

Regula Trüb

ADHS – Ein Potenzial an Stärken für die Soziokulturelle Animation

Eine qualitative Befragung von Soziokulturellen
Animatorinnen und Animatoren mit einer ADHS

Bachelor-Arbeit der Hochschule Luzern – Soziale Arbeit

Bachelor-Arbeit

Soziokultur

VZ 2016-2023

Regula Trüb

ADHS – Ein Potenzial an Stärken für die Soziokulturelle Animation

Eine qualitative Befragung von Soziokulturellen Animatorinnen und Animatoren mit einem ADHS

Diese Arbeit wurde am **05.10.2022** an der Hochschule Luzern – Soziale Arbeit eingereicht. Für die inhaltliche Richtigkeit und Vollständigkeit wird durch die Hochschule Luzern keine Haftung übernommen.

Studierende räumen der Hochschule Luzern Verwendungs- und Verwertungsrechte an ihren im Rahmen des Studiums verfassten Arbeiten ein. Das Verwendungs- und Verwertungsrecht der Studierenden an ihren Arbeiten bleibt gewahrt (Art. 34 der Studienordnung).

Studentische Arbeiten der Hochschule Luzern – Soziale Arbeit werden unter einer Creative Commons Lizenz im Repositorium veröffentlicht und sind frei zugänglich.

Originaldokument gespeichert auf LARA – Lucerne Open Access Repository and Archive
der Zentral- und Hochschulbibliothek Luzern



Urheberrechtlicher Hinweis:

Dieses Werk ist unter einem Creative Commons Namensnennung-Keine kommerzielle Nutzung-Keine Bearbeitung 3.0 Schweiz (CC BY-NC-ND 3.0 CH) Lizenzvertrag lizenziert.

Um die Lizenz anzuschauen, gehen Sie bitte zu <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/ch>

Sie dürfen:



Teilen — das Material in jedwedem Format oder Medium vervielfältigen und weiterverbreiten.

Zu den folgenden Bedingungen:



Namensnennung — Sie müssen angemessene Urheber- und Rechteangaben machen, einen Link zur Lizenz beifügen und angeben, ob Änderungen vorgenommen wurden. Diese Angaben dürfen in jeder angemessenen Art und Weise gemacht werden, allerdings nicht so, dass der Eindruck entsteht, der Lizenzgeber unterstütze gerade Sie oder Ihre Nutzung besonders.



Nicht kommerziell — Sie dürfen das Material nicht für kommerzielle Zwecke nutzen.



Keine Bearbeitungen — Wenn Sie das Material remixen, verändern oder darauf anderweitig direkt aufbauen dürfen Sie die bearbeitete Fassung des Materials nicht verbreiten.

Keine weiteren Einschränkungen — Sie dürfen keine zusätzlichen Klauseln oder technische Verfahren einsetzen, die anderen rechtlich irgendetwas untersagen, was die Lizenz erlaubt.

Jede der vorgenannten Bedingungen kann aufgehoben werden, sofern Sie die Einwilligung des Rechteinhabers dazu erhalten.

Diese Lizenz lässt die Urheberpersönlichkeitsrechte nach Schweizer Recht unberührt.

Eine ausführliche Fassung des Lizenzvertrags befindet sich unter

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/ch/legalcode.de>

Vorwort der Schulleitung

Die Bachelor-Arbeit ist Bestandteil und Abschluss der beruflichen Ausbildung an der Hochschule Luzern, Soziale Arbeit. Mit dieser Arbeit zeigen die Studierenden, dass sie fähig sind, einer berufsrelevanten Fragestellung systematisch nachzugehen, Antworten zu dieser Fragestellung zu erarbeiten und die eigenen Einsichten klar darzulegen. Das während der Ausbildung erworbene Wissen setzen sie so in Konsequenzen und Schlussfolgerungen für die eigene berufliche Praxis um.

Die Bachelor-Arbeit wird in Einzel- oder Gruppenarbeit parallel zum Unterricht im Zeitraum von zehn Monaten geschrieben. Gruppendynamische Aspekte, Eigenverantwortung, Auseinandersetzung mit formalen und konkret-subjektiven Ansprüchen und Standpunkten sowie die Behauptung in stark belasteten Situationen gehören also zum Kontext der Arbeit.

Von einer gefestigten Berufsidentität aus sind die neuen Fachleute fähig, soziale Probleme als ihren Gegenstand zu beurteilen und zu bewerten. Soziokulturell-animatorisches Denken und Handeln ist vernetztes, ganzheitliches Denken und präzises, konkretes Handeln. Es ist daher nahe liegend, dass die Diplomandinnen und Diplomanden ihre Themen von verschiedenen Seiten beleuchten und betrachten, den eigenen Standpunkt klären und Stellung beziehen sowie auf der Handlungsebene Lösungsvorschläge oder Postulate formulieren.

Ihre Bachelor-Arbeit ist somit ein wichtiger Fachbeitrag an die breite thematische Entwicklung der professionellen Sozialen Arbeit im Spannungsfeld von Praxis und Wissenschaft. In diesem Sinne wünschen wir, dass die zukünftigen Soziokulturellen Animatorinnen und Animatoren mit ihrem Beitrag auf fachliches Echo stossen und ihre Anregungen und Impulse von den Fachleuten aufgenommen werden.

Luzern, im Oktober 2022

Hochschule Luzern, Soziale Arbeit
Leitung Bachelor

Abstract

Die Aufmerksamkeitsdefizit-Hyperaktivitätsstörung (ADHS) gehört zu den nach ICD-10 klassifizierten Krankheitsbildern mit definierter Symptomatik. Trotzdem wird diese Krankheit teilweise immer noch als gesellschaftliche Modeerscheinung bezeichnet oder sogar völlig in Abrede gestellt und ist mit Vorurteilen behaftet. Diese sitzen so tief, dass Fachpersonen dazu raten, dass ADHS bei Stellenbewerbungen verschwiegen werden soll. Untersuchungen zeigen hingegen, dass sich ADHS nicht nur als defizitäre Störung manifestiert, sondern auch mit spezifischen Stärken verbunden ist. Die in der Fachliteratur genannten Stärken werden jedoch im Arbeitsleben kaum gewürdigt, geschweige denn genutzt. Ja, sie sind häufig den Menschen mit einer ADHS selbst nicht bewusst.

Ein Vergleich der ADHS-Stärken mit beruflichen Anforderungen an Soziokulturelle Animator_innen zeigt, dass Menschen mit einer ADHS möglicherweise eine erhöhte Affinität für diesen Tätigkeitsbereich haben. Im Rahmen einer qualitativen Forschung wird anhand von leitfadengestützten Interviews herausgearbeitet, bei welchen beruflichen Tätigkeiten die Soziokulturelle Animator_innen mit ADHS ihre spezifischen Stärken einsetzen. Die Auswertung zeigt auf, dass diese Berufspersonen mit ihren ADHS-Stärken für die SKA ein grosses Potenzial darstellen. Beispiele aus der Berufspraxis verdeutlichen dies.

Bei entsprechender Information und Sensibilisierung lässt sich diese Affinität zum Vorteil aller Beteiligten nutzen und bewusst einsetzen. Dazu müsste jedoch die defizitäre Wahrnehmungsperspektive aufgegeben oder wenigstens relativiert werden.

Dank

Ich möchte all jenen Personen meinen herzlichsten Dank aussprechen, welche mich während dieser Arbeit unterstützt haben.

Ein besonderer Dank gilt meinen vier Interviewpersonen. Ihre Bereitschaft, offen und ausführlich über ihre Erfahrungen zu berichten, schätze ich sehr. Dies war für die Arbeit essenziell, und in Anbetracht der gewählten Thematik keine Selbstverständlichkeit.

Ebenfalls möchte ich mich bei allen Dozierenden der Hochschule Luzern – Soziale Arbeit bedanken, welche mich nicht nur fachlich unterstützten, sondern auch halfen, Kontakte zu potenziellen Interviewpersonen herzustellen. Insbesondere Gregor Husi für die Begleitung im Bachelorkolloquium sowie Ivica Petrušić, meiner Begleitperson der Bachelorarbeit, der sich, ohne zu zögern auf mein herausforderndes Thema eingelassen hat.

Ebenso danken möchte ich PD Dr. med. Dr. rer. nat. Pascal Burger, der mir mit seinen medizinischen Erklärungen zum Verständnis der ADHS und ihren Stärken enorm half, sowie Edgar Brüttsch für das Lektorieren meiner Arbeit.

Ein grosser Dank gilt meiner Familie, meinem Freund und meinen Freundinnen, die mich während der Bachelor-Zeit mitgetragen und motiviert haben, sowie stets ein offenes Ohr für mich hatten.

Viele weitere Menschen haben mich, beispielsweise durch nette Gesten, unterstützt - auch wenn sie hier nicht aufgeführt sind, nie war es selbstverständlich für mich.

Inhaltsverzeichnis

Abstract.....	I
Abbildungsverzeichnis.....	V
Tabellenverzeichnis.....	VI
Abkürzungsverzeichnis.....	VII
1 Einleitung	1
1.1 Ziel und Fragestellung.....	2
1.2 Aufbau der Arbeit	2
2 ADHS.....	3
2.1 Definition	3
2.2 Wahrnehmung und Wissenstand in der Gesellschaft	3
2.3 Ursachen, Forschungsstand sowie Prävalenz.....	4
2.4 Diagnose	5
2.5 Symptome – und deren Auswirkungen	6
2.6 Therapieziel und Behandlungsmöglichkeiten.....	9
3 ADHS-Stärken.....	11
3.1 Grundlagen	11
3.2 Ermittlung.....	12
3.3 Beschreibungen und Voraussetzungen	13
3.4 Kritik.....	17
4 Soziokulturelle Animation.....	18
4.1 Teilbereiche der Sozialen Arbeit.....	18
4.2 Gesellschaftlicher Auftrag und Funktionen	19
4.3 Interventionspositionen	21
4.3.1 Animationsposition	22
4.3.2 Konzeptposition.....	22
4.3.3 Organisationsposition	22
4.3.4 Vermittlungsposition.....	23
4.4 Relevante Berufskompetenzen	23
4.5 Handlungsfelder und Zielgruppen	24
5 Methodisches Vorgehen	25
5.1 Qualitativer Forschungsansatz	25
5.2 Erhebungsinstrument	25
5.3 Stichprobe.....	26

5.4	Feldzugang	27
5.5	Datenerhebung.....	27
5.6	Datenaufbereitung und Datenauswertung	28
6	Darstellung der Forschungsergebnisse	30
6.1	Daten zur Stichprobe	30
6.2	Vorurteile gegenüber ADHS und deren Konsequenzen	31
6.3	Bedarf an Aufklärungsarbeit über ADHS	32
6.4	Wahrnehmungen betreffend ADHS-Stärken.....	32
6.5	Relevante soziokulturelle Aspekte	34
6.5.1	Vertretung von ADHS in der Soziokulturellen Animation	34
6.5.2	Darstellung der soziokulturellen Tätigkeiten der Interviewpersonen	34
6.5.3	Einsatz der ADHS-Stärken in soziokulturellen Tätigkeitsbereichen	35
7	Diskussion der Forschungsergebnisse.....	39
7.1	Darstellung der Wahrnehmungen betreffend ADHS-Stärken	39
7.2	Einsatz der ADHS-Stärken in soziokulturellen Tätigkeitsbereichen.....	40
7.2.1	Vernetzungsfunktion	41
7.2.2	Präventive Funktion	41
7.2.3	Konzeptposition.....	41
7.2.4	Animationsposition	42
8	Fazit.....	44
8.1	Beantwortung der Fragestellung	44
8.2	Empfehlungen.....	45
8.2.1	Für Soziokulturelle Animator_innen mit Vermutung auf ADHS.....	45
8.2.2	Für Soziokulturelle Animator_innen mit ADHS	46
8.2.3	Für Arbeitgebende von Soziokulturellen Animator_innen mit ADHS	47
8.3	Ausblick.....	47
9	Reflexion.....	49
10	Literatur- und Quellenverzeichnis.....	51
	Anhang	56

Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1: Unterschiede der Informationsverarbeitung und deren Konsequenzen	8
Abbildung 2: Handlungsmodell mit den vier Interventionspositionen	21
Abbildung 3: Zielgruppen der Soziokulturellen Animation	24
Abbildung 4: Auswertung der Wahrnehmungen betreffend ADHS-Stärken der Interviewpersonen	39
Abbildung 5: Weg zur Potenzialausschöpfung	46
Abbildung 6: Diagnose-Checkliste	58

Tabellenverzeichnis

Tabelle 1:	Primäre ADHS-Phänomene.....	7
Tabelle 2:	Sekundäre und tertiäre ADHS-Phänomene	7
Tabelle 3:	Berufsprofile der Sozialen Arbeit und ihr gesellschaftlicher Auftrag	19
Tabelle 4:	Sechsstufiges Verfahren zur Interviewauswertung	29
Tabelle 5:	Personenbezogene Daten der Stichprobe	30
Tabelle 6:	Diagnosebezogene Auskünfte zu den Personen.....	30
Tabelle 7:	Aktuelle Behandlung.....	31
Tabelle 8:	ADHS-Stärken und deren Anwendung in der SKA	34
Tabelle 9:	Soziokulturelle Tätigkeiten der Interviewpersonen.....	35
Tabelle 10:	Screening-Test Resultate der Interviewpersonen	64

Abkürzungsverzeichnis

ADHS	Aufmerksamkeitsdefizit-Hyperaktivitätsstörung (engl. ADHD)
APA	American Psychiatric Association
Dgkjp	Deutsche Gesellschaft für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie e.V.
DGPPN	Deutsche Gesellschaft für Psychiatrie und Psychotherapie, Psychosomatik und Nervenheilkunde
DSM	Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, 5 th ed.
DSM-5	Diagnostisches und Statistisches Handbuch Psychischer Störungen
ICD-10	Internationale statistische Klassifikation der Krankheiten und verwandter Gesundheitsprobleme, Version 10
SKA	Soziokulturelle Animation
WHO	World Health Organisation

«Das Wissen um solche ADHS-Vorteile ist für Firmen und für die Gesellschaft insgesamt von großer Wichtigkeit. Dieses Potenzial wartet darauf, besser genutzt zu werden.» (Lachenmeier, 2021, S. 86)

1 Einleitung

Lachenmeier (2020) beweist, dass die Aufmerksamkeitsdefizit-Hyperaktivitätsstörung (ADHS) gerade durch ihre Funktionsweise wichtige Stärken wie «Kreativität», «Innovationsfreudigkeit», und «Lösungsorientierung» hervorbringt (S. 4–7). Auch gehören laut Simchen (2020a) ein ausgeprägter Sinn für Gerechtigkeit, das Interesse an allem Neuen, eine soziale Ader und grosse Hilfsbereitschaft dazu (S. 16). Dies deckt sich zu einem grossen Teil (80 %) mit den Wesenszügen, welche laut Aussagen von Expertinnen und Experten der Soziokulturellen Animation (SKA) für die Berufsausübung benötigt werden, z. B. Kreativität, visionäres Denken, Neugierde, Gerechtigkeitssinn oder das Interesse an Menschen (Hochschule Luzern – Soziale Arbeit, 2015b).

Gespräche mit Dozierenden und Mitstudierenden an der Hochschule Luzern – Soziale Arbeit lassen vermuten, dass mehr als 5 % der angehenden und ausgebildeten Soziokulturellen Animator_innen eine ADHS haben. Dies macht aufgrund der offensichtlichen Übereinstimmung von Anforderungen und Stärken Sinn. Deshalb kann davon ausgegangen werden, dass Menschen mit ADHS durch ihre Stärken ein grosses Potenzial für die Soziokulturelle Animation (SKA) sind.

Wahrgenommen wird die ADHS, eine anerkannte psychische Störung¹, ganz anders (Krause & Krause, 2014, S. 57). Die Öffentlichkeit hat auf Grund von Unwissen, Halbwissen und Vorurteilen eine ausgrenzende und defizitäre Sicht auf die ADHS (Winkler, 2021). Mit dieser negativen Sicht müssen bis zu 5 % aller Erwachsener umgehen können, die eine ADHS haben (Lachenmeier, 2020, S. 4). Dies führt soweit, dass Lachenmeier aufgrund ebendieser Vorurteile und dem Unwissen davon abrät, bei der Stellensuche die Diagnose zu erwähnen (Lachenmeier, 2016).

Wo sich defizitäre Sichtweisen und damit eine Tendenz zur Diskriminierung einer Menschengruppe zeigt und somit ein Teil des gesellschaftlichen Zusammenhalts gefährdet scheint, ist die SKA zum Handeln gefordert (Husi, 2013, S. 102). Denn es gehört zu ihrer Kernaufgabe, sich für gegenseitiges Verständnis einzusetzen, einem Ziel, das im stetigen Wandel der Gesellschaft immer wieder erkämpft werden muss (Hochschule Luzern – Soziale Arbeit et al., 2017, S. 1). Genaue Anweisungen zu formulieren, wie dies konkret erreicht werden könnte, können im Umfang dieser Arbeit nicht

¹ ADHS gehört gemäss ICD-10 zu den hyperkinetischen Störungen und wird im DSM-5 als Störungsbild beschrieben.

erarbeitet werden. Verfolgt wird jedoch das Ziel, durch informative Aufklärung dazu beizutragen, eine realistische Sichtweise und breiteres Verständnis für ADHS anzustossen und zu fördern. Denn laut Winkler beweisen Studien, dass Wissen über ADHS die Sichtweisen tendenziell verbessern und negative Einstellungen verkleinern (Winkler, 2021).

1.1 Ziel und Fragestellung

Mit der Arbeit wird geprüft, ob – wie von der Autorin vermutet – Soziokulturelle Animator_innen mit ADHS für die SKA ein grosses Potenzial durch ihre spezifischen Stärken darstellen. Im Mittelpunkt steht die Frage:

Wo setzen Soziokulturelle Animatorinnen und Animatoren mit ADHS ihre wahrgenommenen ADHS-Stärken bei ihrer beruflichen Tätigkeit ein?

1.2 Aufbau der Arbeit

Im Detail wird sukzessive nach Antworten auf folgende Fragen gesucht:

- Welches sind die grundlegenden Fakten zu ADHS?
In Kapitel 2 wird eine Übersicht über den Stand der Forschung sowie über grundlegende Fakten rund um ADHS vermittelt.
- Welches sind die potenziellen Stärken von Menschen mit ADHS?
In Kapitel 3 wird über die im Zusammenhang mit ADHS stehenden spezifischen Stärken orientiert.
- Wie sieht das berufliche Porträt der SKA aus?
In Kapitel 4 wird die SKA mit ihrem gesellschaftlichen Auftrag und den daraus abgeleiteten Funktionen und Interpositionen abgebildet.
- Welcher Forschungsansatz eignet sich für die Untersuchung der zentralen Fragestellung der Arbeit?
In Kapitel 5 werden die Wahl der Vorgehensweise, die methodischen Grundlagen sowie die konkret eingesetzten Mittel übergreifend beschrieben und kurz reflektiert.
- Welche Erkenntnisse lassen sich aus der Untersuchung gewinnen?
In Kapitel 6 und 7 werden die Untersuchungsergebnisse präsentiert und in Einbezug der erarbeiteten Theorien auf die Forschungsfrage hin diskutiert. Kapitel 8 zieht ein vorsichtiges Fazit aus der Diskussion, welches die abgeleiteten Handlungsempfehlungen enthält. In Kapitel 9 wird die vorliegende Untersuchung reflektiert.

2 ADHS

Grundlegende Konzepte und Fakten im Zusammenhang mit ADHS sind die Basis, um Wissen und Verständnis zu ADHS zu vermitteln. Dazu gehört die Definition von ADHS, deren Wahrnehmung in der Öffentlichkeit, Ursache, Forschungsstand und Prävalenz, die Diagnose und Symptome der Störung sowie Therapieziele und Behandlungsmöglichkeiten.

2.1 Definition

Die Aufmerksamkeitsdefizit-Hyperaktivitätsstörung (ADHS) ist eine facettenreiche psychische Störung, die im Kindesalter beginnt. Hyperaktivität, Impulsivität und/oder Unaufmerksamkeit sind laut ICD-10 die definierenden Hauptsymptome (dgkjp & DGPPN, 2017). In Anhang A sind die Diagnose-Kriterien angefügt.

Die Aufnahme von Informationen und deren Verarbeitung sind die hauptsächlichen Probleme einer ADHS (Armstrong et al., 2001; zit. in Krause & Krause, 2014, S. 23), trotz normaler bis sehr hoher Intelligenz (Simchen, 2020b, S. 80). Die Störung wächst sich mit dem Alter nicht aus und 70% der Kinder mit einer ADHS weisen im Erwachsenenalter noch Symptome oder funktionelle Beeinträchtigungen auf (Ärzteblatt, 2017). ADHS ist kein milieu- und umweltbedingtes Konstrukt, sondern wird quer durch alle Kulturen in ähnlichen Ausprägungen und Häufigkeiten angetroffen (Rhode et al, 2005 zit. in Krause & Krause, 2014, S. 21).

2.2 Wahrnehmung und Wissenstand in der Gesellschaft

Eine internationale Studie zeigt auf, dass sich der Informationsstand in den USA und Europa über ADHS sowie ihre Behandlungsmöglichkeiten in der Gesellschaft seit 2010 nicht verbessert hat (Winkler, 2021). Dabei geht die Wahrnehmung von ADHS (oder zumindest deren Symptomatik) weit zurück, wurde das Phänomen doch schon vor knapp 250 Jahren das erste Mal in der Literatur beschrieben.² Die feststellbaren Erscheinungsformen schlagen sich auch im Volksmund nieder, etwa in den Figuren des hyperaktiven «Zappel-Philipp» oder des unaufmerksamen «Hanns Guck-in-die-Luft», zwei Geschichten im 1844 erschienenen Kinderbuch «Struwelpeter». Fortan finden

² Bereits 1775 beschrieb Melchior Adam Weikard, ein deutscher Arzt, in einem Bericht lehrbuchmässig eine Störung mit der erwähnten Symptomatik. 1798 beschreibt Sir Alexander Chrichton die Symptomatik als «mental restlessness» (Krause & Krause, 2014, S. 1 f.). Das erste pharmakologische Produkt, Ritalin, wurde 1944 entwickelt und 1954 zugelassen (vgl. Bundesrat, 2009). Die Bezeichnung «ADHS» für die Symptomatik besteht seit über 30 Jahren. (Krause & Krause, 2014, S. 1 f.).

sich in der Fachliteratur immer wieder Beschreibungen der ADHS-Symptomatik, obwohl die Diagnose stets auch kontrovers diskutiert wurde.

Endrass (2019, S. 17 f.) schreibt, dass sowohl im ambulanten wie auch im stationären psychiatrisch-psychosomatischen Versorgungsbereich die Diagnose ADHS noch immer angezweifelt wird. Einige Fachleute vertreten die These, dass ADHS keine valide klinische Diagnose im Sinne von ICD-10 darstelle, sondern eine Überdiagnostizierung oder Pathologisierung erlernter oder erworbener Verhaltensweisen, weshalb ADHS als rein soziales Konstrukt aufzufassen sei (Schmidt, 2018, S. 59, 60, 334, 335). Die Kontroverse um ADHS erreichte vor allem mit der Publikation von Richard Saul (2014) «Die ADHS-Lüge» grosse Verbreitung und ist eng verbunden mit der medikamentösen Behandlung von ADHS und der Behauptung, ADHS sei eine reine Modediagnose. Entsprechend zeigt auch die öffentliche Wahrnehmung von ADHS eine gewisse Polarität.

