

## TIPPS & TRICKS

**Veranstaltungen:** regelmäßige und pünktliche Pausen; Geräuschpegel und andere Reize durch geschlossene Türen/Fenster verringern und Unterbinden von Zwischengesprächen; vordere Sitzplätze reservieren, um die soziale Ablenkung zu verringern; direkte Ansprache, um Aufmerksamkeit auf sich und das Thema zu lenken; Leistungserwartungen klar äußern; Arbeit in Kleingruppen und Lerngruppen; störungsfreie Sprechstunde

**Materialien:** frühzeitige Bekanntgabe von Seminarplänen, Literatur und Referatsthemen; frühzeitige Verteilung von Skripten/Handouts; Hilfen zur Strukturierung durch Gliederungen, Hervorhebungen, Zusammenfassungen, Aufgabenunterteilung in Abschnitte – auch in Prüfungsaufgaben; Bereitstellung von Mitschriften und Protokollen

**Leistungen und Nachteilsausgleich:** verlängerte Bearbeitungszeiten in Klausuren mit individueller Pausenregelung; Schreiben von Klausuren in einem separaten Raum mit eigener Aufsicht zur Vermeidung von Ablenkung; keine Bewertung eines schlechten Schriftbildes, Zulassung von Schreibprogrammen

## Definition und Beispiele

Das Aufmerksamkeitsdefizitsyndrom ist nach derzeitigem Wissensstand eine neurobiologisch bedingte Stoffwechselstörung des Gehirns und kann ohne und mit Hyperaktivität auftreten (ADS/ADHS). Bei ADS/ADHS können äußere Reize nur schwer ausgeblendet werden; die Wahrnehmung ist selektiv und die Konzentrationsspanne kurz. Personen mit ADS/ADHS lassen sich leicht ablenken, können ihre Aufmerksamkeit nur schwer auf Personen und Inhalte richten und sind schnell nervös, unruhig und aufgeregt. Hektische Umgebungen, volle Räume und laute Gruppen erhöhen den Stress und die Konzentrationsschwierigkeiten. In Verbindung mit dieser Reizfilterstörung kann es zu impulsivem Verhalten und Stimmungsschwankungen kommen.

## Auswirkungen auf den Studienalltag.(Haupt-) Schwierigkeiten

Erschwerend für den Studienalltag sind das mit ADS/ADHS häufig einhergehende eingeschränkte Zeitgefühl, eine unsystematische Arbeitsweise in Verbindung mit Aufschieben und Vergessen von Aufgaben sowie Probleme mit der Selbstorganisation, z. B. „Verzetteln“ und Abschweifen. Um den Studienalltag sinnvoll zu organisieren und Termine einzuhalten, brauchen Studierende mit ADS/ADHS haltgebende und überschaubare Strukturen, klare Anforderungen, eindeutige Pläne und Routinen. Arbeitsgruppen helfen dabei, gezielt und diszipliniert zu lernen.



## Sensibilität – Wissen - Handlungsoptionen

Phasen		Themenbausteine	Exemplarische Formate und Vermittlungsmethoden Arbeitsmaterialien
1	<b>Willkommen</b>	Beginn und Einführung	Vorstellungsrunde der Kursleitung und der Teilnehmenden
2	<b>Aufwärmung</b>	Wissen zum Thema „ADS/ADHS“, zentrale Informationen und Erfahrungsaustausch zur Fragestellung „Welche Arten von Barrieren können sich bei einer Veranstaltung ergeben?“	<u>Passiver Input (Kursleitung hält einen Kurzvortrag zum Thema):</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Input zum Thema „ADS/ ADHS“; Welche sind die Hauptcharakteristiken für das Vorliegen von ADS/ADHS? ... zum Beispiel in Form einer Präsentation oder in Form eines Filmes mit anschließender Diskussion</li> </ul>
3	<b>Problem-orientierung</b>	Fragestellung „Welche Arten von Barrieren können sich bei einer Veranstaltung ergeben?“	<u>Aktiver Input (Kursleitung und Teilnehmende greifen gemeinsam das Titelthema auf):</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• z.B. Kreisbrief ∞ S.10 oder Brainstorming ∞ S.10 zu „Welche Arten von Barrieren können sich bei einer Veranstaltung ergeben?“</li> </ul>
4	<b>Problemlösung</b>	Sensibilisierung der Teilnehmenden zum Thema „ADS/ADHS“	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <u>Übungsvariante a)</u> Parcours ∞ S.10 - Selbsterfahrung mit Simulatoren*</li> <li>• <u>Übungsvariante b)</u> Diktat (dies kann ein Text zum Thema o.ä. sein) mit Simulatoren und Störgeräuschen im Hintergrund** (z.B. laute Musik, Straßenlärm, viele Reden durcheinander“+ Zeitdruck → 2-3 Personen aus dem Kurs haben die Aufgabe das Diktat trotz der Störpunkte aufzuschreiben. Die Störpunkte erzeugen Druck, Stress und erschweren die Konzentrations- und Aufmerksamkeitsleistung.</li> </ul>
		Methodik und Didaktik „Möglichkeiten zur Gestaltung von barrierefreien Veranstaltungen unter Berücksichtigung von Studierenden mit ADS/ADHS“	<u>Ziel:</u> Planung von barrierefreien Veranstaltungen <u>Übungsvariante:</u> mit Fallbeispielen zu ADS/ADHS (z.B. Erfahrungsberichte etc.) <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Gruppe 1: Planung von barrierefreien Veranstaltungen nach Vorgabe des Fallbeispiels</li> <li>➤ Gruppe 2: Planung von Nachteilsausgleichmaßnahmen z.B. bei Prüfungen nach Vorgabe des Fallbeispiels</li> </ul> Im Anschluss gemeinsame Auswertung im Plenum.
5	<b>Wrap-Up</b>	Abschluss der Veranstaltung	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Möglichkeit zur Auswertung der Ergebnisse aus Gruppenarbeiten</li> <li>• Gemeinsame Auswertung und Abschluss der Veranstaltung</li> <li>• Möglichkeit zum Feedback an die Kursleitung zum Beispiel zur Organisation, Ablauf, Inhalte etc.</li> </ul>
6	<b>Follow-Up</b>	Ergebnissicherung	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Festhalten der Ergebnisse mittels Flipchart, Tafel oder shared document</li> <li>• Bereitstellen der Ergebnisse in digitaler Form im Anschluss an die Veranstaltung</li> </ul>