungen Erwachsenen mit ADHS-Symptomen in Schule und Betrieb. *Schweizerische Zeitschrift für Bildungswissenschaften*, 45 (1), 40–52. Anforderungsbewältigung von Jugendlichen und jungen Erwachsenen mit ADHS-Symptomen in Schule und Betrieb <https://doi.org/10.24452/sjer.45.1.4>
- Linderkamp, F., Hennig, T. & Schramm, S. A. (2011). ADHS bei Jugendlichen: Das Lerntraining LeJA. Weinheim: Beltz.
- Mohr Jensen, C. & Steinhausen, H.-C. (2015). Comorbid mental disorders in children and adolescents with attention-deficit/hyperactivity disorder in a large nationwide study. *ADHD Attention Deficit and Hyperactivity Disorders*, 7(1), 27-38. doi: 10.1007/s12402-014-0142-1
- Stein, R., Kranert, H.-W. & Wagner, S. (2016). Inklusion an beruflichen Schulen: Ergebnisse eines Modellversuchs in Bayern. Bielefeld: wbv.
- Steinhausen, H.-C. & Sobanski, E. (2020). Klinischer Verlauf. In H.-C. Steinhausen, M. Döpfner, M. Holtmann, A. Philipsen & A. Rothenberger (Hrsg.), *Handbuch ADHS: Grundlagen, Klinik, Therapie und Verlauf der Aufmerksamkeitsdefizit-Hyperaktivitätsstörung* (2., erweiterte und überarbeitete Aufl., S. 173-193). Stuttgart: Kohlhammer.
- Tischler, L., Schmidt, S., Petermann, F. & Koglin, U. (2010). ADHS im Jugendalter: Symptomwandel und Konsequenzen für Forschung und klinische Praxis. *Zeitschrift für Psychiatrie, Psychologie und Psychotherapie*, 58(1), 23-34. doi: 10.1024/1661-4747.a000003



# Herzlichen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

**100**  
Jahre | **Bildung  
für Alle**  
1924–2024

**HfH** Interkantonale Hochschule  
für Heilpädagogik

---

Schaffhauserstrasse 239  
Postfach 5850  
CH-8050 Zürich  
[www.hfh.ch](http://www.hfh.ch)