Eine Umfrage von 2017 der Uni Greifswald zeigte auf, dass die deutsche Öffentlichkeit kaum etwas über ADHS weiss. 58 % der Befragten vermuteten, dass ein hoher Fernseh- oder Internetkonsum ADHS auslöst. Für 20 % ist ADHS keine Krankheit (Winkler, 2019; Speerforck et al., 2021, S. 785). In der Schweiz dürften die Verhältnisse ähnlich sein. So reichte Nationalrätin Herzog eine Motion ein: «ADHS ist keine Krankheit! Die wirklichen Ursachen müssen nun angepackt werden» (Bundesrat, 2015). Jede_r siebte Politiker_in der Vereinigten Bundesversammlung unterschrieb diese Motion.

Zusammenfassend zeigt sich ADHS und ihre Symptomatik mit einem uneinheitlichen Wert in der Gesellschaft. Die Wahrnehmung bewegt sich in grosser Vielfalt auf einem Spektrum zwischen medizinisch anerkannter und therapierbarer Krankheit einerseits und Modeerscheinung bzw. Fehldiagnose andererseits.

2.3 Ursachen, Forschungsstand sowie Prävalenz

Die Ursachen von ADHS und ihre auslösenden Faktoren sind komplex und uneinheitlich (Ärzteblatt, 2017). In den 1970er-Jahren werden neurochemische, neurophysiologische und radiologische Auffälligkeiten gefunden, die auf Anomalien im dopaminergen und noradrenergen System hinweisen (Krause & Krause, 2014, S. 20). Nach Lachenmeier (2014, S. 48) betreffen diese Anomalien die Nervenbahnen und -zentren, welche für Informationen zuständig sind. In diesen Bereichen werden Informationen aufgenommen, abgerufen und verarbeitet. Eine epidemiologische Zwillingsstichprobe aus den Niederlanden zeigt, dass ADHS zu 78 % genetische Ursachen hat, wobei bei ADHS eine Vielzahl von Genen betroffen sind (Krause & Krause, 2003, S. 56). Dazu kommen «besondere Umweltfaktoren» (Hudziak et al., 2005; zit. in Krause & Krause, 2014, S. 21).

Die «besonderen Umweltfaktoren» sind als Ursachen umstritten und vermutlich teils selber auf genetische Einflüsse zurück zu führen (Krause & Krause, 2014, S. 19, 58), z. B. rauchende Mütter. Da Rauchen eine fast gleiche Wirkung auf das Gehirn auslöst wie ADHS-Medikamente, könnte das Rauchen selbst eine genetische Grundlage haben, die auf eine unentdeckte ADHS hinweist (Langley et al., 2012; zit. in Krause & Krause, 2014, S. 18).

Die Internationale Konsensuserklärung der World Federation of ADHD³ hält fest, dass die Forschung erst jetzt anfangen zu verstehen, wie das Zusammenspiel von Umwelt und Gehirn funktioniert und Symptome sowie Störungen erzeugt. Ebenso wisse man zu wenig über deren Verläufe über die gesamte Lebensspanne der Betroffenen. Zudem würden Mädchen und Frauen in der Forschung bisher zu wenig berücksichtigt. Medikamente wirkten, aber die Behandlungen müssten trotzdem verbessert werden, da sie manchmal nur eingeschränkt wirkten. Eventuell müssten auch emotionale Symptome in die Diagnostik miteinbezogen werden.

ADHS tritt weltweit bei 2,8% der Erwachsenen auf (Döpfner et al., 2021, S. 34). Diese Zahl wird von Medizinern angezweifelt und als zu klein eingeschätzt. Lachenmeier geht von einem Wert von 5% aus (2020, S. 4).

2.4 Diagnose

Die Erstdiagnose für eine ADHS bei Erwachsenen ist gemäss Fachliteratur komplex. Eine besondere Herausforderung ist die Diagnostik, wenn die Hyperaktivität insbesondere bei Frauen als Kernsymptom fehlt. Deshalb sollten nur erfahrene Fachpersonen ADHS diagnostizieren (Krause & Krause, 2014, S. 62, 144). Ryffel-Rawak (2016) doppelt nach und empfiehlt den Patienten_innen, sich zuerst über den Wissenstand der Fachleute zu erkundigen, bevor sie sich in deren Hände begeben (S. 127). Psychiater_innen versuchen – analog einem Puzzle – aus vielen Persönlichkeitsanteilen ein Bild zusammensetzen, um festzustellen, ob eine ADHS besteht oder nicht (Krause & Krause, 2014, S. 66).

³ 2007 mit der Absicht gegründet, «[...] to disseminate education about ADHD and advocate for patients and their families by enabling world experts to teach clinicians, researchers and other ADHD stakeholders on how to use scientific facts and clinical wisdom to create better outcomes for people with ADHD», veranstaltet diese Nonprofit-Organisation regelmässig Fachkongresse und publiziert zum Thema ADHS.

Zur Diagnostik gehören nach Ryffel-Rawak (2016, S. 127–129):

- Die Retroperspektive der Kindheit
- Die Selbstwahrnehmung der Patient_in
- Das Erkennen, welche Copingstrategien angewendet werden und weshalb⁴
- Die Symptome, deren Startzeitpunkt, deren Gewichtung durch Patient_innen und deren Folgen für Patient_innen
- Erkennen, dass eine andere Krankheit eine ADHS überdeckt, und eine ADHS deshalb nur schwer erkennbar ist
- Begleitkrankheiten (Komorbiditäten) erkennen

Für die Diagnostik der ADHS sind gemäss Manual der Vertrauensärzte Schweiz das System des ICD-10 der World Health Organisation (WHO) und das «Diagnostisches und Statistisches Handbuch Psychischer Störungen DSM-5» der American Psychiatric Association (APA) die offiziellen Diagnosehilfsmittel (Hunziker, 2019, S. 2). Zur Vollständigkeit sind im Anhang A die diagnostischen Kriterien-Tabellen nach ICD-10 und DSM-IV⁵ anhand der Kernsymptome abgebildet. Der Anhang B zeigt eine Diagnose-Checkliste, um zu veranschaulichen, wie komplex die Diagnosestellung ist.

Je nach Vorhandensein der Symptome werden für die Diagnose zwischen den drei nachstehenden Erscheinungsbildern unterschieden:

- Vorwiegend unaufmerksames Erscheinungsbild
- Vorwiegend hyperaktives-impulsives Erscheinungsbild
- Kombiniertes Erscheinungsbild (hyperaktiv und unaufmerksam)
(Schweizerische Fachgesellschaft ADHS, 2016).

2.5 Symptome – und deren Auswirkungen

Lachenmeier⁶ (2021) stellt die Ursache von ADHS und die daraus resultierenden Symptome in einen funktionellen Zusammenhang. Neurobiologisch stehen bei ADHS in bestimmten Gehirnbahnen und -zentren zu wenig von den Transmittern Dopamin und Noradrenalin zur Verfügung. Diese werden für die Informationsverarbeitung benötigt, um die Aufnahme von Reizen (äussere Informationen), den Wissensabruf aus dem Gedächtnis (innere Informationen) sowie deren Verknüpfungen

⁴ Unter «Coping» (Deutsch: Bewältigung) wird die Art und Weise verstanden, wie Betroffene mit einem Problem umgehen.

⁵ DSM-5 wurde 2013 publiziert und ist die aktuelle, überarbeitete und erweiterte Ausgabe des DSM. In den meisten hier verwendeten Quellen wird aber auf die Diagnose nach DSM-IV verwiesen, weshalb dessen Kriterien im Anhang beigefügt wurde.

⁶ Lachenmeier ist ein Schweizer Arzt für Psychiatrie und hat selbst ADHS. Seine Aussagen sind «Erkenntnisse der Grundlagenforschung (v. a. aus Neurobiologie, Genetik und Pharmakologie) ebenso verarbeitet wie anderweitige Kenntnisse aus Psychologie und Psychiatrie» vereint (Lachenmeier, 2021, S. 2–3).

(Denken, Assoziieren usw.) zu gewährleisten. Dopamin vermindert dabei unwichtige Reize, während Noradrenalin wichtige Reize verstärkt (Trott, 1993; Stieglitz und Hofecker-Fallahpour, 2007, zit. in; Lachenmeier, 2021, S. 12–13). Mit anderen Worten, die beiden Stoffe wirken filternd und steuernd, weshalb diese Leistungen bei Menschen mit ADHS aufgrund des tieferen Spiegels eingeschränkt ist. Durch den Mangel der Filterfunktionalität wird ein Vielfaches von Informationen ungesteuert durchgelassen. So wird es schwierig, wichtige Informationen klar zu erkennen (Lachenmeier, 2021, S. 13) und von unwichtigen zu unterscheiden. Diese Einschränkung betrifft 100 Milliarden Nervenzellen (Simchen, 2020b, S. 64). Lachenmeier listet primäre ADHS-Symptome auf, die durch neurobiologische Ursachen hervorgerufen werden (siehe Tabelle 1):

	Rahmen pathogenetischer Mechanismen	Einzelne Beispiele der Symptomatik
Primäre ADHS-Phänomene (direkte Folgen der neurobiologischen Kondition)	Reduzierter Filter	Fehlender Überblick, «Gnusch»
		Unsicherheit, Angst
		Mühe zu entscheiden
		Zeitweise Erschöpfung
	Reduzierte Steuerung	Usw.
		Teils veränderte Wahrnehmung
		Impulsivität
		Ablenkbarkeit
		Konzentrationsprobleme
Negativer Hyperfokus	Hyperaktivität	
	Usw.	
	Instabile Stimmung	
	Kritikempfindlich	
	Usw.	

Tabelle 1: Primäre ADHS-Phänomene (Quelle: Auszug Lachenmeier, 2021, S. 27).

Sind Personen mit einer ADHS über die Problematik des reduzierten Filters nicht informiert, können sich auf der Basis der primären ADHS-Phänomene sekundäre wie eine Selbstwertproblematik bilden (siehe Tabelle 2). Werden diese nicht verhindert oder behoben, können daraus zusätzliche psychische Krankheiten entstehen.

Sekundäre ADHS-Phänomene	Ungünstige Coping-Mechanismen	Scheingelassenheit (es ist mir egal, wenn ich im Chaos lebe = untauglich)
	Nebenwirkungen von Coping-Mechanismen	Usw.
		Immer alles nachfragen = an sich zielführendes Coping bei mangelndem Speichern, doch man wird zur unerträglichen Nervensäge
		Perfektionismus als Überkompensation = tauglich, doch man wird mit nichts fertig und erschöpft sich
Eigene Fehlinterpretationen (kognitive Ebene)	Usw.	Selbstwertproblematik
		Angstsymptomatik
		Depressive Symptomatik
		Zwangssymptome
Missverständnisse sowohl mit als auch durch andere (systemische Ebene)	Usw.	Usw.
		Beziehungsschwierigkeiten
		Aussenseiter
		Gestörtes Sozialverhalten
Tertiäre ADHS-Phänomene	Ungelöste reaktive Gefühle und Konflikte aufgrund ADHS-bedingter schwieriger Erlebnisse (psychodynamische Ebene)	Usw.
		Alle Formen «neurotischer» Probleme inklusive psychodynamisch bedingte Selbstwertprobleme

Tabelle 2: Sekundäre und tertiäre ADHS-Phänomene (Quelle: Auszug aus Lachenmeier, 2021, S. 27).

Abbildung 1 zeigt schematisch die Unterschiede bei der Informationsverarbeitung und deren Konsequenzen, zwischen Personen ohne und Personen mit ADHS auf. So haben Menschen ohne ADHS schnellen Überblick und Orientierung. Sie fühlen sich sicher, Entscheidungen können schnell gefällt werden und es kostet sie wenig Energie. Bei Personen mit ADHS ist das Ganze gegenteilig (Lachenmeier, 2021, S. 13).

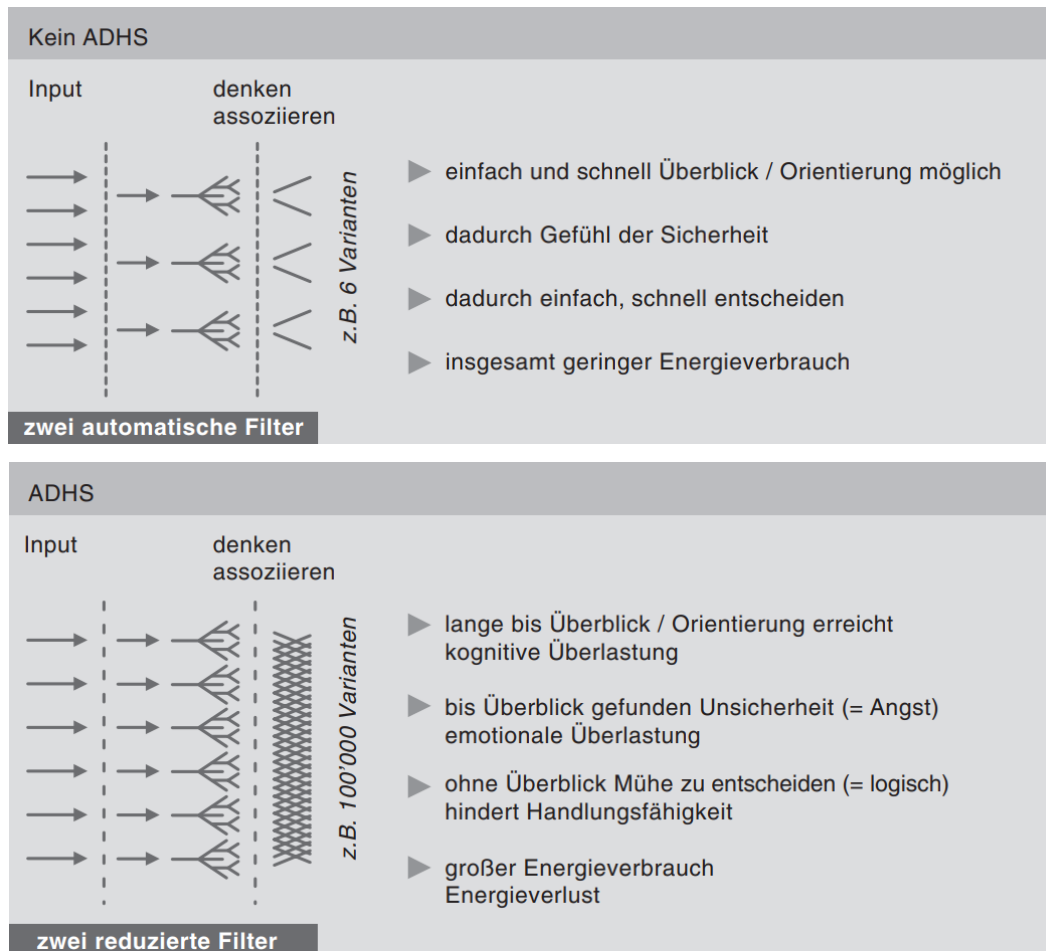


Abbildung 1: Unterschiede der Informationsverarbeitung und deren Konsequenzen (Quelle: Auszug Lachenmeier, 2021, S. 13, 14).

Auch Ryffel-Rawak (2016) nimmt Bezug auf die Reizoffenheit, welche dasselbe wie die Minderung der Filter bezeichnet. Menschen mit ADHS sind hypersensibel. Sie sehen, hören, riechen, schmecken und tasten mehr als Menschen ohne ADHS. Ihr sechster Sinn, die Wahrnehmung ist ebenfalls ausgeprägter. Dadurch sind ihre Gefühle intensiver und weniger regulierbar. Personen mit ADHS sind ihnen meist hilflos ausgeliefert und werden deshalb verletzlicher. Dadurch kann ein ADHS-Verhalten, wie «sich in Tagträume flüchten», unerklärliche und eventuell depressive Verstimmungszustände, Wut oder Zorn entstehen (Ryffel-Rawak, 2016, S. 32).

Wie durch ADHS Probleme im Alltag entstehen, erklärt Lachenmeier anhand einer kleinen Sequenz:

«Manche ADHSler haben Mühe, im Restaurant aus einer Menü-Karte zu wählen. <Ach so viele Möglichkeiten; ist der Fisch hier besonders gut oder schlecht? Was reden die Kollegen, und die am Nebentisch; wer kommt gerade rein? Wieso läuft so laute Musik?> Ein Wirrwarr.» (Lachenmeier, 2021, S. 27).

Menschen mit ADHS nehmen eine solche Situation auf besondere Weise wahr: All ihre Sinne nehmen ungebremst sämtliche Reize vom Restaurant auf. Sie sehen möglicherweise, was draussen vor dem Fenster passiert, und merken, wenn Leute an ihrem Tisch vorbeilaufen. Sie hören die Gespräche von rundherum, vermischt mit Musik im Hintergrund. Aus der Küche riechen sie die verschiedensten Düfte, spüren, wie sich die Menükarte und der Stuhl taktil anfühlt. Sie realisieren, ob es ihren Kolleginnen und Kollegen oder anderen Gästen gut geht, nehmen möglicherweise Spannungen wahr. Diese Wahrnehmungen prasseln all gleichzeitig und mit gleicher Intensität auf Betroffene ein. Durch die Konzentrations- und Entscheidungsprobleme wächst in einer solchen Situation der Druck, je länger es bis zur Entscheidung dauert.

2.6 Therapieziel und Behandlungsmöglichkeiten

Die Therapieziele und Behandlungsmöglichkeiten⁷ bei ADHS müssen immer individuell erarbeitet werden. Das Hauptziel aller Therapien ist, dass für Betroffene eine Verbesserung der Lebensqualität erzielt wird. Burger definiert das Ziel wie folgt: «Verhalten, das schadet, soll reduziert werden, Positives soll verstärkt werden.» (Burger, persönliche Kommunikation, 24. Mai 2022).

Aufgrund einer klinisch diagnostizierter ADHS soll «die Behandlung [...] im Rahmen eines multimodalen therapeutischen Gesamtkonzeptes (Behandlungsplan) erfolgen.» (dgkjp & DGPPN, 2017, S. 17) Dazu gehören:

- Die **Psychoedukation**⁸ bildet die Grundlage für die Behandlungsstrategie und beinhaltet: Ursache der ADHS, ein vermuteter Krankheits-Verlauf in der Lebensspanne und Interventionsmöglichkeiten, die persönlichen Beeinträchtigungen sowie die Stärken und Ressourcen der zu behandelnden Person und deren Behandlungswünsche. Darauf aufbauend wird der Behandlungsplan gemeinsam von Arzt und Patienten erstellt (vgl. dgkjp & DGPPN, 2017, S. 21).

⁷ Da die Behandlungsmöglichkeiten für ADHS infolge der diagnostischen Komplexität vielfältig sind, würde es den Rahmen dieser Arbeit sprengen, tiefer in dieses Thema einzusteigen.

⁸ Aufklärung und Beratung von ADHS-Betroffenen und/oder ihres Umfelds (vgl. dgkjp & DGPPN, 2017, S. 21)

- **Medikamente**, meist zur Minderung der primären ADHS-Phänomene.
- **Coaching** kann über die Auswirkungen von ADHS aufklären sowie mit individuellen und konkreten Hilfen auch im Berufsalltag unterstützend wirken (Ryffel-Rawak, 2016, S. 132, 149).
- Begleitende **Psychotherapie** unterstützt bei psychischen Problemen.
- **Copingstrategien** sind (unbewusste oder bewusste) Strategien und Fähigkeiten, mit denen die aus der ADHS sich ergebenden Probleme bewältigt werden können.
- Geleitete **Gesprächs- und/oder Selbsthilfegruppen** können helfen, da betroffene Personen Unterstützung von aussen erhalten und dadurch weitere Copingstrategien sammeln und entwickeln (Krause & Krause, 2014, S. 314).

Kehren wir zum Restaurantbeispiel aus Kapitel 2.5 zurück. Bezogen auf die Situation mit der Essensauswahl im Restaurant könnten durch eine erfolgreiche Therapie betroffene Personen folgende Hilfsmittel einsetzen, um die Situation zu entspannen:

- **Psychoedukation**, dank ihr weiss die Person, dass es ihr ADHS-Anteil ist, der für Verwirrung sorgt, dass dieser Anteil aber auch wichtige Funktionsanteile für sie trägt. So behält sie ihren Selbstwert (Lachenmeier, 2021, S. 27).
- **Medikamente**, durch sie werden störende Reize wie z.B. die Musik gemindert (Krause & Krause, 2014, S. 242).
- **Copingstrategie** Nr. 1 – Die betroffene Person informiert sich anhand des Internets über die Menükarte und überlegt sich im Voraus, was sie bestellen möchte (Lachenmeier, 2021, S. 27).
- **Copingstrategie** Nr. 2 – Die Person entscheidet sich grundsätzlich für 3 Menüs, die sie gerne hat und meist in Restaurants angeboten werden (Lachenmeier, 2021, S. 27).

3 ADHS-Stärken

In diesem Kapitel wird erklärt, wie aus Talenten Stärken werden können. Näher wird beschrieben, dass wir uns auf unsere Stärken fokussieren sollten, dass es jedoch schwierig ist, diese zu erkennen. Anhand eines Beispiels wird aufgezeigt, dass Stärkenanwendungen zudem kontextabhängig sind. Anschliessend wird vertieft auf die ADHS-Stärken eingegangen. In der Reizoffenheit wurzeln nicht nur die Symptome der ADHS, sondern auch die spezifischen Stärken. Nachgehend werden diese vertiefter vorgestellt und wird aufgezeigt, wie diese ermittelt wurden. Ebenfalls werden Voraussetzungen benannt, welche bei der Anwendung beachtet werden sollen, um unerwünschten Nebenwirkungen vorzubeugen. Wie an der ADHS selbst, werden auch an deren Stärken Kritik geäussert.

3.1 Grundlagen

Der Begriff «Stärke» wird in der deutschen Sprache für die Belange dieser Arbeit nur unzureichend definiert, weshalb auf eine amerikanische Definition zurückgegriffen wird. Talente stellen für Clifton und Anderson (2002) die Basis der Stärken dar. Unter Talent verstehen sie «a naturally recurring pattern of thought, feeling, or behaviour that can be productively applied»⁹ (Clifton & Anderson, 2002; zit. in Linley & Harrington, 2006, S. 38). Talente sind angeboren und werden zu authentischen und echten Teilen jeder Persönlichkeit gezählt. Diese Talente können sich später zu Stärken entwickeln, wenn sie als solche wahrgenommen werden. Durch Wissen und Training können sie verfeinert und zielgerichtet eingesetzt werden (Linley & Harrington, 2006, S. 38–39). Talente sind somit potenzielle Stärken.

Doch diese zu erkennen ist nicht einfach, denn laut Linley und Harrington (2006) sind wir kulturell geprägt, uns auf unsere Schwächen anstelle auf unsere Stärken zu fokussieren (S. 37-40). Deshalb werden die Schwächen, im Gegensatz zu den potenziellen Stärken rasch erkannt. Laut Neuy-Bartmann (2012) ist ADHS häufig ein Faktor, der zusätzlich verhindert, eigene Talente zu erfassen, wodurch diese weder entwickelt noch eingesetzt werden können (S. 37). Nach Lachenmeier (2021) stellen Menschen mit einer ADHS ihre potenziellen Stärken in Frage, da ihnen das Vertrauen fehlt, diese korrekt erkannt zu haben¹⁰ (S. 93, 117-120).

Von Natur aus streben alle Menschen danach, ihr volles Potenzial zu entfalten – also das zu werden, wozu sie grundsätzlich fähig sind. Das Nutzen der Stärken erhält und/oder verbessert den Organismus (Rogers, 1959; zit. in Linley & Harrington, 2006, S. 40). Das Wohlbefinden steigert sich zusätzlich, weil ausgelebt wird, was die Menschen von Natur aus am besten können (Park et al., 2005; zit. in

⁹ Deutsche Übersetzung: «Ein natürlich wiederkehrendes Muster des Denkens, Fühlens oder Verhaltens, das produktiv genutzt werden kann».

¹⁰ Selbstredend gilt dies nicht für alle Personen mit ADHS.

Linley & Harrington, 2006, S. 41). Dies wiederum generiert ein Empfinden von Autonomie und Selbstvertrauen und stärkt das Selbstwertgefühl (Linley & Harrington, 2006, S. 42). Deshalb ist es wirksamer sich auf die Stärken zu konzentrieren, anstatt Kraft für das Ausmerzen der Schwächen einzusetzen.

Stärken sind ausserdem kontextabhängig, «being dependent upon the context for their display» (Linley & Harrington, 2006, S. 42). In dieser Arbeit hat es die Bedeutung, dass die Stärken nur in einem bestimmten Umfeld zum Tragen kommen. Ebenfalls ist unterschiedlich, ob gewisse Wesenszüge von einem Gegenüber als Vorteil gesehen werden (Burger, persönliche Kommunikation, 24. Mai 2022). So berichtet Laufbahnberater Diener, dass einer seiner Klienten die Eigenschaft besitzt, bei seinen Arbeitsstellen Ungerechtigkeiten sowohl intern wie extern anzuprangern. Dies brachte ihm Kündigungen ein. Heute arbeitet dieser als Kampagnenleiter in einer Nichtregierungsorganisation (NGO), die ihn genau für diesen Wesenszug schätzt (Diener, 2011, S. 120).

3.2 Ermittlung

In der Literatur werden die Stärken der ADHS nur am Rande und mit unterschiedlichen Aussagen erwähnt¹¹. Nachweise, wieso die erwähnten Stärken mit ADHS im Zusammenhang stehen, fehlen bis auf wenige Ausnahmen. Um trotzdem möglichst allgemeingültige Stärken der ADHS zu ermitteln, wurden die in der führenden Fachliteratur erwähnten Stärken gesammelt (D'Amelio et al., 2021, S. 32–33; Gawrilow, 2016, S. 23; Krause & Krause, 2014, S. 78; Lachenmeier, 2021, S. 6; Neuy-Bartmann, 2012, S. 37–39, 53; Simchen, 2020a, S. 16). Danach wurden bedeutungsgleiche und -ähnliche Begriffe kategorial erfasst und mit den passenden Stärkeüberbegriffen wie z. B. Kreativität bezeichnet.

Um die recherchierten Stärken auf ihren wissenschaftlichen oder auf Erfahrungswerten basierenden Hintergrund zu überprüfen, hat sich die Autorin mit PD Dr. med. Dr. rer. nat. Pascal Burger, Leiter des Spezialambulatoriums für Aufmerksamkeits- und Hyperaktivitätsstörungen der psychiatrischen Universitätsklinik Zürich, getroffen.

Aus dieser Ermittlung sind die nachfolgenden 14 Stärken¹² hervorgegangen, welche das Potenzial an ADHS-Stärken darstellen:

- Authentizität
- Begeisterungsfähigkeit
- Einfühlungsvermögen
- Gerechtigkeitssinn
- Hilfsbereitschaft
- Hohe Assoziationsbreite

¹¹ Menschen mit ADHS verfügen zweifelsfrei auch über individuelle Stärken, welche nicht im Zusammenhang mit der ADHS stehen. Auf diese wird in dieser Arbeit nicht eingegangen.

¹² Die Stärken-Liste ist höchstwahrscheinlich noch unvollständig, da sich die Forschung bis jetzt auf die Symptome fokussiert.

- Hyperfokus
- Improvisation
- Kreativität
- Neugierde
- Offenheit
- Notfallvorteil
- Tiefgehende Reflexion
- Wissbegierde

3.3 Beschreibungen und Voraussetzungen

Viele der Stärken bilden sich, weil Menschen mit einer ADHS «nach einem Ausgleich des Neurotransmittermangels» streben, damit sie sich wohlfühlen und aufmerksam sein können (Burger, persönliche Kommunikation, 24. Mai 2022). Aus diesem Streben, das mit «sich stimulieren» gleichgesetzt werden kann, entsteht beispielsweise das impulsiv sein. Dazu zählt die Tendenz, Handlungen und Entscheidungen spontan auszuführen, ohne diese zuvor differenziert zu reflektieren (Wender, 1995; zit. in Hinkelmann, 2016, S. 4; Zhukova, 2021). Die impulsiven Handlungen wirken belohnend und schütten so die fehlenden Botenstoffe aus (Burger, persönliche Kommunikation, 24. Mai 2022). Sie kommt bei einigen ADHS-Stärken zum Zuge. Andere Stärken entstehen durch die ADHS-bedingte hohe Assoziationsbreite. Deshalb wird diese zuerst erläutert.

Hohe Assoziationsbreite: Assoziation bedeutet das Verknüpfen von neuen Gedanken mit bereits bekannten Eindrücken. Somit entstehen neue Gedankenverbindungen (Begabtenzentrum, ohne Datum). Deshalb stehen Menschen mit ADHS mehr Informationen und Detailwissen als dem Normalkollektiv zur Verknüpfung. Diese Daten werden nicht, wie bei anderen Menschen in theoretisch formalen Kategorien, sondern als in sich logischen Zusammenhängen abgespeichert, also bereits verknüpft bzw. vernetzt (Burger, persönliche Kommunikation, 24. Mai 2022). Deshalb setzt die Autorin die hohe Assoziationsbreite mit dem vernetzten Denken gleich.

Authentizität: Ist das ehrliche und aufrichtige Handeln gegenüber anderen und der eigenen Person. Sie bleiben sich treu bezüglich ihrer Überzeugungen, Gefühlen und Gedanken. Diese Eigenschaft ist wichtig, um Vertrauen zu anderen Menschen aufzubauen – und dieses auch zu halten (Kober, 2020, S. 12–13; Universität Zürich, 2015, S. 9). Bei Menschen mit ADHS sind durch die geminderte Filterfunktion ihre Wesenszüge gut erkennbar (Burger, persönliche Kommunikation, 24. Mai 2022).

Begeisterungsfähigkeit: Ist eine freudige Empfindung, die sich auf andere Menschen übertragen kann und diese dadurch ebenfalls (für etwas Gleiches) motiviert. Begeisterte Menschen setzen sich motiviert, aktiv und voller Überzeugung für eine bestimmte Sache ein (Arolt, Reimer & Dilling, 2007, Möller, Laux & Deister, 2015, Payk & Brüne, 2013; zit. in «Begeisterungsfähigkeit», 2021). Die Stärke wird durch einen positiv empfundenen Stimulus ausgelöst. Es ist ein authentischer und echter emotionaler Zustand einer Person – meist äusserlich wahrnehmbar. Durch die reduzierten Filter

beschreiben Menschen mit ADHS ein tiefgreifenderes und intensiveres Erleben dieser Emotionen (Burger, persönliche Kommunikation, 24. Mai 2022).

Einfühlungsvermögen: Bezeichnet die Fähigkeit und Bereitschaft, Empfindungen, Emotionen, Gedanken, Motive und Persönlichkeitsmerkmale einer anderen Person zu erkennen, zu verstehen und mitzufühlen (Altmann, 2018). Damit ist oft «das Gspüri, ich spüre es» gemeint. Durch das Abspeichern von vielen Mustern, gelingt es Menschen mit ADHS im richtigen Fokus, beim Gegenüber kleinste Veränderungen im Mienenspiel oder der Körperhaltung wahrzunehmen und zu deuten, wie es ihnen geht (Burger, persönliche Kommunikation, 24. Mai 2022; Krause & Krause, 2014, S. 75). Durch Impulsivität werden die gemachten Eindrücke dem Gegenüber öfters direkt kommuniziert. So können Dinge in Erfahrung gebracht werden, wie es ohne ein ADHS nicht möglich wäre (Burger, persönliche Kommunikation, 24. Mai 2022).

Gerechtigkeitssinn: Kennzeichnet das Bestreben, alle Menschen gleich und gerecht zu behandeln und ihnen dieselben Chancen zukommen zu lassen (Universität Zürich, 2015, S. 13). Menschen mit ADHS nehmen Ungerechtigkeiten sowohl bei sich wie bei anderen intensiv wahr. Sie versuchen im Zusammenhang mit ihrem Einfühlungsvermögen ihre Umwelt so zu gestalten, dass möglichst wenig Leid oder Ungerechtigkeiten entstehen. Durch ihre Impulsivität setzen sie sich häufig und oft sofort aktiv dagegen ein. (Burger, persönliche Kommunikation, 24. Mai 2022).

Hilfsbereitschaft: Hilfsbereite Menschen achten andere Menschen und verhalten sich ihnen gegenüber wohlwollend, grosszügig und unterstützend. Andere glücklich zu machen, erfreut sie (Universität Zürich, 2015, S. 10). Menschen mit ADHS können gut wahrnehmen, wo Hilfe gebraucht wird. Ergänzend erkennen sie durch ihre hohe Assoziationsbereitschaft viele Handlungsmöglichkeiten, die Probleme mildern können. Dank der Impulsivität handeln sie oft schnell und adäquat. Durch das Helfen wird der Dopaminspiegel angehoben, was als positiv erlebt und deshalb wiederholt wird (Burger, persönliche Kommunikation, 24. Mai 2022).

Hyperfokus: Ist ein spezieller, fokussierter Zustand intensiver, ausdauernder, lang anhaltender und hoher Konzentration. In diesem Zustand entsteht ein freier, rascher Zugang zu allen Gedanken und Assoziationen zu einem Thema, worauf sich eine messerscharfe Wahrnehmung einstellt. Darum können Menschen mit ADHS innert kürzester Zeit Experten und Expertinnen auf einem Gebiet werden. So wurden durch sie zahlreiche nützliche Erfindungen für die Menschheit geschaffen (Krause & Krause, 2014, S. 78; Lachenmeier, 2021, S. 32, 94). Stimuli, wie hohes Interesse an einem Thema, Motivation, Herausforderung, gewisser Zeitdruck, Verpflichtung oder Verliebtsein lassen

den Dopaminspiegel¹³ auf natürliche Weise rasch ansteigen, wodurch ein Hyperfokus entsteht. Jetzt können überdurchschnittliche Leistungen erbracht werden. Dies wird als positiv erlebt, weshalb weiterhin Dopamin ausgeschüttet wird und der Zustand eine gewisse Zeit konstant bleibt. Im Hyperfokus können sich Menschen mit einem ADHS völlig von der Aussenwelt abschotten. Es gibt dann nichts mehr, was sie ablenkt. Sie erleben sich im Hyperfokus am effizientesten. So berichteten Personen Herrn Burger, dass sie beispielsweise mit einer Abschlussarbeit erst am Abend zuvor begonnen und dann mit Bestleistung abgeschlossen haben (Burger, persönliche Kommunikation, 24. Mai 2022).

Kreativität: Ist ein stetiges Entwickeln von vielerlei originellen, innovativen und neuartigen Ideen. Unkonventionelle Herangehensweisen an Dinge ermöglichen realitätsangepasste, einfallreiche Strategien, die Problemlösungen hervorbringen (Universität Zürich, 2015, S. 5, 7). Die hohe Assoziationsbreite kann ein Nährboden für die Kreativität sein. Um in einer Welt, die auf das Normalkollektiv ausgerichtet ist, bestehen zu können, sind Menschen mit ADHS meist gezwungen, besondere Strategien anzuwenden. Dazu müssen sie für sich selbst spezielle Wege und Lösungen suchen. Deshalb ist ihre Reizoffenheit die Ursache, die zur Lösungssuche animiert und diese trainiert (Burger, persönliche Kommunikation, 24. Mai 2022).

Tiefgehende Reflexion: Ist ein prüfendes und vergleichendes Nachdenken, über sich selbst und sein Verhalten sowie über andere Dinge und Menschen (Wagner, 1953; zit. in Stangl, 2022). Die hohe Assoziationsbreite ermöglicht, dass mehr Faktoren in Überlegungen miteinbezogen werden, als es anderen Menschen möglich ist, weshalb Menschen mit ADHS beispielsweise detaillierter und mit mehr Zwischenschritten planen als andere. Ihre Lösungen können daher von hoher Qualität sein (Burger, persönliche Kommunikation, 24. Mai 2022).

Improvisation und Notfallvorteil

Improvisation: Bedeutet in der Lage zu sein, aus dem Stegreif in unerwarteten und unvorhergesehen Situationen zielgerichtet agieren zu können (Bertram & Rüsenberg, 2021, S. 11–12, 18).

Notfallvorteil: «Ein Notfall ist ein plötzlich eintretendes Ereignis, das eine unmittelbare Gefahr für Leben und Gesundheit ... bedeutet» (Scholz et al., 2013, S. 46).

In überraschend eintretenden Situationen, in denen Improvisation gefordert ist oder in Notfallsituationen ist der Adrenalin-Anstieg im Vergleich zum Normalkollektiv bei Menschen mit ADHS am höchsten. Ihre Filterfunktionen werden aktiviert, Klarheit entsteht und eine enorme Übersicht

¹³ Im Hyperfokus befindet sich der Dopaminspiegel der Menschen mit einem ADHS weit über dem Durchschnitt des Normalkollektivs.

wird gewonnen, während andere durch den Adrenalinschub schnell überreizt und fahrig werden. Zudem bleibt bei Menschen mit ADHS in diesem Zustand die erlernte und habituell gefestigte Nutzung der höheren Assoziationsbreite bestehen. Durch die ADHS sind sie geschult, mit unsicheren Situationen umzugehen, was ihnen hier zugutekommen (Burger, persönliche Kommunikation, 24. Mai 2022; Lachenmeier, 2021, S. 83–85).

Neugierde, Offenheit und Wissbegierde

Neugierde: Ist ein starkes Bedürfnis nach neuen, abwechslungsreichen und fordernden Erfahrungen aus, denen aktiv nachgegangen wird (Universität Zürich, 2015, S. 7).

Offenheit: Personen sind unvoreingenommen und offen für Neues und Unbekanntes, sowohl gegenüber Personen wie Sachen (workwise, 2022).

Wissbegierde: Ist das Verlangen seine Kenntnisse über das Leben und die Welt fortlaufend zu erweitern. Freude daran zu haben, neue Fähigkeiten zu erlernen (Universität Zürich, 2015, S. 8).

Sensation Seeking Behavior beinhaltet alle der vorgenannten Stärken. Es ist ein Verhalten, das intensive, neue, komplexe und abwechslungsreiche Sinneseindrücke, also stimulierende Reize sucht, damit der Dopaminspiegel ansteigt. Wenn sich Menschen mit ADHS in Form von Neugierde, Offenheit oder Wissbegierde auf Neues einlassen, kann ihnen das einen stetigen Erfahrungsgewinn bringen, den sie auf verschiedenen Ebenen positiv nutzen können (Burger, persönliche Kommunikation, 24. Mai 2022).

Lachenmeier (2021) merkt an, dass die Stärken auch unerwünschte Begleiterscheinungen wie Selbstzweifel auslösen können. Beispielsweise, wenn Menschen mit ADHS nicht wissen, warum sie in einer Notfallsituation souverän handeln können, aber sonst nicht. Durch das Verstehen der ADHS-Funktionsweise können Nebenwirkungen gemildert werden (S. 5, 86). Burger erklärt, dass häufig ein Coaching oder eine Psychotherapie benötigt wird, um Stärken wie den Hyperfokus adäquat und gewinnbringend zu nutzen. Sekundäre ADHS-Phänomene wie Ängste, Traumata oder Selbstwertprobleme können Menschen mit ADHS daran hindern, ihre Stärken zu aktivieren und zu entwickeln. Diese Hemmnisse gilt es zu erkennen und zu eliminieren. Letztlich hängt es jedoch immer vom Zusammenspiel verschiedenster Faktoren ab, ob Stärken eingesetzt werden können (Burger, persönliche Kommunikation, 24. Mai 2022).

3.4 Kritik

Rossi¹⁴ (2017) stellt nicht in Frage, dass ADHS auch Stärken hervorbringt. Er beanstandet aber die Art und Weise, wie diese nach Aussen kommuniziert werden. Dabei bezieht er sich auf verschiedene ADHS-Internetplattformen, die ADHS nahezu glorifizieren. Nach ihm ist darauf zu achten, dass durch die Erwähnung der ADHS-Stärken nicht vermittelt werden soll, dass es «toll sei», ADHS zu haben, eine reine Gabe ohne negative Aspekte. Denn dies führe dazu, dass an Menschen mit ADHS utopische Ansprüche gestellt werden, die sie nicht erfüllen können. Ebenfalls festigt es das Bild derjenigen, welche die Störung ohnehin schon in Frage stellen. Die Wahrheit ist, dass für die Mehrheit der Menschen mit ADHS die Störung kein Zuckerschlecken ist – viele scheitern an den Strapazen. Die Stärken von Menschen mit ADHS zu thematisieren ist wichtig, weil es ihnen Mut machen und sie beflügeln kann. Ihr Potenzial wäre für die Gesellschaft und Arbeitswelt wichtig. Zu einem umfassenden Bild eines Menschen mit ADHS gehören jedoch auch die Nennung der Beeinträchtigungen (sozial, schulisch, beruflich) und vorurteilsbelasteten Realitäten (S. 2-7).

ADHS wird von nicht wenigen in Frage gestellt. Dasselbe gilt auch für die Stärkezuschreibungen. Beispielsweise nimmt Bonnes (2016) an, dass Aussagen wie «Menschen mit ADHS verfügen über eine erhöhte Kreativität» sich mehr durch die wiederholte Nennung in ADHS-Ratgebern halten und reproduzieren als durch einen Tatsachennachweis (S. 114). Solange in der Literatur Stärken nur aufgelistet und weder nachvollziehbar noch fundiert auf deren Ursachen eingegangen wird, werden sich solche Behauptungen aufrechterhalten.

¹⁴ Rossi arbeitete bis 2015 als Fachpsychologe mit dem Schwerpunkt ADHS bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen. Er gilt als ADHS-Pionier auf deutschsprachigen Internetplattformen und ist europaweit bekannt.

4 Soziokulturelle Animation

Bei der SKA handelt es sich um einen Teilbereich der Sozialen Arbeit. Daher werden die Grundzüge der Sozialen Arbeit und deren Dreiteilung vorgestellt. Anschliessend wird auf den gesellschaftlichen Auftrag und deren Funktion eingegangen, die Interventionspositionen erläutert sowie relevanten Berufskompetenzen aufgezeigt. Zum Schluss wird auf die Handlungsfelder und Zielgruppen eingegangen.

4.1 Teilbereiche der Sozialen Arbeit

Um die Grundzüge der Sozialen Arbeit vorzustellen, eignet sich die international anerkannte Montrealer Definition. Diese lautet:

«Die Profession Soziale Arbeit fördert den sozialen Wandel, Problemlösungen in menschlichen Beziehungen sowie die Ermächtigung und Befreiung von Menschen, um ihr Wohlbefinden zu heben. Unter Nutzung von Theorien menschlichen Verhaltens und sozialer Systeme vermittelt Soziale Arbeit am Punkt, wo Menschen und ihre sozialen Umfelder aufeinander einwirken. Dabei sind die Prinzipien der Menschenrechte und sozialer Gerechtigkeit für die Soziale Arbeit fundamental.» (avenirsocial, 2014, S. 2).

Die Soziale Arbeit setzt da ein, wo Menschen in ihrer Bedürfnisbefriedigung gehindert werden, sei es durch individuelle oder soziale Bedingungen, eine spezifische Gruppenzugehörigkeit, durch Wandlung der Politik, Gesellschaft oder Ökonomie oder durch andere vorherrschende (Macht-)Strukturen. Interventionen finden auf individueller, kollektiver und gesellschaftlicher Ebene statt, wobei das Handeln des Fachpersonals stets auf der Basis von wissenschaftlichen Erkenntnissen erfolgt, welche sie befähigt, Begebenheiten korrekt zu interpretieren und wirkungsvolle Lösungen zu generieren (avenirsocial, 2014, S. 2–5).

Auf die Frage nach der Bewältigung von sozialen Problemen folgen mehrere mögliche Antworten und somit auch eine differenzierte Herangehensweise zur Lösung. Aus diesem historischen Hintergrund gewachsen, gliedert sich die Soziale Arbeit heute in Sozialarbeit, Sozialpädagogik und Soziokulturelle Animation (Schmocker, 2004, S. 2). Die Unterschiede der Teilrichtungen sind in der nachfolgenden Tabelle 3 festgehalten.

	Sozialarbeit	Sozialpädagogik	Soziokulturelle Animation
Ausgangspunkt	Soziale Probleme und daraus sich ergebende Defizite	Sozialisations-Probleme und daraus sich ergebende Schwierigkeiten	Sozialer Wandel und daraus sich ergebende Bewältigungsaufgaben
Gegenstände	Veränderungswerte individuelle äussere Lebensgrundlagen	Veränderungswerte Subjektivität	Veränderungswertes Zusammenleben
Hauptziel	Defizitausgleich	Lebensfähig machen	Partizipation, Selbstorganisation
Zielgruppen (Beispiele)	Arme	Behinderte	Quartierbevölkerung
Beziehung zum Zielpublikum	Klient_in, Klientensystem	Zu Erziehende	Partner_in Bürger_in

Tabelle 3: Berufsprofile der Sozialen Arbeit und ihr gesellschaftlicher Auftrag (Quelle: In Anlehnung an die Tabellen in Husi & Villiger, 2012, S. 51, 56).

4.2 Gesellschaftlicher Auftrag und Funktionen

Die SKA übernimmt die gesellschaftliche Aufgabe der nachrangigen Förderung des sozialen Zusammenhalts (Husi & Villiger, 2012, S. 56). Bei diesem handelt es sich um eine Messeinheit, die «... die Qualität des gemeinschaftlichen Miteinanders in einem territorial abgegrenzten Gemeinwesen ...» aufzeigt und sich aus «... belastbaren sozialen Beziehungen, einer positiven emotionalen Verbundenheit mit dem Gemeinwesen und einer ausgeprägten Gemeinwohlorientierung ...» zusammensetzt (Dragolov et al., 2013, S. 9).

Der Soziale Zusammenhalt wird durch die persönlichen Werte und Handlungsweisen der Menschen geprägt (Dragolov et al., 2013, S. 13). Durch den gesellschaftlichen Wandel verändern sich Wertehaltungen und Lebensgewohnheiten stetig, weshalb das Verständnis füreinander und das Zusammengehörigkeitsgefühl immer wieder von Neuem errungen werden muss (Hochschule Luzern – Soziale Arbeit et al., 2017, S. 1).

Dafür setzt sich die SKA ein. Sie möchte erreichen, dass alle Menschen sich in der Gesellschaft zugehörig fühlen, diese als Gemeinschaft erleben, an ihr teilhaben und sie mitgestalten können (Hochschule Luzern – Soziale Arbeit et al., 2017, S. 2). Dies tut sie, indem sie partizipative, integrative, präventive und vernetzende Funktionen bzw. Aufgaben übernimmt.

Partizipative Funktion

Sie aktiviert bestehende und schafft neue, kulturelle oder gesellschaftliche Beteiligungsformen, zu welchen den Zielgruppen bis dato der Zugang verwehrt blieb. Sie achtet darauf, Gruppen die beispielsweise keine politischen Partizipationsmöglichkeiten haben, eine Stimme zu geben (Hangartner, 2013, S. 288; Husi, 2013, S. 150).

Integrative Funktion

Sie verbindet Menschen und Gruppierungen aller Identitätsmerkmale (Alter, Geschlecht, Lebensbereiche usw.) und Ausrichtungen (kulturell, religiös oder ethischer Ausrichtung) miteinander, indem sie zur gemeinsamen Kommunikation anregt und initiiert. Durch diese können Vorurteile untereinander ab- und Verständnis füreinander aufgebaut werden. Es geht dabei um Beziehungs- und Vermittlungsarbeit (Hangartner, 2013, S. 288; Husi, 2013, S. 150).

Präventive Funktion

Sie erfüllt diese Aufgabe, indem sie (potenzielle) Probleme in der Gesellschaft früh wahrnimmt, diese offen anspricht und die möglichen Ursachen thematisiert. Durch diese Kommunikation hilft die SKA mit, dass frühzeitig interveniert werden kann und dadurch Probleme gar nicht entstehen können oder deren negative Weiterentwicklung verhindert wird (Hangartner, 2013, S. 288). Durch die Ausführungen von Hafén (2013) wird ersichtlich, dass die Aufgabe auf der Macroebene (z. B. Schulsystem), Mesoebene (z. B. einzelne Schulen) und Microebene (z. B. betroffene Schülerschaft) wahrgenommen wird (S. 176).

Vernetzungsfunktion

Die Vernetzung ist ein wesentlicher Bestandteil der soziokulturellen Tätigkeit. Bei dieser Funktion geht es darum, soziale und kulturelle Netzwerke aufzubauen und die Verbindungen zwischen den verschiedenen Beteiligten (z. B. Institutionen, Kooperationspartner, Teammitgliedern) zu verbessern. Dies ist sowohl durch berufliche als auch durch persönliche und informelle Kontakte möglich. Dafür bedarf es einer offenen Haltung. Es sollte immer zuerst auf bereits bestehende Netze zurückgegriffen werden und die dadurch bereits vorhandenen Ressourcen genutzt werden, um nicht neue generieren zu müssen (Hangartner, 2013, S. 288; Willener, 2007, S. 72).

4.3 Interventionspositionen

«Soziokulturelle Animation interveniert, wo «Teile» der Gesellschaft an bestimmten Orten zu bestimmten Zeiten nicht (mehr) zusammenhalten, und präveniert, wo dies zu geschehen droht.» (Husi, 2013, S. 98).

Unter dem Begriff «Intervention» werden in diesem Kontext die Handlungen einer Fachperson beschrieben, die sie bewusst vornimmt, um eine Situation oder ein System zu verändern oder weiterzuentwickeln (Willener & Friz, 2019, S. 141). Die Professionellen der Soziokulturellen Animation agieren in einem dynamischen, sich stetig verändernden Umfeld.

Um trotzdem handlungsfähig zu bleiben, wurde das unten abgebildete Handlungsmodell (siehe Abbildung 2) entwickelt. Es hilft den Professionellen, sich zu orientieren, in welcher Rolle sie bei der jeweiligen Situation wie intervenieren sollen (Hangartner, 2013, S. 297–298). Sie agieren bei ihrer Arbeit in der Animations-, Organisation-, Konzept-, sowie der Vermittlungsposition. Dabei gibt es keine trennscharfe Line – die Positionen überschneiden sich teilweise und bauen jeweils aufeinander auf.

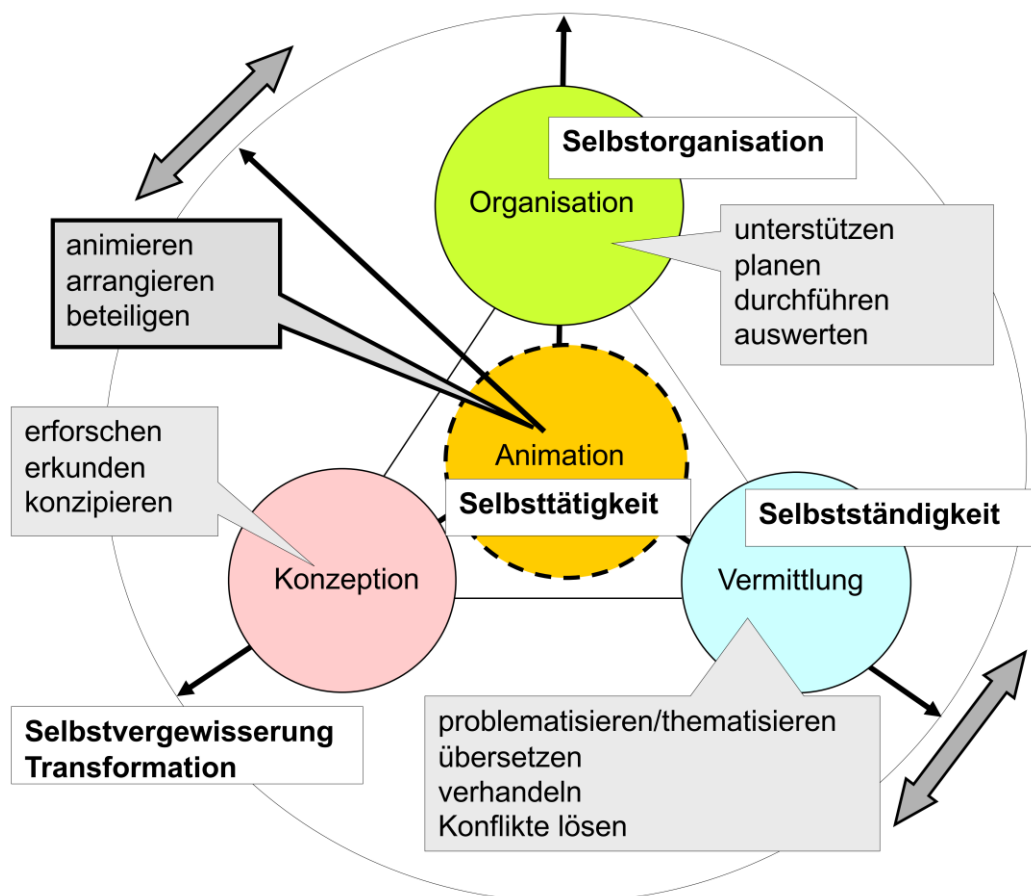


Abbildung 2: Handlungsmodell mit den vier Interventionspositionen (Quelle: Petrusic, 2021, Fol. 6).

4.3.1 Animationsposition

Animieren bedeutet beleben, motivieren, begeistern, aktiveren und initiieren (Spierts, 1998; zit. in Hangartner, 2013, S. 302). Die Tätigkeiten sind jedoch umfassender als das eigentliche «Animieren». Sie ist die Kernposition und nimmt Einfluss auf alle anderen Positionen und sollte bei jeder anderen mitbedacht werden. Bei ihr geht es als Erstes darum, Kontakte zu Menschen zu knüpfen und Beziehungen aufzubauen. Erst anschliessend geht es darum, ihr Interesse zu wecken und sie schrittweise anzuregen, sich an soziokulturellen Aktivitäten zu beteiligen und mitzuwirken. Zudem schaffen die Berufspersonen Arrangements, bei denen die Adressatenschaft ihre Bedürfnisse und Interessen äussern können mit dem Endziel, dass diese schlussendlich aus eigener Motivation aktiv werden (Hangartner, 2013, S. 298, 304).

4.3.2 Konzeptposition

Innerhalb dieser Position sind die wesentlichen Aktivitäten das Erforschen, Erkunden und Konzipieren. Die Soziokulturellen Animator_innen beobachten die Entwicklung des gesellschaftlichen Wandels. Sie erkennen mögliche Zielgruppen, deren Bedürfnisse und ihren Kontext (Hangartner, 2013, S. 310–311; Hochschule Luzern – Soziale Arbeit et al., 2017, S. 2). Aus diesen Daten werden, durch Einbezug von Theorien und Erfahrungswerten, Konzepte erstellt, welche meistens eine Darstellung der Situation, von der Analyse abgeleitete Zielentwürfe sowie fundierte Vorschläge beinhalten, um diese zu erreichen (Theorie-Praxis-Transfer). Das Konzept dient einerseits der Legitimation des soziokulturellen Handelns nach aussen und ist andererseits nach innen sinnstiftend. Bei der Erstellung werden die institutionellen (z. B. verfügbare Ressourcen) und lokalen Rahmenbedingungen berücksichtigt. Wenn immer möglich wird die potenzielle Zielgruppe in den Prozess mit einbezogen (Hangartner, 2013, S. 310–311).

4.3.3 Organisationsposition

Hier werden die Arbeiten aus der Konzeptposition konkretisiert, realisiert und sichtbar gemacht (Müller; zit. in Hangartner, 2013, S. 309). Soziokulturelle Aktivitäten sind – soweit als möglich – in Zusammenarbeit mit der Adressatenschaft zu planen, zu realisieren, zu evaluieren und nachhaltig zu verankern. Durch das stetige Miteinbeziehen ergeben sich wichtige Lern- und Erfahrungsräume für die Adressatenschaft, mit dem Ziel, ihre Selbstorganisation zu fördern. Ebenfalls entstehen durch die Mitwirkung Verbindlichkeiten und Zugehörigkeitsgefühle (Hangartner, 2013, S. 304–305, 309).

4.3.4 Vermittlungsposition

Bei dieser Position geht es darum, durch kommunikative Handlungen zu vermitteln. Es gilt zwischen und innerhalb von Lebenswelten, im Spannungsfeld zwischen Zielgruppen, dem gesellschaftlichen Kontext und den unterschiedlichen Interessen zu vermitteln und einen Konsens zu erzielen. Mit Übersetzungsleistungen schafft sie Verständigung untereinander, indem sie die Sprachen aller Beteiligten versteht, sie in ihren Worten sprechen lässt und ihnen hilft, die Sprache(n) der anderen verstehen zu lernen. Die Vermittlungsposition befähigt so die Zielgruppe zur Selbständigkeit. Sie ist sich möglicher Kooperations- und Konfliktpotenziale bewusst, nimmt problematische Entwicklungen wahr und thematisiert diese frühestmöglich, um so schnell wie möglich präventiv einzugreifen. Konflikten selbst begegnet sie mit lösungsorientierten Gesprächs- und Verhandlungsführungen (Hantgartner, 2013, S. 315–318).

4.4 Relevante Berufskompetenzen

Für die Berufsausübung sollten Soziokulturelle Animator_innen idealerweise über bestimmte Kompetenzen verfügen (Husi & Villiger, 2012, S. 77). Diese werden eingeteilt in Fachkompetenz, Methodenkompetenz sowie Sozial- und Selbstkompetenz:

Methodenkompetenzen: Methodisches Wissen, um auf die Bedürfnisse und Wünsche der Zielgruppen einzugehen und sie zu animieren. Methoden, um Partizipations- und Empowerment-Prozesse zu begleiten sowie Fertigkeiten auf dem Gebiet der Gesprächsführung, Projektmethodik und Organisation (Husi & Villiger, 2012, S. 77–78).

Fachkompetenzen: Grundwissen aus den Bereichen wie der Soziologie, Psychologie, Ethik und Sozialpolitik. Kenntnisse über das Durchführen von Umfeldanalysen, Wissen über Gruppendynamik und -prozesse, Ausgrenzungsprozesse und Diskriminierung sowie kulturelles Verständnis (El-Maawi & Gretler-Heusser, 2019, S. 96; Husi & Villiger, 2012, S. 78–79).

Sozial- und Selbstkompetenzen: Die Fertigkeiten, eigenständig zu arbeiten, sich zu organisieren, sich abzugrenzen und Grenzen setzen zu können, verständlich zu kommunizieren, ein bewusstes Rollenverständnis zu haben und über Teamkompetenzen sowie die Fähigkeit zum Perspektivenwechsel und zur Reflexion des eigenen Handelns zu verfügen. Eine empathische, offene und begeisterungsfähige Art wird ebenso gefordert wie folgende Wesenszüge: Kreativität, visionäres Denken, gesundes Selbstbewusstsein, Durchhaltevermögen, Neugierde, Gerechtigkeitssinn, das Interesse an Menschen und eine Identifikation mit dem Beruf (Hochschule Luzern – Soziale Arbeit, 2015b; Husi & Villiger, 2012, S. 79, 102).

4.5 Handlungsfelder und Zielgruppen

Die Arbeitsstellen «Soziokulturelle Animator_innen» sind vielseitig. Sie können durch Merkmale wie Handlungsfelder und Zielgruppen differenziert beschrieben werden. Laut Hangartner werden je nach Verortung und Definition der Tätigkeit andere Stärken benötigt (2013, S. 279).

Handlungsfelder: Dazu gehören die offene (mobile) Kinder- und Jugendarbeit, Kultur- und Bildungsarbeit, Gemeinde-, Stadt-, und Quartierentwicklung, Quartiersarbeit und Siedlungsanimation, Gesundheitsförderung und -prävention, Integrations- und Freiwilligenarbeit sowie generationsübergreifende Arbeit. Und es kommen stetig weitere Handlungsfelder hinzu (Hochschule Luzern – Soziale Arbeit et al., 2017, S. 2; Husi & Villiger, 2012, S. 46–47; Störkle & Müller, 2017, S. 11).

Zielgruppen: Als ihre Zielgruppen, auch Adressatenschaft genannt, gelten grundsätzlich alle Gruppierungen, welche einen Bedarf aufweisen, der in den Zuständigkeitsbereich der SKA fällt. In der nachfolgenden Darstellung finden sich Beispiele dafür (siehe Abbildung 3).

Soziokulturelle Animation vermittelt innerhalb oder zwischen ...	Soziokulturelle Animation ist tätig für und mit der Zielgruppe ...
Generationen	Kinder, Jugendliche, junge Erwachsene, Erwachsene, ältere und ganz alte Menschen ...
Geschlechtern	Mädchen- und/oder Jungenarbeit, Arbeit mit Frauen und/oder Männern, Arbeit mit Frauen und/oder Männern mit Migrationshintergrund ...
Kulturen	Menschen mit und ohne Migrationshintergrund, einheimische und zugezogene Menschen im Quartier, im Stadtteil oder in der Gemeinde ...
Lebenswelten, Lebensstilen, Lebenslagen und sozialen Schichten	Gesunde Menschen und Menschen mit Behinderung, Menschen mit und ohne Erwerbsarbeit, freiwillig Tätige und professionell Tätige, Familien und Alleinerziehende, Lehrpersonen, Eltern und Kinder, Bewohnerinnen und Bewohner von Wohngenossenschaften ...
System(en) und Lebenswelt(en)	Akteure aus Politik, Verwaltung und Wirtschaft und Bewohnerinnen und Bewohner in Quartieren, Stadtteilen und Gemeinden ...

Abbildung 3: Zielgruppen der Soziokulturellen Animation (Quelle: Hangartner, 2013, S. 291).

5 Methodisches Vorgehen

In diesem Kapitel wird der gewählte Forschungsansatz und das Erhebungsinstrument, die Stichprobe (Sampling) und der Feldzugang sowie die Datenerhebung, deren Aufbereitung und Auswertung beschrieben.

5.1 Qualitativer Forschungsansatz

Um zu erfahren, wo die Soziokulturellen Animator_innen mit ADHS ihre wahrgenommenen spezifischen Stärken bei ihren beruflichen Tätigkeiten einsetzen können, wurde ein qualitatives Forschungsverfahren gewählt, weil es der Autorin vor allem wichtig war, dass die Zielgruppe selbst zu Wort kommt, um eine objektivere Sichtweise zu erhalten.

Bei einem qualitativen Verfahren steht die Sicht der befragten Personen und was sie für sich als bedeutsam erachten im Mittelpunkt (Froschauer & Lueger, 2020, S. 14). Zudem ermöglicht die Methode einen vergleichsweisen offenen Zugang zur Thematik und liefert Informationen, welche bei einem quantitativen Ansatz durch die Standardisierung häufig ausgeblendet werden (Mayer, 2013, S. 25). Diese Offenheit ist wichtig, weil die behandelte Thematik dieser Arbeit bis jetzt nur wenig Beachtung gefunden hat und somit eine umfassende Erkundung als Grundlagenarbeit erforderlich ist.

Zwar sind qualitative Forschungen nicht dazu geeignet, Theorien zu prüfen, jedoch ist es sinnvoll, theoretisches Vorwissen über den Forschungsgegenstand in den Prozess mit einzubeziehen. Es wird damit sichergestellt, dass bei der bei der Datenerhebung und deren Auswertung keine forschungsrelevanten Daten vergessen werden (Meinefeld, 2000, Lamnek 1995b; zit. in Mayer, 2013, S. 36). Dadurch ist eine Offenheit gewährleistet, welche jedoch durch die theoretischen Vorüberlegungen eine gewisse Strukturierung erhält und somit das generierte Forschungswissen zuordnungsfähiger macht.

5.2 Erhebungsinstrument

Als Erhebungsinstrument wurde das Leitfadenterview gewählt. Laut Mayer (2013) ist für das Instrument kennzeichnend, dass die mündlichen Interviews auf der Basis eines vorgefertigten Leitfadens mit offen gestellten Fragen geführt werden. Die Entwicklung des Leitfadens (vgl. Anhang D) sollte auf den theoretischen Grundlagen basieren und sich an der Forschungsfrage orientieren. Durch die konsequente Anwendung des Leitfadens werden keine relevanten Aspekte betreffend Forschungsgegenstand vergessen, die Vergleichbarkeit der Angaben wird erhöht und es können so konkrete Aussagen

zum Thema gewonnen werden (S. 37-41, 43). Solche greifbaren Ansichten sind notwendig, um später für die SKA relevante Schlussfolgerungen ziehen zu können.

Beim Interview selbst müssen die Leitfragen nicht in der zuvor definierten Reihenfolge gestellt werden (Flick, 1999, Friebertshäuser, 1997; zit. in Mayer, 2013, S. 37). Dadurch kann die interviewende Person die Fragenabfolge an den jeweiligen Gesprächsverlauf anpassen, welches den Anspruch nach Offenheit der qualitativen Datenerhebung unterstützt. Ebenfalls liegt es in ihrer Verantwortung, wann im Interview detaillierter nachzufragen ist, ob Ausschweifungen unterstützt werden oder es wichtig ist, zum Leitfaden zurückzuführen (Flick, 1999, Friebertshäuser, 1997; zit. in Mayer, 2013, S. 37). Dadurch lassen sich für die Forschung relevante Aspekte vertiefen und nicht relevante abblenden.

Es wird geraten, den Leitfaden vor der tatsächlichen Datenerhebung mit einem Probeinterview zu prüfen. Dadurch können komplexe, problematische oder unvollständige Formulierungen entdeckt und korrigiert werden. Zudem könnten nicht ausreichend berücksichtigte Themen erkannt werden (Mayer, 2013, S. 45). Eine solche Überprüfung des ausgearbeiteten Leitfadens wurde mit einer Person mit ADHS durchgeführt, welche in einem der SKA nahen Arbeitsgebiet tätig ist. Nach dieser Prüfung wurde der Leitfaden den Erfahrungen entsprechend angepasst.

5.3 Stichprobe

Das Ziel von Forschungen ist, allgemeingültige Erkenntnisgewinne zu generieren. Dazu ist es erforderlich, die Grundgesamtheit aller Objekte zu untersuchen, über die eine Aussage gemacht werden soll. Dies ist meist jedoch nicht möglich. Beispielsweise könnte nicht die gesamte Bevölkerung der Schweiz befragt werden. Daher wird eine sogenannte Stichprobe als verkleinertes Abbild der Grundgesamtheit bestimmt (Mayer, 2013, S. 38). Diese Teilmenge wird untersucht, um mögliche Aussagen über diese Grundgesamtheit zu treffen.

Der Stichprobenumfang wird u. a. aufgrund der angestrebten Verallgemeinerbarkeit definiert. Bei dieser Arbeit jedoch bestimmten letztlich die vorhandenen Ressourcen über die Stichprobengrösse (vgl. Helfferich, 2011, S. 175), weshalb die Autorin eine Beschränkung auf vier Interviews beschlossen hat.

Kriterien für die Stichprobe können anhand theoretischer Vorüberlegungen und der Fragestellung definiert werden (Flick, 1999; zit. in Mayer, 2013, S. 39). Hier wurde von der Autorin beschlossen, dass die zu Interviewenden Personen über folgende Merkmale verfügen sollen:

- Soziokulturelle Animator_innen, die an der an der Hochschule Luzern – Soziale Arbeit studieren oder studiert haben.
- ADHS haben (aufgrund einer fachlichen Diagnose oder Selbsteinschätzung).
- über mindestens 6 Monate Arbeitserfahrung im soziokulturellen Bereich verfügen.

5.4 Feldzugang

Laut Helfferich (2011) gibt es für die Zugänglichkeit zu potenziellen Interviewpersonen mehrere Wege. Einerseits kann der Zugang über Schlüsselpersonen erfolgen, welche im Kontakt zu potenziellen Interviewpersonen stehen und diese darauf ansprechen, ob sie einer Teilnahme zustimmen. Zusätzlich ist es möglich, eine Art Schneeballsystem anzuwenden, wobei angefragte Personen auf weitere mögliche Teilnehmende verweisen können, welche den festgelegten Interview-Kriterien entsprechen. Werden solche Personen gefunden, können diese wiederum weitere Kontakte generieren (S. 175–176).

Für diese Arbeit wurden beide Wege genutzt. Der erste Feldzugang ergab sich während der Präsentation des Bachelor-Themas im Bachelorkolloquium. Ein Mitstudent kam auf die Autorin zu, da er Studierende kannte, welche die Interview-Kriterien erfüllten. Als Schlüsselpersonen wurden Dozierende der Hochschule Luzern – Soziale Arbeit angefragt, von denen die Autorin wusste, dass sie mögliche potenzielle Interviewpersonen kennen. Aus diesen beiden Strängen entwickelte sich dann ein eigenständiges Schneeballsystem.

Bei der Kontaktaufnahme wurden die Interviewpersonen vorweg über folgende Punkte informiert:

- Referenz (wer hat den Kontakt vermittelt)
- Rahmen (Dauer, Durchführungsart, Thema)
- Datenschutz (Gesprächsaufzeichnung, Transkription, Anonymisierung usw.) (Hochschule Luzern – Soziale Arbeit, 2015a, S. 2).

5.5 Datenerhebung

Vorgängig wurde entschieden, die Interviews via Zoom-Meetings durchzuführen. Die Erhebungszeit wurde während der Corona-Pandemie angesetzt, bei der dazu angehalten wurde, möglichst wenig direkte Kontakte zu halten. Da Zoom als Instrument bei der Hochschule Luzern – Soziale

Arbeit während der Pandemie für den Online-Unterricht genutzt wurde, konnte davon ausgegangen werden, dass die potenziellen Interviewpersonen mit dem Medium vertraut sind.

Die Interviews fanden Ende April 2022 statt und dauerten zwischen 45 Minuten und zwei Stunden. Gesprächseinleitend wurde nach dem Befinden der Interviewperson gefragt, ein Dank für die Teilnahme ausgesprochen sowie die Rahmenbedingungen des Interviews nochmals geklärt. Damit sich die Interviewerin ganz auf die Befragung konzentrieren konnten, wurden die Gespräche mit einem Aufnahmegerät festgehalten.

Ob es sich bei allen Interviewten um Personen mit einem klinisch relevanten ADHS¹⁵ handelt, wurde anhand des Screening-Tests (ASRS-V1.1)¹⁶ der WHO (World Health Organisation, 2003) geprüft, welcher von Dr. med. Burger empfohlen wurde.

5.6 Datenaufbereitung und Datenauswertung

Für die spätere Analyse müssen die mündlich erhobenen Daten verschriftlicht werden, d. h. in ein Transkript umgewandelt werden (Hochschule Luzern – Soziale Arbeit, 2015a, S. 2). Das Transkript wird in drei Spalten gegliedert: Links, eine fortlaufende Zeilennummerierung, mittig das Interview als Lauf-text und rechts Platz für die Code-Vergabe. Als Beispiele für die Transkriptionen vgl. Anhang H - K.

Für die Transkription wurden in Anlehnung an Kuckartz (2010, S. 44) folgende Vorgaben angesetzt:

- Das Schweizerdeutsch wird ins Hochdeutsche übersetzt und nur in Ausnahmefällen wird der Dialekt beibehalten.
- Nennungen welche Rückschlüsse auf die Person ermöglichen, werden anonymisiert.
- Pausen werden unabhängig von der Länge in Klammern mit «[...]» gekennzeichnet.
- Lückenfüller wie «mhm», «aha», «ja» und dergleichen werden weggelassen.
- Unverständliches wird mit «[unv.]» gekennzeichnet.
- Längere Textpassagen, die wenig bedeutsam scheinen, paraphrasiert wiedergegeben.
- Es erfolgt keine besondere Kennzeichnung von Lautstärke oder Betonungen oder Wort-/Satzabbrüchen.
- Emotionale Äusserungen wie Seufzen, Lachen usw. werden nicht erwähnt.

Die Datenauswertung erfolgte über den Vergleich der Interviewtexte, um so das Überindividuelle, Gemeinsame herauszufiltern. Es wurde bei der Auswertung berücksichtigt, dass Interviews auf verschiedene Arten interpretiert werden können (Meuser u. Nagel, 1991, Spöhring, 1995 ; zit. in Mayer, 2013, S. 47). Es gibt also immer einen Interpretationsspielraum.

¹⁵ Aus medizinischer Sicht von Bedeutung.

¹⁶ Eine Abbildung des Screening-Tests findet sich in Anhang C.

Für die Auswertung in dieser Arbeit hat sich die Autorin am sechsstufigen Verfahren nach Mühlfeld (1981; zit. in Mayer, 2013) orientiert (siehe Tabelle 4).

Schritt 1	Transkripte durchgelesen und alle Textstellen markiert, welche Antworten auf die Leitfragen geben.
Schritt 2	Textpassagen einzelnen Kategorien zugeordnet. Ein Kategorienschema wird zuvor aus dem Leitfaden entwickelt. Aufgrund wichtiger Textstellen wird dies noch erweitert und verfeinert.
Schritt 3	Aus den einzelnen Informationen der Interviews wird eine innere Logik erarbeitet. Es geht um die Herleitung von logischen Schlussfolgerungen zwischen den einzelnen Textpassagen. Dafür werden bedeutungsgleiche sowie widersprüchliche Informationen beachtet.
Schritt 4	Die innere Logik wird zu einem Text verfasst und weiter detailliert, differenziert und präzisiert.
Schritt 5	Diese Auswertungen werden zum letzten Mal mit dem transkribierten Text verglichen und mit zentralen Interviews-Aussagen ergänzt.
Schritt 6	Aus den einzelnen Auswertungen einen Bericht erstellt, welche frei von Interpretationen ist.

Tabelle 4: Sechsstufiges Verfahren zur Interviewauswertung. Eigene Darstellung auf Basis von (Mühlfeld, 1981; zit. in Mayer, 2013, S. 47–51).

6 Darstellung der Forschungsergebnisse

In diesem Kapitel werden die Ergebnisse aus den Interviews präsentiert. Zuerst werden die für eine Forschungswiederholung relevanten Daten der Personen tabellarisch dargestellt. Es folgt eine Übersicht über von ihnen erwähnten ADHS-Stärken, eine Beschreibung ihrer soziokulturellen Tätigkeit sowie konkrete Beispiele für den Einsatz ihrer Stärken aufgeführt. Diese Ergebnisse werden jeweils mit einzelnen Aussagen aus den Interviews¹⁷ dargestellt (Zeilenverweise auf die Transkripte). Um die Anonymität der Personen zu wahren, wurden die Interviews nummeriert und für die vier interviewten Personen die Abkürzungen «SKA1» bis «SKA4» verwendet.

6.1 Daten zur Stichprobe

Die nachfolgenden Tabellen 5 bis 7 geben Auskunft über die Personen der Stichprobe sowie über ihre ADHS-Aspekte, die für eine Reproduktion dieser Forschung nötig sind.

	SKA1	SKA2	SKA3	SKA4
Alter	35 (Z. 212)	42 (Z. 72,74)	34 (Fragebogen)	40 (Fragebogen)
Geschlecht	Männlich	Weiblich	Weiblich	Weiblich

Tabelle 5: Personenbezogene Daten der Stichprobe (Quelle: Eigene Erhebung).

	SKA1	SKA2	SKA3	SKA4
Kenntnis des ADHS seit	Seit 1996/7 (Z. 215-217)	Seit 2018 (Z. 72)	Seit 2012 (Fragebogen)	Seit 2012 (Fragebogen)
ADHS durch Fachperson diagnostiziert	Ja (Z. 227-228)	Ja (Z. 165-178)	Ja (Fragebogen)	Ja (Fragebogen)
Ressourcenerfassung bei der Diagnose erfolgt?	Nein (Z. 231-233)	Ja (Z. 188-194)	Nein (Z. 740-743)	Ja. Bei der 2. Diagnose (Z. 123, 125-126)

Tabelle 6: Diagnosebezogene Auskünfte zu den Personen.

¹⁷ In keinem der Interviews wurden widersprüchliche Informationen oder Aussagen festgestellt (siehe Tabelle 4).

	SKA1	SKA2	SKA3	SKA4
Medikamente	Nein (Z. 307)	Ja (Z. 374-375)	Ja (Fragebogen)	Ja (Fragebogen)
Therapie	Nein (Z. 307)	Ja (Z. 137-138)	Ja (Fragebogen)	Ja (Fragebogen)
Anwendung von Copingstrategie	Ja (Z.151-153)	Ja (Z. 196-200)	Ja (Z. 481-485)	Ja (Z. 383)

Tabelle 7: Aktuelle Behandlung.

Die Screeningtest-Resultate sind im Anhang F aufgeführt. Diese bestätigen, dass alle Interviewpersonen über Symptome verfügen, die auf eine klinisch relevante ADHS hindeuten (World Health Organisation, 2003, S. 2), aber auch dass sich die ADHS bei jedem der Interviewpersonen anders auswirkt.

6.2 Vorurteile gegenüber ADHS und deren Konsequenzen

Es wird ersichtlich, dass die Interviewpersonen ihre ADHS-Diagnose möglichst nicht offenlegen, um Vorurteile gegenüber der eigenen Person zu vermeiden.

SKA2 erwähnt bezüglich ADHS, «dass es [...] auch sehr stigmatisiert ist in der Gesellschaft.» (SKA2, Z. 524). Sie vermutet, dass sich eine frühere ADHS-Diagnose negativ auf sie ausgewirkt hätte: «Wäre vielleicht vorverurteilt worden, oder, ja [...] hätte gewisse Sachen nicht gemacht, weil es aussichtslos erschienen wäre...» (SKA2, Z. 527-529). Und wenn es um die heutige Offenlegung der Diagnose geht: «... es lohnt sich nicht, sich angreifbar zu machen und das den anderen zu erzählen» (SKA2, 865-866).

SKA3 sagt: «Und es sind halt schon viele Vorurteile, das habe ich auch gemerkt, ...» (SKA3, Z. 655-656). «Drum ist das etwas, das ich nicht so, gerade bei Arbeitgebern nicht erzähle, weil ich in Ruhe gelassen werden will. Ich möchte nicht, dass die Leute anfangen, mich irgendwie komisch eben überwachen zu wollen oder das Gefühl haben, ich könne etwas besonderes nicht. Weil eben, es ist schon mega defizitorientiert, oder.» (SKA3, Z. 690-695)

Ähnlich sieht es auch SKA4: «Man soll das sagen und es soll einem nicht zum Verhängnis werden. [...] ... was ich gemerkt habe, ich möchte es nicht sagen müssen. ... Ich bin dann einfach die ####, die ich bin, und ich bin nicht die #### mit dem ADHS [...]» (SKA4, Z. 736-742).

Es wird ersichtlich, dass die Interviewpersonen ihre ADHS-Diagnose möglichst nicht offenlegen, um Vorurteile gegenüber der eigenen Person zu vermeiden.

6.3 Bedarf an Aufklärungsarbeit über ADHS

Die Interviewpersonen äusserten sich dazu, was bezüglich der gewählten Thematik in der SKA tatsächlich angegangen, verändert und umgesetzt werden soll. Erwähnt wird der Bedarf an Aufklärung für Soziokulturelle Animator_innen und Arbeitgebende der SKA sowie korrekte und zugängliche Informationen über ADHS für die Öffentlichkeit.

SKA1 findet im Allgemeinen, dass mehr zu ADHS berichtet werden soll: *«[...] also alles, was mit der Thematik zu tun hat, muss irgendwie gepusht werden [...]»* (SKA1, Z. 15-16). SKA3 äussert, dass die Auskünfte über ADHS häufig nicht korrekt sind: *«...es gibt einfach auch so viele Infos, die oberflächlich sind oder du dann falsch interpretierst oder die einfach auch alle falsch sind.»* (SKA3, Z. 806-807). Sie erwähnt auch, dass die Thematik in der Sozialen Arbeit zu wenig bekannt ist und sie sich wünscht, dass sich die Professionellen der SKA Wissen dazu aneignen (SKA2, Z. 1577-1578, Z. 1582-1585). SKA3 fände es zudem wichtig, dass neben der Aufklärung auch Forschung bezüglich ADHS und der SKA durchgeführt würden (SKA3, Z. 835-836). Sie sieht auch eine grosse Wichtigkeit darin, dass Arbeitgeber über das Thema ADHS informiert werden. *«Und, ja, Arbeitgeber aufklären fände ich super, die in der Soziokultur sind. Und einfach auch, wenn man sagt, das ist ein Feld, das aufkommt und grösser wird und Zukunft hat, dass man das gerade so mitdenkt.»* (SKA3, Z. 840-842).

Zudem wird ersichtlich, dass für die Interviewten eine positive Prägung der Thematik wichtig ist. Dies sollte bei der Informierung über ADHS berücksichtigt werden:

SKA3: *«Cool, dass du nach dem Positiven fragst, das ist man sich im Zusammenhang mit ADHS gar nicht gewöhnt...»* (SKA3, Fragebogen). SKA4: *«... ich finde es lässig, dass du diese Arbeit machst. Und ich glaube auch, dass das ADHS, dass das ein bisschen anders angeschaut wird, das finde ich super»* (SKA4, 625-6278).

6.4 Wahrnehmungen betreffend ADHS-Stärken

Alle Interviewpersonen haben durch ADHS Stärken. Um die von ihnen erwähnten Stärken zuzuordnen, wurde auf die Beschreibung der Stärken von Kapitel 3.2 zurückgegriffen. Beispielsweise wurde aus dem Kontext *«Das Gespürige bei den Menschen»* der Stärke Einfühlungsvermögen zugeordnet.

In der theoretischen Auseinandersetzung mit den Stärken wurde angemerkt, dass Menschen allgemein, und insbesondere Personen mit einer ADHS, Mühe haben, ihre potenziellen Stärken zu erkennen (siehe Kapitel 0). Deshalb wurde bei der Analyse des Textes darauf geachtet, ob die Interviewten über ein grösseres Stärkepotenzial verfügen, als mitgeteilt wurde. Konnten Stärken einwandfrei aus dem Kontext herausgelesen werden, wurden diese unter *«nicht erwähnte, jedoch durch den Interview-Kontext ersichtliche ADHS-Stärken»* eingeordnet. Hingegen wurden potenzielle Stärken, bei denen Unsicherheit bestand, ob sie wirklich vorhanden sind, bei *«nicht gefunden»* eingeordnet.

Die Ergebnisse sind der in der nachfolgenden Tabelle 8 zusammengestellt. Vorgreifend auf das Kapitel 6.5.3, wurde ebenfalls vermerkt, welche erwähnten ADHS-Stärken sie bei ihrer beruflichen Tätigkeit einsetzen.

ADHS-Stärken ¹⁸	SKA1	SKA2	SKA3	SKA4
Authentizität	(Z. 426-429)	(Z. 560-561)	(Z. 176-178)	(Z. 200-218)
Begeisterungsfähigkeit	(Z. 362)	(Z. 1162-1163)	(Z. 149-181)	(Fragebogen)
Einfühlungsvermögen	(Z. 355)	(Z. 202-203)	(Z. 202-204, 208-217)	(Z. 459-463, 465-467)
Gerechtigkeitssinn	(Z. 407-408)	(Z. 234-235)	(Z. 549-551)	(Z. 536-541)
Hilfsbereitschaft	(Z. 362)	(Z. 1503-1506)	(Z. 339-344)	(Fragebogen)
Hohe Assoziationsbreite	(Z. 629-638)	(Z. 1328-1332, 1339-1352)	(Z. 222-225, 233-235, 238-239)	(Z. 128-129)
Hyperfokus	(Z. 121-135)	Nichts gefunden	(Z. 167-172)	(Z. 141-190)
Improvisation	(Z. 321-322)	(Z. 1128-1140)	Nichts gefunden	(Z. 443-445)
Kreativität	Nichts gefunden	(Z. 1142-1150)	(Fragebogen)	(Z. 160)
Neugierde / Wissbegierde ¹⁹	(Z. 227-279)	(Z. 273-277)	Nichts gefunden.	(Z. 318)
Offenheit	(Z. 618-627)	(Z. 206-208)	(Z. 176)	(Z. 565)
Tiefgehende Reflexion	(Z. 485-487)	(Z. 1192-1198)	(Z. 401-436)	Nichts gefunden.
Farblegende: Erwähnte ADHS-Stärken Erwähnte ADHS-Stärken, bei ihrer soziokulturellen Tätigkeit eingesetzt Nicht erwähnte, jedoch durch den Kontext ersichtliche potenzielle ADHS-Stärken				

¹⁸ In den Interviews wurde kein Hinweis auf die Stärke «Notfallvorteil» gefunden, deshalb wird sie in der Tabelle nicht aufgeführt.

¹⁹ Da die Stärken «Neugierde» und «Wissbegierde» so nahe beieinander liegen, wurden sie in der Tabelle zu einer Stärke zusammengefasst.

Tabelle 8: ADHS-Stärken und deren Anwendung in der SKA (Eigene Erhebung).

Pro Stärke wurde jeweils eine Interviewstelle exemplarisch aufgeführt²⁰, für eine Übersicht über die Gesamtheit vgl. Kapitel 7. Diese Ergebnisse sind nicht statisch, sondern stellen eine Momentaufnahme dar. Menschen sammeln unentwegt neues Wissen an.

6.5 Relevante soziokulturelle Aspekte

Dieses Unterkapitel geht darauf ein, ob ADHS bei den Berufsleuten der SKA häufiger vertreten ist. Es wird eine Übersicht bezüglich der Arbeitsstellen der Interviewten gegeben. Abschliessend werden Beispiele aufgezählt, wo Soziokulturelle Animator_innen ihre Stärken in der SKA nutzen.

6.5.1 Vertretung von ADHS in der Soziokulturellen Animation

Die Interviewten sind sich einig darüber, dass es viele Soziokulturelle Animator_innen gibt, die eine ADHS haben.

SKA3 erläutert: *«Ich habe das Gefühl soziale Arbeit, vor allem Soziokultur, dort wimmelt es vor Leuten, die [ADHS a. d. A.] betroffen sind und man findet sich so ein bisschen. Also ich habe schon ein paar gefunden.»* (SKA3, 516-519). SKA4 sagt aus, dass in ihrem Team mehrere eine ADHS haben: *«Wir haben andere ADHSler»* (SKA4, Z. 380). Ähnlich äussert sich SKA2: *«Also ich habe in meinem Team mehrere Leute, von denen ich vermute, dass sie auch eins haben.»* (SKA2, 734-735). Und weiter nimmt sie an: *«...ich glaube, es gibt unglaublich viel nicht diagnostizierte Leute. In der Soziokultur mehr, als in anderen Jobs.»* (SKA2, 724-725)

Es zeigt sich, dass sich zumindest die Interviewten einig darüber sind, dass es viele Soziokulturelle Animator_innen gibt, die eine ADHS haben.

6.5.2 Darstellung der soziokulturellen Tätigkeiten der Interviewpersonen

Die soziokulturellen Tätigkeiten der Interviewten werden in der folgenden Tabelle 9 näher dargestellt. Die Tabelle liefert Informationen bezüglich deren Handlungsfeldern, Zielgruppen und Hauptaufgaben.

²⁰ Die Autorin ist sich bewusst, dass die Überprüfung der Tabelle ohne vollständige Transkripte eingeschränkt ist. Auf die Einbettung der gesamten Abschriften wurde verzichtet, weil diese fast 100 Seiten umfassen.

	SKA1	SKA2	SKA3	SKA4
Handlungsfeld	Jugendarbeit (Z. 549)	Integration und Prävention (Z. 1517-1518)	Freiwilligenar- beit (Z. 251)	Altersarbeit (Z. 210-211)
Zielgruppe	Jugendliche (Z. 549)	Erwachsene (Z. 1431)	Freiwillige (Z. 251)	60+ (Z. 195-196)
Hauptaufgabe(n)	Angebotsbe- treuung und - gestaltung (z. B. Jugendtreff) (Z. 568-570, 575-577)	Aufsuchende Arbeit (z.B. Ver- mittlung und Abbau von Vor- urteilen) (Z. 994-995, 1437, 1466- 1467)	Kommunikation und Freiwilli- genbetreuung und -begleitung (z. B. Gestaltung von Kommuni- kationsmittel, Mitgliederver- sammlung) (Z. 257-258, 288-290)	Aufbau des Be- reiches Alter (z. B. Nachbar- schaftshilfe, Quartiertreff) (Z. 210-211, 240, 244)

Tabelle 9: Soziokulturelle Tätigkeiten der Interviewpersonen (Eigene Erhebung).

Es zeigt sich, dass sich die Arbeitsstellen der Interviewten bezüglich Handlungsfelder, Zielgruppen sowie den Hauptaufgaben differenzieren.

6.5.3 Einsatz der ADHS-Stärken in soziokulturellen Tätigkeitsbereichen

Die Autorin fragte, wo die Interviewpersonen ihre ADHS-Stärken bei ihren beruflichen Tätigkeiten als Soziokulturelle Animator_innen einsetzen. Beispiele dafür werden nachfolgend aufgezählt.

Motivierung ihrer Zielgruppe durch die eigene Motivation

SKA3 berichtet darüber, wo die von ihr genannte Stärke des Motivierens in ihrer Arbeitsstelle zum Tragen kommt: *«Also zum Beispiel, wenn du mit Freiwilligengruppen arbeitest [...] und es schwierig ist, oder bei Corona auch wenig Leute kommen und dann einfach die Stimmung nicht so gut ist oder die Leute den Sinn nicht mehr so sehen, in dem, was sie machen, im freiwilligen Engagement, da bin ich gut darin den Spirit wieder ein bisschen zu nehmen, [...] das die Leute motiviert bleiben und den Sinn immer noch sehen, oder zu sagen, «OK, kommt, wir überlegen uns, was man machen kann, anstatt nur zu resignieren.»* (SKA3, 152-161). Die Autorin fragte darauf, wie sie die Zielgruppe konkret motiviert: *«... indem ich selber eigentlich ziemlich motiviert bin. Und versuche mich schon auch einzufühlen, was eigentlich eine Person so ausmacht und was sie so denkt und fühlt. Und gleichzeitig zu überlegen, was in der Gruppe passiert. ... und auch bei mir dann ein bisschen herauszufinden, wie*

man eine Gruppe nehmen kann, oder eine Person. Und dann ist es so ein Mischmasch zwischen einfühlsam reden, ruhig, aber auch Spass, Humor, <Lüpfigkeit> ... einfach auch Offenheit und Ehrlichkeit. Also, wenn du authentisch bist und selber auch sagst was dich anscheisst oder was du schwierig findest. Einfach, dass man so im gleichen Boot hockt. Und wenn man im gleichen Boot hockt, dass man dann das Gefühl hat [...] der Schwung, also ich bringe so den Schwung. Ich habe die Energie und ich gebe sie weiter» (SKA3, Z. 166-181).

Einsatz von Einfühlungsvermögen für die Beziehungsarbeit

SKA3 schildert, dass ihr ihr Einfühlungsvermögen bei der Beziehungsarbeit mit der Zielgruppe nützt: *«Ich finde, ich nehme mega viel wahr. Und, ich weiss auch nicht, ich [...] auch was eben, was für eine Stimmung ist bei jemandem oder bei einer Gruppe, so.» (SKA3, Z. 202-204).* Sie begründet die Notwendigkeit davon folgendermassen: *«Es wird sonst einfach oberflächlich. Es ist dann nicht [...] wenn du nicht versuchst, zu verstehen, oder dich einzufühlen, oder das gar nicht kannst, dann packst du die Leute auch nicht auf die gleiche Art. Dann ist es irgendwie floskelhaft, oder? Und das Vertrauen ist auch, dass die Leute vertrauen, ich meine, der Sinn der Sozialarbeit hat auch viel mit Beziehungsarbeit zu tun und Vertrauen ist etwas mega Wichtiges... Und das kommt vor allem, wenn man auch auf einer tieferen Ebene arbeitet, oder Verbindung hat, so.» (SKA3, Z. 208-217)*

Bedürfniswahrnehmung der Zielgruppe durch Einfühlungsvermögen

SKA4 schildert, dass sie durch ihr Einfühlungsvermögen merkt, wie es Personen der Zielgruppe geht: *«...ich glaube also dort zeigt es sich vielleicht einfach in der Gesprächsführung. ...ich sehe einfach jemanden zum Briefkasten kommen ... oder er schleicht durch die Gänge, da weiss ich irgendwie <OK, irgendetwas ist nicht> ... dann gehe ich einfach nachfragen» (SKA4, Z. 459--466).*

Sensibilität in der Arbeit mit Gruppen

SKA4 erwähnt, dass sie Situationen schnell erfassen kann, beispielsweise die aktuelle Dynamik einer Gruppe, und dementsprechend Einfluss auf sie nehmen kann: *«Ich glaube dort ist es noch wichtig. Dass du zum Beispiel die Gruppendynamiken oder so erkennst, zum Beispiel. Dass du auf das Einfluss nehmen kannst oder so ein bisschen sensibilisiert bist, oder [...] Mit dem arbeitest.» (SKA4, Z. 514-517)*

Zugang zur Zielgruppe durch eine offene Kommunikation

SKA1 erzählt, dass er durch seine Offenheit die Zielgruppe gut abholen kann: *«Ja, ich glaube eben der Zugang, das ist eben das kommunikative, offene Ding dort, das Aktive ist halt so. ...wie gestern als Beispiel ... das sind eher jüngere Kinder gewesen ... und da konnte ich extrem schnell den Zugang mir verschaffen zu ihnen, dass sie sich wohl fühlen, dass sie sich wahrgenommen fühlen,*

indem ich auf sie zugehe, mit ihnen rede, sie gerade so catchen kann, wie sie sich wohlfühlen.» (SKA1, Z. 618-627).

Unverfängliche Kontaktaufnahme mit der Zielgruppe durch Kreativität

Bei der mobilen Arbeit mit einem Kollegen sichtet SKA2 zahlreiche Möglichkeiten zur unverfänglichen Kontaktaufnahme mit einer Zielgruppe: *«... einmal zum Beispiel, haben wir zwei oder drei Jugendliche gehabt, ... wir sind uns nonverbal wie einig gewesen, wir kommen nicht einfach hin und sagen <Ah, hallo zusammen und lalalala.> und so. ... es hat so eine Treppe gehabt ... und auf der Treppe ist eine PET-Flasche gelegen und dann habe ich die aufgenommen und habe mich umgeschaut und, ich wusste schon, dass es keinen Mülleimer hat, dann bin ich die Treppe hinauf, dann haben sie meinen Kopf wieder gesehen, dann habe ich mich umgeschaut und dann bin ich noch zwei Stufen hinauf und hab gesagt <Hey, wisst ihr wo es einen Mülleimer hat?> Und sie so <Nein!> und so und <Ah, OK.>. Und dann irgendwie sind wir schon miteinander im Gespräch gewesen und ich konnte immer noch sagen <Ich bin von der Jugendarbeit.> (SKA2, Z. 1123-1138). «Ich glaub, das ist dann so, ... dass ich irgendwie mit dem was vorhanden ist, schauen kann, hey, welche unverfängliche Gelegenheit ist eigentlich schon da, womit man dem Visavis vermitteln kann <Du musst keine Angst haben vor uns.>» (SKA2, Z. 1146-1150).*

Tiefgehende Reflexion bei der Konzeptentwicklung

SKA2 erläutert, wie ihre weitreichenden Überlegungen bei der Entwicklung eines Arbeitskonzeptes zugute kommen: *«Ich bin an einer Stelle, die machen einfach, kommt jetzt einfach mit, wir machen, wir machen. Und dann ist es halt nicht so überlegt, und dann klappte es vielleicht mal nicht, aber wir machen. Aber ich bin mehr die, die fragt, was, wieso? Was genau, was ist unser Ziel? Warum machen wir das und ist das [...] genügt das unseren Ansprüchen, wenn man es eben so auf die Profession hinaus überlegt? Und jetzt schreiben wir das auch grad auf.»* (SKA2, Z. 1167-1174).

Einsatz von vernetztem Denken, um Lösungen zu generieren

SKA3 erzählt, dass sie ihr vernetztes Denken dafür nutze, um Lösungen zu finden wie beispielsweise den Zugang zur Zielgruppe in Zeiten von Corona beizubehalten: *«...und so vernetzt denken, ... Also ich persönlich, wenn jemand ein Wort sagt, dann kommen mir gleich Sachen in den Sinn, oder oh, was könnten wir, da kommen mir gleich Sachen in den Sinn [...] so. Ich bin gut zum Brainstormen. [...] Ja Corona ist ein gutes Beispiel. [...] Ja, man darf sich nicht treffen, oder das Quartierfest ist abgesagt, wie bleiben wir in Kontakt mit den Leuten. Da haben wir auch, da habe ich ganz viele Sachen überlegt. ... du denkst <Ah, wir könnten ja das, aha, dann sind die nicht dabei, aber bei denen könnten wir das.>»* (SKA3, Z. 222-239).

Nutzung des vernetzten Denkens, um Ressourcen zu generieren

SKA1 berichtet, wie er durch sein vernetztes Denken seine umfangreichen Netzwerke nutzt, um für die SKA Ressourcen zu generieren: *«Und das andere ist vielleicht das mit dem vernetzt Denken, das ich eben [...] mit dem Netzwerk, mit dem ich arbeite, das ist auch in der Soziokultur wirklich etwas hilfreiches. Man nützt ja immer die anderen Institutionen, Vereine. Ich nutze noch meine anderen Sachen ringsherum, wo ich früher gearbeitet habe. Das waren auch Projekte, oder [...] Möglichkeiten, die sich ergeben, dass Jugendliche dort schnuppern gehen können, dort, wo ich Leute kennen, die jetzt zum Beispiel Skateboards organisieren können, die wir gerade brauchen.»* (SKA1, Z. 629-637).

Nutzung des vernetzten Denkens für die Vernetzung untereinander

SKA2 berichtet, dass sie für die Zielgruppe «Erwachsene» zuständig ist und dabei Sachen aufschnappte, die für andere im Team mit anderen Zielgruppen ebenfalls wichtig wären: *«Oder, ich glaube das vernetzte Denken, da hat es schon auch Rückmeldungen gegeben, dass Mitarbeitende froh gewesen sind, dass ich nicht nur für ein Thema denke, sondern mit was es noch alles zu tun hat.»* (SKA2, Z. 1328-1331). *«... wenn wir an irgendeiner Sitzung sind, ... und wenn irgendein Thema kommt bezüglich Aufsuchenden, dann nachher kann es sein, dass es vielleicht ja auch interessant wäre für die anderen Alterskategorien. Und da habe ich einfach wie gefunden <Ja es hat ja noch mit denen und denen zu tun und, wenn wir dann nicht gerade dädä und so, wenn wir die jetzt informieren dann wissen sie ja von nichts also können wir unsere Synergien gar nicht nutzen.>»* (SKA2, Z. 1340-1349).

7 Diskussion der Forschungsergebnisse

In diesem Kapitel werden die Ergebnisse aus Kapitel 6 mit den theoretischen Grundlagen aus den Kapiteln 2 bis 4 verknüpft. Es wird auf diejenigen Aspekte eingegangen, welche zur Beantwortung der Kernfrage essenziell sind.

7.1 Darstellung der Wahrnehmungen betreffend ADHS-Stärken

Die Resultate aus der Tabelle 8 werden hier zusammengefasst und interpretiert. Sie geben Auskunft über die im Interview:

- Erwähnte ADHS-Stärken
- Erwähnte ADHS-Stärken, bei ihrer soziokulturellen Tätigkeit eingesetzt und
- Nicht erwähnte, jedoch durch den Kontext ersichtliche ADHS-Stärken.

Für ihre Tätigkeit in der SKA setzen die Interviewten bewusst vor allem die ADHS-Stärken der hohen Assoziationsbreite, das Einfühlungsvermögen sowie ihre Offenheit ein. Begeisterungsfähigkeit, Kreativität und Authentizität wurden von fast allen als Stärke gewertet, jedoch nur vereinzelt bei der Erwerbstätigkeit bewusst angewendet. Die Hilfsbereitschaft wurde von zwei Interviewten als Stärke aufgeführt, kam jedoch bei beiden nicht in einem Berufsbeispiel vor. Der Hyperfokus und die tiefgehende Reflexion hat je eine Person erwähnt und bei der Arbeit eingesetzt.

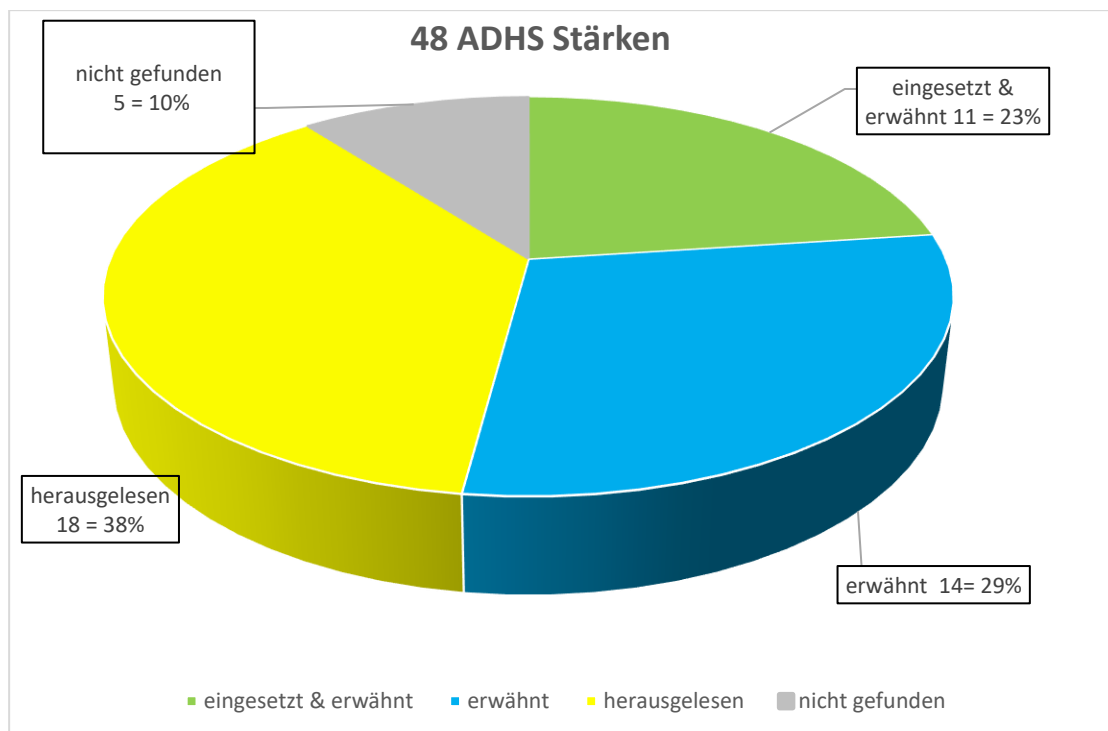


Abbildung 4: Auswertung der Wahrnehmungen betreffend ADHS-Stärken der Interviewpersonen (Quelle: Eigene Darstellung nach Tabelle 8).

Die ADHS-Stärken Gerechtigkeitssinn, Neugierde/Wissbegierde und Improvisation wurden von keiner der Interviewpersonen als Stärke erwähnt, bei fast allen Interviewpersonen finden sich jedoch Interviewausschnitte, welche das Potenzial für diese Stärken aufzeigen.

Wie die Abbildung 4 aufzeigt, lässt sich eine grosse Differenz zwischen den aus dem Interview-Kontext lesbaren Stärken, den von den Interviewten explizit erwähnten ADHS-Stärken sowie deren Einsatz im Beruf ausmachen. Wie ersichtlich, bleibt ein Grossteil des ADHS-Stärken-Potenzials ungenutzt, obwohl es zur Verfügung stünde. Folgende Gründe können zur Erklärung dieses Resultats aufgeführt werden.

Dass bei den Interviews nicht für all ihre ADHS-Stärken ein Berufsbeispiel genannt wurde, bedeutet keinesfalls, dass sie diese nicht im Berufsalltag einsetzen. Es ist anzunehmen, dass die Soziokulturellen Animator_innen diverse potenzielle Stärken nutzen, ohne sich dessen bewusst zu sein. Einen Teil der Stärken könnten sie durchaus wahrgenommen haben, ohne sie jedoch mit ADHS in Verbindung zu bringen.

Ob etwas als Stärke betrachtet wird, ist wie in Kapitel 0 angedeutet subjektiv. Ergänzend kann vermutet werden, dass das auf Vorurteilen gebildete negative Bild von ADHS in der Öffentlichkeit auch die eigene Wahrnehmung von den Interviewten negativ geprägt hat. Vorurteile führen ebenfalls dazu, dass sich Menschen mit ADHS Dinge selbst nicht zutrauen oder ihnen von aussen weniger zugetraut wird (siehe Kapitel 6.2). Dies ist sowohl für die Entdeckung als auch die Entwicklung persönlicher Stärken kontraproduktiv. Zudem erwähnt die Literatur zu Stärken, dass Menschen allgemein und Menschen mit ADHS im Besonderen Mühe haben, ihre potenziellen Stärken zu erkennen bzw. daran zu glauben, dass sie diese haben (siehe Kapitel 0). Auch dies prägt die subjektive Wahrnehmung. Letztlich kann das Versäumnis der Fachpersonen, die Getesteten bei ihrer Diagnose über Ressourcen aufzuklären (wozu auch mögliche Stärken gehören; siehe Kapitel 2.6), dazu beiträgt, dass sie diese weniger oder nur schwer erkennen. Die Interviews geben jedenfalls Aufschluss darüber, dass lediglich bei einer Interviewperson bei der Erstdiagnose auf Ressourcen eingegangen wurde, bei zweien gar nicht und bei der vierten Person erst bei der zweiten Diagnose.

7.2 Einsatz der ADHS-Stärken in soziokulturellen Tätigkeitsbereichen

In Kapitel 4 wurde auf die Funktionen und Interventionspositionen der SKA eingegangen. Um festzustellen, bei welchen soziokulturellen Tätigkeiten die Interviewten ihre wahrgenommenen ADHS-Stärken einsetzen, wurden diese mit den Beispielen in Kapitel 6.5.3 abgeglichen und zugeordnet.

7.2.1 Vernetzungsfunktion

Die Bildung von neuen und die Stärkung von bestehenden Netzwerken ist zentral für den Erfolg von soziokulturellen Aktionen. Dadurch verbessern sich die Beziehungen der Beteiligten und vorhandene Ressourcen können besser genutzt werden (Hangartner, 2013, S. 288; Willener, 2007, S. 72).

SKA1 erwähnt hierzu, dass er neben den Netzwerken der Institutionen auch sein privates nutzt, um materielle und immaterielle Güter für die SKA zu organisieren: «*Möglichkeiten, die sich ergeben, dass Jugendliche dort schnuppern gehen können, dort, wo ich Leute kennen, ...*» (SKA1, Z. 629-637).

SKA2 denkt durch ihr vernetztes Denken – welches auf der hohen Assoziationsbreite beruht – beispielsweise bei Sitzungen, nicht nur für ihren eigenen Arbeitsbereich mit, sondern achtet darauf, dass wichtige Informationen für andere Bereiche weitergetragen werden. Dies wird von anderen Mitarbeitenden geschätzt (SKA2, Z. 1328-1331, 1340-1349).

Dass dies gewürdigt wird, wundert die Autorin nicht. Denn obwohl laut Willener (2007) die Netzwerkarbeit so wichtig ist, so wird sie dennoch in der Praxis zu wenig eingesetzt (S. 72). Hier könnten Soziokulturellen Animator_innen mit ADHS mit ihrer Stärke des vernetzen Denkens eine wichtige Lücke schliessen.

7.2.2 Präventive Funktion

Bei der Wahrnehmung dieser Funktion geht es darum, allfälliges Konfliktpotenzial frühestmöglich zu erkennen und präventive Massnahmen zu ergreifen (Hangartner, 2013, S. 288). Dabei hilft beispielsweise bei der Arbeit mit Gruppen die erworbene Fachkompetenz der Gruppendynamik. Durch sie können laut Wellhöfer (2018) Spannungen und die Spannungsursachen in Gruppen erkannt und bedarfsgerecht begegnet werden (S. 14-15, 17).

Dies tut auch SKA4. Sie nimmt die Dynamik einer Gruppe durch ihr Einfühlungsvermögen sehr schnell und könnte dadurch bei Bedarf umgehend einschreiten (SKA4, Z. 514-517). Diese Handlung nimmt SKA4 in der Vermittlungsposition wahr. Soziokulturelle Animator_innen mit ADHS sind durch ihr seismographisches Gespür dafür prädestiniert für diese Aufgabenerfüllung.

7.2.3 Konzeptposition

Konzepte werden erstellt, um soziokulturelle Aktivitäten gegen aussen zu legitimieren (Hangartner, 2013, S. 310–311). Bei der Konzepterarbeitung kommen Beobachtungs- und Beschreibungswissen (Was ist der Fall?), wissenschaftlich unterstütztes Erklärungs- und Begründungswissen (Warum ist es

so?) sowie Wertewissen (Woran orientieren wir uns?) und Handlungs- und Interventionswissen (Wie kommen wir dorthin?) zum Zuge (Hiltrud von Spiegel (2004); zit. in Hangartner, 2013, S. 311).

Diesen Prozess beschreibt SKA2, welche sich mit ihrer Beharrlichkeit und tiefgehenden Reflexionsstärke für die Entwicklung eines Arbeitskonzeptes einsetzte. Da dies bisher fehlte, wurde vom Arbeitsteam einfach gehandelt, ohne gross zu überlegen, was oft nicht zum erwünschten Ziel führte: *«Aber ich bin mehr die, die fragt, was, wieso? Was genau, was ist unser Ziel? Warum machen wir das und ist das [...]»* (SKA2, Z. 1667-1174).

Die SKA steht durch die Ökonomisierung unter Legitimationsdruck (Gabriel-Schärer & Schmocker, 2018, S. 93). Deshalb ist die Autorin der Meinung, dass zwingend alles, was die Legitimation der SKA fördert, zu nutzen, also beispielsweise die ADHS-Stärke der tiefgehenden Reflexion.

7.2.4 Animationsposition

Beim Agieren in der Animationsposition stellen die Fachpersonen Kontakte und Beziehungen zu Personen her, um sie dann stufenweise für soziokulturelle Angebote zu animieren. Diese sind die Basis aller Handlungen in der SKA. Hangartner beschreibt dies mit folgendem Zitat: *«Beziehung = Aktion = mehr Beziehung = erfolgreiche Aktion»* (Hangartner, 2013, S. 298, 304–305). Aus den Interviewbeispielen wurde ersichtlich, dass die Interviewten ihre ADHS-Stärken mehrheitlich bei diesen Tätigkeiten einsetzen:

SKA2 erzählte, dass sie durch ihr vernetztes Denken zahlreiche unverfängliche Möglichkeiten zur Kontaktaufnahme wahrnimmt. Dadurch kann sie bei ihrer aufsuchenden Arbeit Kontakte zu den Menschen herstellen - ohne dass diese dies als unangenehmen oder störenden Eingriff in ihr Territorium werten. Beispielsweise sagt sie zu einer Jugendgruppe: *«Hey, wisst ihr wo es einen Mülleimer hat?» Und sie so <Nein!> und so [...]. Und dann irgendwie sind wir schon miteinander im Gespräch gewesen und ich konnte immer noch sagen <Ich bin von der Jugendarbeit.>»* (SKA2, Z. 1123-1138, 1146-1150).

Nach einem gelungenen Erstkontakt geht es darum, die Beziehung zu vertiefen. SKA3 schildert, dass sie für die Beziehungsarbeit ihre geschärfte Wahrnehmung einsetzt, um zu erspüren, wie es den einzelnen Personen geht. Ohne dies kann für sie keine tiefergehende Bindung entstehen *«[...] wenn du nicht versuchst, zu verstehen, oder dich einzufühlen, oder das gar nicht kannst, dann packst du die Leute auch nicht auf die gleiche Art»*. Weiter führt sie aus, dass je tiefergehender eine Beziehung ist, desto besser lässt sich Vertrauen aufbauen (SKA3, Z. 208-217). Ist erst eine solide Basis geschaffen, kann eine gelingende Animierung stattfinden. SKA3 erwähnt, dass sie die Zielgruppen animiert, indem sie selbst motiviert ist und ihren Spirit, ihre Begeisterungsfähigkeit auf die anderen überträgt. Zudem gehört für sie dazu, als Fachperson authentisch zu sein, d. h. beispielsweise wenn etwas

keinen Spass macht, dies offen und ehrlich zu kommunizieren und damit der Zielgruppe zu vermitteln, dass sie sich alle in derselben Situation befinden. Gleichzeitig animiert sie die Gruppe zu Lösungen anstelle von Resignation (SKA3, Z. 166-181).

Gelingende Handlungen in dieser Position sind grundlegend für weitere Beziehungsarbeit, beispielsweise für die integrative Funktion. Die Interviewten nennen vermehrt Stärken, welche sie dafür gewinnbringend einsetzen. Deshalb kann hier klar von einem vorhandenen Potenzial für die SKA gesprochen werden.

8 Fazit

Nachfolgend werden die wichtigsten Erkenntnisse der Arbeit zusammengefasst und schlussfolgernde Empfehlungen dargelegt. Aus ihr lassen sich weiterführende Forschungsfragen für zukünftige Studien ableiten, die im Ausblick dargestellt werden.

8.1 Beantwortung der Fragestellung

Wo setzen Soziokulturelle Animatorinnen und Animatoren mit ADHS ihre wahrgenommenen ADHS-Stärken bei ihrer beruflichen Tätigkeit ein?

Mit der Diskussion der Forschungsergebnisse wurde festgestellt, dass die Interviewten nicht nur bei sich ADHS-Stärken wahrgenommen haben, sondern dass sie diese auch mehr oder weniger bei ihrer Arbeit einsetzen. Zu den mehrfach gezielt eingesetzten Stärken gehören:

- Einfühlungsvermögen
- Offenheit
- Hohe Assoziationsbreite

Um tragfähige Beziehungen zu Zielgruppen aufzubauen, setzen sie ihre Offenheit und ihr Einfühlungsvermögen ein. Diese sind wichtig, da sie die Grundlage für erfolgreiche soziokulturelle Aktivitäten darstellen. Ihr Einfühlungsvermögen innerhalb der Präventionsfunktion ist für die frühzeitige Erkennung von sich anbahnenden Konflikten ebenfalls von grossem Wert. Die Vernetzungsaufgabe gilt für die SKA als wesentlicher Bestandteil für das Gelingen von Projekten. Sie wird jedoch in der Praxis vernachlässigt. Mit ihrer hohen Assoziationsbreite können Soziokulturelle Animator_innen diese Lücke ausgezeichnet füllen. Die Arbeit der SKA steht vermehrt unter Legitimationsdruck. Diesem kann mit expliziten, nachvollziehbaren und verbindlichen Konzepten entgegengewirkt werden, wofür Soziokulturelle Animator_innen mit ihrer ADHS-Stärke der tiefgehenden Reflexion besonders erfolgreich sein können (siehe Kapitel 7.2).

Die Interviews bestätigen die gestellte Hypothese, dass Soziokulturelle Animator_innen mit ADHS für die SKA ein grosses Potenzial darstellen, auch wenn dies in der vorliegenden Arbeit nur mit einzelnen Beispielen gestützt werden konnte. Zu Beginn der Untersuchung wurde jedoch erwartet, dass sich dies sowohl breiter als auch deutlicher abzeichnen werde.

Dass dies so nicht eingetroffen ist, könnte daran liegen, dass eine nicht unbedeutende Lücke zwischen den von den Interviewpersonen erwähnten Stärken, deren Einsatz bei ihrer beruflichen

Tätigkeit sowie dem nicht erwähnten, aber durch den Interviewkontext ersichtlichen Stärke-Potenzial besteht. Die Gründe dafür wurden bei der Diskussion bereits erläutert (Kapitel 7.1).

An dieser Stelle soll jedoch festgehalten werden, dass der gezielte Einsatz von ADHS-Stärken ein für die SKA noch zu wenig genutztes Potenzial darstellt, auch wenn dies weder detailliert noch quantitativ belegt werden konnte.

Im Allgemeinen zeigt sich die Relevanz des Bachelor-Themas letztlich auch dadurch, dass die Interviewpersonen ebenfalls angeben, dass viele in der SKA eine ADHS haben (vgl. Kapitel 6.5.1). Eine gewisse Anziehung von ADHS-Betroffenen hin zur Soziokulturellen Animation scheint also vorzuliegen.

8.2 Empfehlungen

Gestützt auf die Erkenntnisse lassen sich Handlungsempfehlungen für (angehende) Soziokulturelle Animator_innen mit diagnostiziertem oder vermutetem ADHS sowie für Arbeitgebende von Soziokulturellen Animator_innen ableiten. Das übergeordnete Ziel der Empfehlungen ist, dass die besonderen berufsrelevanten Stärken von Menschen mit einem ADHS bei ihrer Tätigkeit bewusster eingesetzt und ihr Potenzial dadurch vermehrt zur Geltung kommen kann. Werden die Handlungsempfehlungen in der Praxis angewendet, wird auch ermöglicht, dass innerhalb der Soziokulturellen Animation ein Perspektivenwechsel, von einer defizitären zu einer positiveren Sicht auf ADHS entsteht.

8.2.1 Für Soziokulturelle Animator_innen mit Vermutung auf ADHS

In der Arbeit wird thematisiert, dass es in der SKA viele (angehende) Soziokulturelle Animator_innen mit ADHS gäbe, welche jedoch nicht alle abgeklärt sind. Die Autorin empfiehlt denjenigen mit der Vermutung, sie könnten möglicherweise eine ADHS haben, dieser nachzugehen und sich diagnostizieren zu lassen. Denn sekundäre und tertiäre ADHS-Phänomene, welche gehäuft ohne Diagnose und Behandlung auftreten, können verhindern, dass potenzielle ADHS-Stärken erkannt und trainiert werden können (vgl. Kapitel 3.4). Die Diagnose ist nicht alleine für die Nutzung der Stärken wichtig. Vielmehr liefert sie einen Erklärungshintergrund für Verhaltensweisen von Menschen mit ADHS, die sonst oft an sich selber zweifeln.

Für eine erste Verdachts-Prüfung kann der in der Arbeit verwendete Screening-Test der WHO (vgl. Anhang C) ausgefüllt werden. Bestätigen sich darin Anzeichen einer ADHS, sollten sie sich von einer gut ausgewiesenen Fachperson (vgl. Kapitel 2.4) abklären lassen. Gestützt auf praktische Erfahrung empfiehlt es sich, eine Fachperson mit ADHS auszuwählen. Die grosse Wahrscheinlichkeit,

dass diese durch die eigene Betroffenheit viele Verhaltensmuster von Menschen mit ADHS abgespeichert haben, könnte die komplexe Diagnose absichern.²¹

Es ist wichtig, dass bei der Diagnose-Stellung oder der nachfolgenden Besprechung sowohl die Schwächen wie auch die Stärken aufgezeigt werden (vgl. Kapitel 3.4). Falls die Stärken bei der Diagnosebesprechung nicht thematisiert werden, sollte dies eingefordert werden. Dadurch wird eine zeitnahe Wahrnehmung der Stärken ermöglicht.

8.2.2 Für Soziokulturelle Animator_innen mit ADHS

Eruierung der eigenen ADHS-Stärken für den Beruf

Die Arbeit zeigt auf, dass viele Soziokulturelle Animator_innen mit ADHS ihr volles Stärke-Potenzial kaum kennen. Wären sie sich dessen bewusst, können Sie es im Beruf zielgerichtet anwenden. Die 14 Stärken (vgl. Kapitel 3.2) können eine erste Orientierung bieten, um die eigenen Stärken (weiter) zu entdecken. Um zu reflektieren, bei welchen beruflichen Tätigkeiten die jeweiligen Stärken eingesetzt werden können, empfiehlt es sich, das Formular (vgl. Anhang E) als Hilfsmittel zu nutzen. So können sich intuitiv genutzte in bewusst eingesetzte Stärken umwandeln.

Wie in Kapitel 3.1 aufgezeigt, ist es sinnvoll, seine Stärken anzuwenden, damit es zur Potenzialausschöpfung kommen kann. Der Weg dazu ist nachfolgend skizziert.

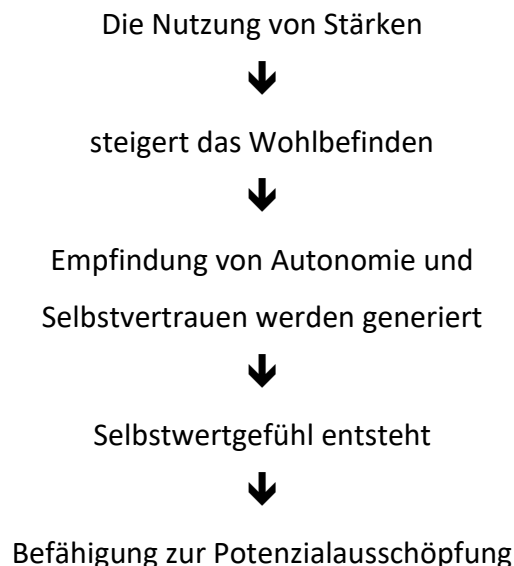


Abbildung 5: Weg zur Potenzialausschöpfung (Eigene Darstellung).

²¹ Ein weiterer Vorteil ist, dass Fachpersonen mit einem ADHS wissen, was es bedeutet, mit einem ADHS zu leben und in gleichen Strukturen denken.

Professions-Zusammenschluss mit regelmässigem Austausch

Zwei der Interviewten erzählten, dass sie den Austausch mit anderen Menschen mit einem ADHS als bereichernd für ihre persönliche und berufliche Weiterentwicklung erleben. Analog dazu erachtet die Autorin einen Zusammenschluss von (angehenden) Soziokulturellen Animator_innen mit ADHS als sinnvoll. Beim regelmässigen Austausch könnten SKA-spezifische Belange vertieft diskutiert werden. Der erzielte Wissensgewinn würde die These «Soziokulturelle Animator_innen mit ADHS stellen durch ihre Stärken für die SKA ein wichtiges Potenzial dar» stützen.

8.2.3 Für Arbeitgebende von Soziokulturellen Animator_innen mit ADHS

Wie festgestellt, arbeiten wohl viele (angehende) Animator_innen im Einsatz der SKA, welche von ADHS betroffen sind. Weil ADHS bei der beruflichen Eignung und im Bewerbungsprozess kein explizites Thema ist, dürften einige Arbeitgebende unwissend Arbeitnehmende mit einer ADHS beschäftigen. Eine Auseinandersetzung mit der Thematik ADHS und deren Stärken könnte einen gegenseitigen Gewinn, sowohl für Arbeitgebende wie auch für betroffene Arbeitnehmende bedeuten. Weil vorhandenes Stärkenpotenzial besser erkannt und optimaler eingesetzt werden kann, wenn die Grundzüge des ADHS verstanden werden. Davon profitieren nicht zuletzt die Zielgruppen der SKA sowie die Bevölkerung.

8.3 Ausblick

Im Rahmen dieser Bachelorarbeit konnte nur ein selektiver Einblick in das umfangreiche und komplexe Themengebiet ADHS ermöglicht werden.

Der Zusammenhang von ADHS-Stärken und den beruflichen Anforderungen der SKA konnte zwar auf Basis der Literatur und der Befragung plausibel aufgezeigt werden, doch die Stichprobe ist klein und selektiv. Es wäre sinnvoll, mit einer breiter angelegten Untersuchung diesen Zusammenhang nachzuweisen.

Die Auswertung der Befragung hat gezeigt, dass die Interviewten mit ADHS nur einen Teil ihrer potenziellen ADHS-Stärken bewusst wahrnehmen. Im Kontext der Antworten wurden jedoch mehr Stärken ersichtlich, weshalb es gewinnbringend scheint, der Frage nachzugehen, wie man Menschen mit ADHS ihr Potential besser bewusst machen könnte.

Erstmalig konnten hier einzelne, konkrete Bereiche der SKA benannt werden, in denen das Potenzial der ADHS-Stärken Soziokultureller Animator_innen zum Tragen kommt. Es bedarf jedoch

weiterer Forschungen, um eine umfassendere und fundiertere Übersicht der soziokulturellen Tätigkeiten zu erhalten, bei denen die ADHS-Stärken von hohem Nutzen sind.

Wenn Führungskräfte wissen, wie sie das Potenzial von Mitarbeitenden mit ADHS optimal einsetzen können, ist dies ein grosser Mehrwert für das Unternehmen (Lachenmeier, 2020, S. 7). In einer weiterführenden Studie sollte deshalb der Frage nachgegangen werden, wie Vorgesetzte idealerweise zu diesem Themenbereich informiert, sensibilisiert und geschult werden könnten.

Zusätzliche Nachforschungen könnten neben dem Erkenntnisgewinn und dem nutzbringenden Einsatz von ADHS-Stärken vor allem auch dazu führen, dass das noch immer vernachlässigte Thema aus der defizitären Perspektive befreit wird und positiver behandelt wird.

9 Reflexion

Die Arbeit wurde als spannend, lehrreich und herausfordernd erlebt. Es war besonders schwierig, bei der komplexen Thematik den Überblick zu behalten, flexibel zu reagieren sowie die zahlreichen Gedanken und Ideen zu ordnen und zu versprachlichen. Die Autorin arbeitete sich betreffend ADHS in verschiedene Fachgebiete wie Neurobiologie, Pharmakologie, Psychiatrie und Psychologie ein. Das neu gewonnene Wissen – beispielsweise, dass als Ursache von Suchtkrankheiten ein zu niedriger Dopaminspiegel in Frage kommt – wird ihr in Zukunft den Zugang zu diesen Menschen erleichtern.

Es gibt spezifische Aspekte zur Forschung der Thematik ADHS und ADHS-Stärken, die hier separat zu erwähnen sind.

Forschung

Feldzugang: Von Dozierenden wurde darauf aufmerksam gemacht, dass bei der gewählten Thematik der Feldzugang schwierig sein könnte²². Dem war jedoch nicht so. Die Autorin führt dies auf die grosse Hilfsbereitschaft (eine ADHS-Stärke) der potenziellen Interviewpersonen zurück. Sie stimmten nicht nur sofort einem Interview zu, sondern leiteten die Interviewanfrage eigenständig an andere Personen weiter.

Zoom als Wahl des Durchführungsinstrumentes: Die Interviews via Zoom durchzuführen, bot sowohl Vor- als auch Nachteile. Zu den erlebten Vorteilen zählt, dass ein Gespräch spontan (Krankheit) verschoben und die Interviews trotz Pandemie durchgeführt werden konnten. Zudem schien es, dass sich die Interviewpersonen damit wohl fühlen, sich während des Interviews in den eigenen vier Wänden zu befinden, was sich positiv auf ihre Offenheit auswirkte. Nachteilig war, dass die Tonqualität der Aufzeichnung mangelhaft war, was die Transkription erschwerte. Dies mag auch an technischen Ursachen liegen, wie u. a. der lauten Laptop-Lüftung.

Anpassungen bei der Interview-Durchführungen: Es entstand bei den Interviews fortschreitend der Eindruck, dass den Interviewpersonen innerhalb des abgemachten Zeitraums nicht genügend Zeit blieb, um frei erzählen zu können, wo sie ihre ADHS-Stärken im Beruf einsetzen. Im Gegensatz zum Vorinterview, wo die medizinischen Fragen innert kurzer Zeit beantwortet wurden, tauchten bei den ersten zwei Interviews unerwartete Fragen beispielsweise betreffend Behandlung auf, was mehr Zeit in Anspruch nahm. Aus diesem Grund wurde entschieden, die Antworten für einen Teil der Leitfragen durch einen Fragebogen (vgl. Anhang E) vorweg schriftlich einzuholen. Dadurch sollte das Interview entlastet werden, sodass für die Hauptfrage genügend Zeit blieb und dadurch mehr

²² Vermutlich ist dies auch eine Spiegelung der Tabuisierung von ADHS beziehungsweise der defizitären Perspektive auf ADHS.

Berufsbeispiele genannt werden können. Diese Massnahme erübrigte sich im Nachhinein, weil sich herausstellte, dass die Interviewten sich vieler berufsrelevanten Stärken nicht bewusst sind.

Thematik ADHS

Es musste festgestellt werden, dass für die Bearbeitung von so komplexen Themen wie ADHS eine vertiefte Grundlagenarbeit nötig ist. Um sich das Wissen anzueignen, musste sich die Autorin erst mit viel Basis-Literatur und Ratgebern beschäftigen, bevor sie die Texte aus den medizinischen Fachbüchern verstand. Die intensive Auseinandersetzung mit der verfügbaren Literatur führte auch zur Feststellung, dass nicht alle Quellen vertrauenswürdig sind und beispielsweise auch Ratgeber falsche Informationen verbreiten. Es fehlten für die Arbeit fundierte, umfangreiche, vor allem aber auch leicht verständliche Schriften zur Thematik. Diese würde jedoch zur Aufklärung über ADHS, auch zum Abbau von Vorurteilen, dringend benötigt. Dies bemängelten auch die Interviewteilnehmenden. Der Autorin war es deshalb wichtig, im Theorieteil (v. a. Kapitel 2) neben den wissenschaftlichen auch praxisorientierte Informationen in einer verständlichen Form weiterzugeben. Sie musste jedoch einsehen, dass dies angesichts der komplexen Thematik und dem zur Verfügung stehenden Umfang nicht im gewünschten Mass möglich war.

ADHS-Stärken

Die Autorin stellte bei der intensiveren Auseinandersetzung mit den ADHS-Stärken fest, dass die USA betreffend Potenzialerkennung und Einsatz von Menschen mit Neurodiversität²³ im Arbeitsmarkt viel weiter fortgeschritten ist. Dort werden ADHS-Stärken wie spezielle Weitsicht und hohe Innovativität von namhaften amerikanischen Unternehmen wie SAP, Hewlett-Packard oder Microsoft geschätzt und als Wettbewerbsvorteile gesehen. Immer mehr Unternehmen passen ihre Mitarbeitersuche an, um genau solche Mitarbeitende zu finden (vgl. Austin & Pisano, 2017). Die Autorin wünscht sich eine solche Entwicklung auch in der Schweiz. Für sie könnte die SKA hier eine Vorreiterrolle übernehmen.

²³ «Wenn die kognitiven Gehirnfunktionen eines Menschen von denjenigen abweichen, welche die Gesellschaft als innerhalb der Norm liegend (also als «normal» oder «neurotypisch») definiert, dann wird dieser Mensch als neurodivergent bezeichnet.» Im Deutschen wird auch der Begriff «neurodivers» dafür gebraucht (Jäggi, 2021). ADHS beruht auf einer solchen Abweichung.

10 Literatur- und Quellenverzeichnis

- Altmann, T. (2018). *socialnet Lexikon. Empathie*. <https://www.socialnet.de/lexikon/Empathie>
- Ärzteblatt. (2017, März 3). *Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörung*. Deutsches Ärzteblatt. <https://www.aerzteblatt.de/archiv/186551/Aufmerksamkeitsdefizit-Hyperaktivitaetsstoerung>
- Austin, R., & Pisano, G. (2017). Neurodiversität als Wettbewerbsvorteil. *Harvard Business Review*. <https://hbr.org/2017/05/neurodiversity-as-a-competitive-advantage>
- avenirsocial. (2014). *Berufskodex Soziale Arbeit*. https://avenirsocial.ch/wp-content/uploads/2018/12/AS_Berufsbild_DE_def_1.pdf
- Begabtenzentrum. (ohne Datum). *Ganzheitliches Gedächtnistraining zum assoziativem Denken*. Begabtenzentrum. <https://www.begabtenzentrum.de/gedaechtnistraining/assoziatives-denken/>
- Begeisterungsfähigkeit. (2021). In *MedLexi*. MedLexi.de. <https://medlexi.de/Begeisterungsf%C3%A4higkeit>
- Bertram, G. W., & Rüsenberg, M. (2021). *Improvisieren! Lob der Ungewissheit* (2. Aufl.). Reclam.
- Bonnes, C. (2016). *Die berufliche Entwicklung von Menschen mit ADHS: Eine qualitative Studie zur beruflichen Passung von Menschen mit Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörung (ADHS) aus der Perspektive der Resilienzforschung*. Julius Klinkhardt.
- Bundesrat. (2009). *08.3914 | Ritalin. Negative Folgen der Verabreichung an Kinder (Stellungnahme des Bundesrats zur Interpellation Siebenthal)*. <https://www.parlament.ch/de/ratsbetrieb/suche-curia-vista/geschaefte?AffairId=20083914>
- Bundesrat. (2015). *15.4229 | ADHS ist keine Krankheit! Die wirklichen Ursachen müssen nun angepackt werden (Stellungnahme des Bundesrats zur Motion Herzog)*. <https://www.parlament.ch/de/ratsbetrieb/suche-curia-vista/geschaefte?AffairId=20154229>
- Burger. (2022, Mai 24). *Persönliches Gespräch* [Persönliche Kommunikation].
- D'Amelio, R., Retz, W., Philipsen, A., & Rösler, M. (2021). *ADHS im Erwachsenenalter: Strategien und Hilfen für die Alltagsbewältigung* (2., erweiterte und überarbeitete Aufl.). Kohlhammer.
- dgkjp, & DGPPN. (2017). *Kurzfassung der interdisziplinären evidenz- und konsensbasierten (S3) Leitlinie «Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörung (ADHS) im Kindes-, Jugend- und Erwachsenenalter»* (Deutsche Gesellschaft für Sozialpädiatrie und Jugendmedizin e.V., Hrsg.). https://www.awmf.org/uploads/tx_szleitlinien/028-045k_S3_ADHS_2018-06.pdf
- Diener, T. (2011). Berufs- und Lebensnavigation—Individuelle Zugänge zur Arbeitswelt. In M. Hammerer, E. Kanelutti, & I. Melter (Hrsg.), *Zukunftsfeld Bildungs- und Berufsberatung: Neue Entwicklungen aus Wissenschaft und Praxis* (S. 119–124). Bertelsmann.
- Döpfner, M., Banaschewski, T., & Rösler, M. (2021). Die internationale Konsensuserklärung der World Federation of ADHD: 208 evidenzbasierte Schlussfolgerungen über die Störung. *ADHS Report, Sonderausgabe*(63). https://www.adhd-federation.org/_Resources/Pers

istent/99f33513a63af0835d2407c806ce82265ac1f268/World%20federation%20ADHD%20consensus%20statement%20German.pdf

- Döpfner, M., Görtz-Dorten, A., & Lehmkuhl, G. (2008). Diagnose-Checkliste DCL-ADHS. In *DISYPS-II. Diagnostik-System für psychische Störungen nach ICD-10 und DSM-IV für Kinder und Jugendliche—II* (S. 1). Hogrefe. <https://www.testzentrale.ch/shop/diagnostik-system-fuer-psychische-stoerungen-nach-icd-10-und-dsm-iv-fuer-kinder-und-jugendliche-ii.html>
- Dragolov, G., Ignáz, Z., Lorenz, J., Delhey, J., & Boehnke, K. (2013). *Gesellschaftlicher Zusammenhalt im internationalen Vergleich* (Bertelsmann Stiftung, Hrsg.). https://www.bertelsmann-stiftung.de/fileadmin/files/BSt/Publikationen/GrauePublikationen/GP_Radar_Gesellschaftlicher_Zusammenhalt.pdf
- El-Maawi, R., & Gretler-Heusser, S. (2019). Diversity. In A. Willener & A. Friz (Hrsg.), *Integrale Projektmethodik* (S. 88–98). interact Verlag.
- Endrass, G. (2019). Für ADHSler kommt die rechtliche Volljährigkeit mit 18 Jahren oft zu früh. *Ärzteblatt Rheinland-Pfalz*, 11/2019, 3.
- Froschauer, U., & Lueger, M. (2020). *Das qualitative Interview: Zur Praxis interpretativer Analyse sozialer Systeme* (2., vollständig überarbeitete und erweiterte Aufl.). facultas.
- Gabriel-Schärer, P., & Schmocker, B. (2018). *Soziale Arbeit bewegt, stützt, begleitet*. interact.
- Gawrilow, C. (2016). *Lehrbuch ADHS: Modelle, Ursachen, Diagnose, Therapie: (2., aktualisierte Aufl.)*. Ernst Reinhardt Verlag.
- Hafen, M. (2013). Die Soziokulturelle Animation aus systemtheoretischer Perspektive. In B. Wandeler (Hrsg.), *Soziokulturelle Animation: Professionelles Handeln zur Förderung von Zivilgesellschaft, Partizipation und Kohäsion* (2. Aufl., S. 157–200). interact.
- Hangartner, G. (2013). Ein Handlungsmodell für die Soziokulturelle Animation zur Orientierung für die Arbeit in der Zwischenposition. In B. Wandeler (Hrsg.), *Soziokulturelle Animation: Professionelles Handeln zur Förderung von Zivilgesellschaft, Partizipation und Kohäsion* (2. Aufl., S. 265–322). interact.
- Helfferich, C. (2011). *Die Qualität qualitativer Daten: Manual für die Durchführung qualitativer Interviews* (4. Aufl.). VS, Verlag für Sozialwissenschaften.
- Hinkelmann, R. (2016). *ADHS bei Erwachsenen: Coaching als innovativer Beratungsansatz für Ärzte und Therapeuten*. Elsevier, Urban & Fischer.
- Hochschule Luzern – Soziale Arbeit (Hrsg.). (2015a). *Leistungsnachweis Modul 22: Biografisches Interview*. Unveröffentlichtes Unterrichtsskript.
- Hochschule Luzern – Soziale Arbeit. (2015b). *Soziokultur verbindet. Welche Eigenschaften braucht eine Soziokulturelle Animatorin oder ein Soziokultureller Animator?* <http://www.youtube.com/watch?rel=0&v=rcZupOWtqVM>
- Hochschule Luzern – Soziale Arbeit, Soziokultur Schweiz, avenirsocial, & curaviva hfg (Hrsg.). (2017). *Charta der Soziokulturellen Animation*. https://soziokulturschweiz.ch/wp-content/uploads/2022/06/220531_Charta_Dez_2017-gender.pdf

- Hunziker, U. (2019). ADHS. In *SGV Manual*. Schweizerische Gesellschaft der Vertrauens- und Versicherungsärzte. <https://www.vertrauensaerzte.ch/manual/4/adhs/>
- Husi, G. (2013). Die Soziokulturelle Animation aus strukturierungstheoretischer Sicht. In B. Wandel (Hrsg.), *Soziokulturelle Animation: Professionelles Handeln zur Förderung von Zivilgesellschaft, Partizipation und Kohäsion* (2. Aufl., S. 97–155). Interact.
- Husi, G., & Villiger, S. (2012). *Sozialarbeit, Sozialpädagogik, soziokulturelle Animation: Theoretische Reflexionen und Forschungsergebnisse zur Differenzierung sozialer Arbeit*. Interact.
- Jäggi, C. (2021, Dezember 21). 7.3 Neurodiversität. SchoolMatters. Ein Beitrag zur Entwicklung der Schule mit psychischer Gesundheit. <https://www.radix.ch/de/gesunde-schulen/angebote/schoolmatters/buecher/ein-beitrag-zur-entwicklung-der-schule-mit-psychischer-gesundheit/07-diversitaet-und-eingebundenheit/73-neurodiversitaet/>
- Kober, S. (2020). *Klartext im Vertrieb: Wie Sie mit entwaffnender Ehrlichkeit Vertrauen aufbauen und Kunden gewinnen*. Springer Gabler.
- Krause, J., & Krause, K.-H. (2003). *ADHS im Erwachsenenalter: Die Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörung bei Erwachsenen*. Schattauer.
- Krause, J., & Krause, K.-H. (2014). *ADHS im Erwachsenenalter: Symptome - Differenzialdiagnose - Therapie* (4., vollst., akt. und erw. Aufl.). Schattauer.
- Kuckartz, U. (2010). *Einführung in die computergestützte Analyse qualitativer Daten* (3. Aufl.). VS, Verlag für Sozialwissenschaften.
- Lachenmeier, H. (2014). Selbstwertwahrnehmung bei ADHS Erwachsener. *Swiss Archives of Neurology and Psychiatry*, 165(2), 47–53.
- Lachenmeier, H. (2016, Oktober 26). *Vorgesetzte müssen keine Therapeuten sein* (A. Fischer) [HR Today: Im Gespräch]. <https://www.hrtoday.ch/de/article/vorgesetzte-muessen-keine-therapeuten-sein>
- Lachenmeier, H. (2020). Coaching der Arbeitgeber & Führungskräfte von ADHS Mitarbeitern. *adhs FOCUS*, 21, 4–7.
- Lachenmeier, H. (2021). *Mit ADHS erfolgreich im Beruf: So wandeln Sie vermeintliche Schwächen in Stärken um*. Springer.
- Linley, P. A., & Harrington, S. (2006). Strengths Coaching: A potential-guided approach to coaching psychology. *International Coaching Psychology Review*, 1(1), 37–46.
- Mayer, H. O. (2013). *Interview und schriftliche Befragung: Grundlagen und Methoden empirischer Sozialforschung* (6. überarbeitete Aufl.). Oldenbourg.
- Neuy-Bartmann, A. (2012). *ADHS - erfolgreiche Strategien für Erwachsene und Kinder* (5. überarbeitete Aufl.). Klett-Cotta.
- Petrusic, I. (2021). *Interventionsposition Vermittlung. Verhandlungs- und Konfliktgespräche*. Unveröffentlichtes Unterrichtsskript Hochschule Luzern – Soziale Arbeit.
- Rossi, P. (2017). Die angeblich so positiven Seiten der ADHS. *ADHSpedia*. <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.30460.56967>

- Ryffel-Rawak, D. (2016). *Wir fühlen uns anders! Wie betroffene Erwachsene mit ADS/ADHS sich selbst und ihre Partnerschaft erleben* (3. Aufl.). Hogrefe.
- Saul, R. (2014). *ADHD does not exist: The truth about attention deficit and hyperactivity disorder*. HarperWave.
- Schmidt, H.-R. (2018). *Modekrankheit ADHS: Eine kritische Aufsatzsammlung*. Mabuse-Verlag. <https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&scope=site&db=nlebk&db=nlabk&AN=1698105>
- Schmocker, B. (2004). *Soziale Arbeit. Das gemeinsame Dach der Berufsgruppen: Sozialarbeit, Sozialpädagogik und Soziokulturelle Animation*. <https://docplayer.org/22160451-Soziale-arbeit-das-gemeinsame-dach-der-berufsgruppen-sozialarbeit-sozialpaedagogik-und-soziokulturelle-animation.html>
- Scholz, J., Sefrin, P., Böttiger, B. W., Döriges, V., & Wenzel, V. (Hrsg.). (2013). *Notfallmedizin* (3. Aufl., S. b-001-2161). Georg Thieme Verlag. <https://doi.org/10.1055/b-001-2161>
- Schweizerische Fachgesellschaft ADHS (Hrsg.). (2016). *Aufmerksamkeitsdefizit-Hyperaktivitätsstörung = ADHS*. <https://www.sfg-adhs.ch/de/dateien-veranstaltungen/703-merkblatt-zu-adhs/file.html>
- Simchen, H. (2020a). *AD(H)S - Hilfe zur Selbsthilfe: Lern- und Verhaltensstrategien für Schule, Studium und Beruf* (2. Aufl.). Verlag W. Kohlhammer.
- Simchen, H. (2020b). *Die vielen Gesichter des AD(H)S: Begleit- und Folgeerkrankungen richtig erkennen und behandeln* (5. Aufl.). Verlag W. Kohlhammer.
- Speerforck, S., Hertel, J., Stolzenburg, S., Grabe, H. J., Carta, M. G., Angermeyer, M. C., & Schomerus, G. (2021). Aufmerksamkeitsdefizit-Hyperaktivitätsstörung bei Kindern und Erwachsenen: Eine Bevölkerungsumfrage zu öffentlichen Überzeugungen. *Journal of Attention Disorders, 25*(6), 783–793. <https://doi.org/10.1177/1087054719855691>
- Stangl, W. (2022). *Online Lexikon für Psychologie und Pädagogik. Definition von Reflexion*. <https://lexikon.stangl.eu/2879/reflexion>
- Störkle, M., & Müller, M. (2017). *Berufsverläufe in der Soziokulturellen Animation*. Hochschule Luzern - Soziale Arbeit ISE. <https://www.hslu.ch/de-ch/hochschule-luzern/forschung/projekte/detail/?pid=3800>
- Universität Zürich (Hrsg.). (2015). *VIA - IS. Informationen zur Interpretation ihrer Ergebnisse*. Persönlichkeitspsychologie und Diagnostik. https://www.charakterstaerken.org/VIA_Interpretationshilfe.pdf
- Wellhöfer, P. R. (2018). *Gruppendynamik und soziales Lernen: Theorie und Praxis der Arbeit mit Gruppen* (5. Aufl.). UVK Verlag.
- Willener, A. (2007). *Integrale Projektmethodik für Innovation und Entwicklung in Quartier, Gemeinde und Stadt*. Interact.
- Willener, A., & Friz, A. (Hrsg.). (2019). *Integrale Projektmethodik*. interact.

- Winkler, M. (2019, Juli 7). ADHS Vorurteile und Unwissenheit in Deutschland. *Blog ADHS-Spektrum*. <https://adhsspektrum.com/2019/07/07/adhs-vorurteile-und-unwissenheit-in-deutschland/>
- Winkler, M. (2021, November 28). Vorurteile und Unwissen zu ADHS in der Öffentlichkeit. *ADHS-Spektrum ADHS Blog und Community für Neurodiversität*. <https://steadyhq.com/de/adhsspektrum/posts/d0ec043d-03a5-4111-8c1f-b144b90f8df0>
- workwise. (2022). *Offenheit und Bewerbung: Wie bringst du es rüber?* <https://www.workwise.io/karriereguide/soft-skills/offenheit>
- World Health Organisation. (2003). *Screening-Test mit Selbstbeurteilungs-Skala V1.1 für Erwachsene mit ADHS (ASRS-V1.1)*.
- Zentralinstitut für Seelische Gesundheit (Hrsg.). (2008). *Aufmerksamkeitsdefizit-Hyperaktivitätsstörung (ADHS) des Erwachsenenalters. Diagnosekriterien entsprechend DSM-IV und ICD-10*. Zentralinstitut für Seelische Gesundheit. https://www.zi-mannheim.de/fileadmin/user_upload/downloads/lehre/flyer/Flyer-ADHS_im_Erwachsenenalter.pdf
- Zhukova, A. (2021, Oktober). *ADHS verstehen. Ein-neuropsychologisches-Erklärungsmodell*. <https://aktive-psychotherapie.de/wp-content/uploads/2021/10/Zhukova-2021-ADHS-verstehen-Ein-neuropsychologisches-Erklärungsmodell.pdf>

Anhang

A	Diagnosekriterien ICD-10.....	57
B	Diagnose-Checkliste ICD-10.....	58
C	Screening-Test mit Selbstbeurteilungs-Skala für Erwachsene V1.1	59
D	Leitfaden zum Interview	60
E	Fragebogen	62
F	Screening-Test Resultate der Interviewpersonen	64
G	Übersichtsgewinnung der angewendeten Stärken	65
H	Interview 1 (Auszug)	66
I	Interview 2 (Auszug)	69
J	Interview 3 (Auszug)	72
K	Interview 4 (Auszug)	75

A Diagnosekriterien ICD-10 (Quelle: Zentralinstitut für Seelische Gesundheit, 2008)

AUFMERKSAMKEITSDEFIZIT-HYPERAKTIVITÄTSSTÖRUNG (ADHS) DES ERWACHSENENALTERS

Diagnosekriterien entsprechend DSM-IV und ICD-10

Diagnosestellung anhand von Symptomen aus den beiden Kernsymptomclustern Aufmerksamkeitsstörung und Impulsivität / motorische Hyperaktivität. Zur Diagnosestellung wird gefordert:

- Mindestens 6 Symptome aus dem Bereich Unaufmerksamkeit oder Hyperaktivität / Impulsivität oder jeweils mindestens 6 Symptome aus beiden Bereichen (**S. Tab. 1**)
- Einige der Symptome vor dem 7. Lebensjahr.
- Aufgrund der Symptomatik Beeinträchtigungen in mindestens zwei Lebensbereichen.
- Symptome nicht besser durch eine andere psychische Störung oder eine medizinische Erkrankung erklärbar.

Tab. 1: Symptome der ADHS entsprechend DSM-IV

Unaufmerksamkeit

- Beachtet häufig Einzelheiten nicht oder macht Flüchtigkeitsfehler.
- Hat oft Schwierigkeiten, die Aufmerksamkeit bei Aufgaben oder beim Spielen aufrechtzuerhalten.
- Scheint häufig nicht zuzuhören, wenn andere sie/ihn ansprechen.
- Hält häufig Anweisungen anderer nicht durch und kann Arbeiten nicht zu Ende bringen.
- Hat häufig Schwierigkeiten, Aufgaben zu organisieren.
- Hat eine Abneigung gegen Aufgaben, die länger dauernde geistige Anstrengung erfordern.
- Verliert häufig Gegenstände, die sie/er für Aktivitäten benötigt.
- Lässt sich öfter durch äußere Reize ablenken.
- Ist bei Alltagsaktivitäten häufig vergesslich.

Hyperaktivität

- Zappelt häufig mit Händen oder Füßen und rutscht auf dem Stuhl herum.
- Steht in der Klasse oder in anderen Situationen, in denen sitzen bleiben erwartet wird, häufig auf.
- Läuft häufig herum oder klettert exzessiv in Situationen, in denen dies unpassend ist (bei Jugendlichen oder Erwachsenen kann dies auf ein subjektives Unruhegefühl beschränkt bleiben).
- Hat häufig Schwierigkeiten, ruhig zu spielen oder sich mit Freizeitaktivitäten ruhig zu beschäftigen.
- Ist häufig „auf Achse“ oder handelt oftmals, als wäre sie/er getrieben.
- Redet häufig übermäßig viel.

Impulsivität

- Platzt häufig mit den Antworten heraus, bevor die Frage zu Ende gestellt ist.
- Kann nur schwer warten, bis sie/er an der Reihe ist.
- Unterbricht und stört andere häufig (platzt z. B. in Gespräche oder Spiele anderer hinein).

Im Erwachsenenalter problematisch: ICD-10 und DSM-IV-Kriterien wurden fürs Kindesalter konzipiert, Erkrankungsalter oft nur noch unscharf erinnerbar (Erweiterung bei retrospektiver Befragung auf das 12. LJ empfohlen). Wender-Utah-Kriterien explizit für Erwachsene entwickelt (**S. Tab. 2**).

B Diagnose-Checkliste ICD-10

Diagnose-Checkliste DCL-ADHS1)

Symptomkriterien nach ICD-10 und DSM-IV
[] = Nur ICD-10; { } = nur DSM-IV, Dauer der Symptomatik: mind. 6 Monate

Diagnose nach ICD-10

(Forschungskriterien)

A | Aufmerksamkeitsstörung

- Beachtet häufig Einzelheiten nicht oder macht Flüchtigkeitsfehler bei den Schularbeiten, bei der Arbeit oder bei anderen Tätigkeiten. _____
- Hat oft Schwierigkeiten, längere Zeit die Aufmerksamkeit bei Aufgaben oder Spielen aufrechtzuerhalten. _____
- Scheint häufig nicht zuzuhören, wenn andere ihn/sie ansprechen. _____
- Führt häufig Aufträge anderer nicht vollständig durch und kann Schularbeiten, andere Arbeiten oder Pflichten am Arbeitsplatz nicht zu Ende bringen (nicht aufgrund oppositionellen Verhaltens oder Verständnisschwierigkeiten). _____
- Hat häufig Schwierigkeiten, Aufgaben und Aktivitäten zu organisieren. _____
- Vermeldet häufig oder hat eine Abneigung gegen oder beschäftigt sich häufig nur widerwillig mit Aufgaben, die länger andauernde geistige Anstrengungen erfordern (z. B. im Unterricht, Hausaufgaben). _____
- Verliert häufig Gegenstände, die er/sie für bestimmte Aufgaben oder Aktivitäten benötigt (z. B. Spielsachen, Hausaufgabenhefte, Stifte, Bücher oder Werkzeuge). _____
- Lässt sich oft durch äußere Reize leicht ablenken. _____
- Ist bei Alltagsaktivitäten häufig vergesslich. _____

Kennwert Aufmerksamkeitsstörungen (Summe der Beurteilungen/9): 2,0

Urteil

Anzahl erfüllter Kriterien (Ausprägung 2 oder 3)
6

B | Überaktivität

- Zappelt häufig mit Händen und Füßen oder rutscht auf dem Stuhl herum. _____
- Steht (oft) im Unterricht oder in anderen Situationen auf, in denen Sitzenbleiben erwartet wird. _____
- Läuft häufig herum oder klettert exzessiv in Situationen, in denen die Unruhegefühle beschränkt bleiben. _____
- Hat häufig Schwierigkeiten, ruhig zu spielen oder sich mit Freizeitaktivitäten ruhig zu beschäftigen. _____
- [Zeigt anhaltendes Muster exzessiver motorischer Aktivität, das durch die soziale Umgebung oder durch Anforderungen nicht durchgängig beeinflussbar ist.] _____
- {Ist häufig „auf Achse“ oder handelt oftmals, als wäre er/sie „getrieben“}. _____

Kennwert Überaktivität (Summe der Beurteilungen/5): 2,2

C | Impulsivität

- Platz häufig mit Antwort heraus, bevor die Frage zu Ende gestellt ist. _____
- Kann häufig nur schwer warten, bis er/sie an der Reihe ist (bei Spielen oder in Gruppensituationen). _____
- Unterbricht oder stört andere häufig (z. B. platzt in die Unterhaltung oder Spiele anderer hinein). _____
- Redet häufig übermäßig viel (ohne angemessen auf soziale Beschränkungen zu reagieren) (im DSM-IV unter Überaktivität) _____

Kennwert Impulsivität (Summe der Beurteilungen/4): 2,0

Urteil

Anzahl erfüllter Kriterien (Ausprägung 2 oder 3)
3

D | Ausschlusskriterien

Alle Zusatzkriterien erfüllt

- » Beginn vor dem 7. Lebensjahr.
- » Symptomausprägung in mehr als einer Situation (Familie, Schule, Untersuchung).
- » Symptome verursachen Leiden/Beeinträchtigung der sozialen/schulischen/beruflichen Funktionsfähigkeit.

Mindestens 6 Kriterien erfüllt?

- Nicht alle Kriterien erfüllt?**
- F90.9** Nicht näher bezeichnete hyperkinetische Störung
- F90.0** Einfache Aktivitäts- und Aufmerksamkeitsstörung

ja → **Mindestens 3 Kriterien erfüllt?** → **Mindestens 1 Kriterium erfüllt?**

nein → **Kriterien für eine Störung des Sozialverhaltens erfüllt? (siehe DCL-SSV)**

ja → **F90.1** Hyperkinetische Störung des Sozialverhaltens

Keine Ausschlusskriterien erfüllt

- » keine tiefgreifende Entwicklungsstörung (F84)
- » keine Manische Episode (F30)
- » keine Depressive Episode (F32)
- » keine Angststörung (F41)

¹⁾ aus: Döpfner, Görtz-Dornen & Lehmkühn (2008): Diagnostik-System für Psychische Störungen im Kindes- und Jugendalter nach ICD-10 und DSM-IV (DISYPS-II). Bern: Huber. Bezug: <http://www.kettzentrale.de/>

Abbildung 6: Diagnose-Checkliste (Döpfner et al., 2008).

C Screening-Test mit Selbstbeurteilungs-Skala für Erwachsene V1.1

(Quelle: World Health Organisation, 2003)

Regula Trüb | April 2022

Screening-Test mit Selbstbeurteilungs-Skala für Erwachsene V1.1 (ASRS-V1.1) von WHO Composite International Diagnostic Interview (Int. Diagn. Befragung der Weltgesundheitsorganisation) © Weltgesundheitsorganisation								
Das Screening dauert weniger als 5 Minuten und kann zusätzliche Informationen liefern, die für die Diagnose wichtig sind.				Datum:				
<i>Markieren Sie das Kästchen, das am besten beschreibt, wie Sie sich in den letzten 6 Monaten gefühlt und sich benommen haben. Geben Sie bitte beim nächsten Arzttermin den ausgefüllten Fragebogen der medizinischen Fachkraft, um die Ergebnisse zu besprechen.</i>				Niemals	Selten	Manchmal	Oft	Sehr oft
1. Wie oft haben Sie Probleme, die letzten Feinheiten einer Arbeit zum Abschluss zu bringen, nachdem Sie die wesentlichen Punkte erledigt haben?								
2. Wie oft fällt es Ihnen schwer, Dinge in die Reihe zu bekommen, wenn Sie an einer Aufgabe arbeiten, bei der Organisation gefragt ist?								
3. Wie oft haben Sie Probleme, sich an Termine oder Verabredungen zu erinnern?								
4. Wie oft vermeiden Sie oder verzögern Sie, die Aufgabe zu beginnen, wenn Sie vor einer Aufgabe stehen, bei der sehr viel Denkvermögen gefragt ist?								
5. Wie oft sind Ihre Hände bzw. Füße bei langem Sitzen in Bewegung?								
6. Wie oft fühlen Sie sich übermäßig aktiv und verspüren den Drang Dinge zu tun, als ob Sie von einem Motor angetrieben würden?								

Der Nutzen eines Screenings für Erwachsene mit ADHS

Die Forschung weist darauf hin, dass ADHS-Symptome bis in das Erwachsenenalter bestehen bleiben und sich wesentlich auf Beziehungen, das Berufsleben und sogar die persönliche Sicherheit der Patienten auswirken, die an dieser Krankheit leiden.¹⁻⁴ Da diese Störung oft missverstanden wird, erhalten viele Menschen, die darunter leiden, nicht die entsprechende Behandlung und erreichen als Folge davon möglicherweise nie ihr volles Potenzial. Teilweise besteht das Problem auch darin, dass diese Krankheit – besonders bei Erwachsenen – schwierig zu diagnostizieren ist.

Die Selbstbeurteilungs-Skala der Erwachsenen-ADHS (ASRS v1.1) und das Bewertungssystem wurden zusammen mit der Weltgesundheitsorganisation (WHO) sowie der Workgroup on Adult ADHD (Arbeitsgruppe Erwachsenen-ADHS) entwickelt, der das folgende Team von Psychiatern und Forschern angehörte:

Lenard Adler, MD
 Außerordentlicher Professor für
 Psychiatrie und Neurologie
 New York University Medical School
 (Fakultät für Medizin der Universität
 New York)

Ronald Kessler, PhD
 Professor, Abteilung für Gesundheits-
 wesen
 Harvard Medical School
 (Fakultät für Medizin, Harvard)

Thomas Spencer, MD
 Außerordentlicher Professor für Psy-
 chiatrie
 Harvard Medical School (Fakultät für
 Medizin, Harvard)

Als medizinische Fachkraft können Sie die ASRS v1.1 als Hilfsmittel zum Screening von erwachsenen ADHS-Patienten einsetzen. Die durch dieses Screening gewonnenen Informationen können u.U. auf die Notwendigkeit für ein tiefer gehendes Gespräch mit einem Kliniker hinweisen. Die Fragen in der ASRS v1.1 entsprechen den DSM-IV-Kriterien und sind auf die Manifestation von ADHS-Symptomen bei Erwachsenen ausgerichtet. Der Inhalt des Fragebogens spiegelt außerdem die Bedeutung wider, die DSM-IV für eine korrekte Diagnose den Symptomen, Störungen und der Krankengeschichte beimisst.

D Leitfaden zum Interview

Einstieg

Grundinformationen:

- Anonymität, Datenschutz, Einverständnis
- Kurzvorstellung von mir
- Thema des Interviews
- Dauer des Interviews
- Sonstiges zum Interview

Hast du vor dem Interview-Start noch eine Frage?

Grundinformationen

Zum Interview:

Interviewdatum	
Interviewort	via Zoom
Interviewdauer	

Zur Interviewperson:

Name, Vorname	<i>Anonym, Nr. (SKA1-4)</i>
Geschlecht	
Alter	

Leitfragen²⁴

ADHS spezifische Fragen

- Seit wann weisst du, dass du ein ADHS hast?
- Wie wurde es festgestellt, dass du ein ADHS hast?
(Selbstdiagnose, ärztliche Diagnose, etc.)
- Findet oder hat eine Behandlung des ADHS stattgefunden?
Falls ja, durch was? (Coaching, professionelle Hilfe, Medikamente, etc.)

²⁴ Die Antworten auf «ADHS spezifischen Fragen» sowie die Fragen zu «ADHS und Stärken» wurden ab dem dritten Interview durch einen Fragebogen schriftlich abgeholt. Die Antworten wurden dann bei Bedarf im Interview vertiefter besprochen. Siehe Kapitel 9, Reflexion zur Forschung.

ADHS und Stärken

- Welche Stärken hast du?
- Welche Vorteile siehst du beim ADHS?

Einbringung der Stärken bei der Erwerbstätigkeit

- Bitte beschreibe mir kurz dein(e) Handlungsfeld(er), Zielgruppe(n) und Hauptaufgaben deiner aktuelle (oder vergangen) Tätigkeit in der Soziokultur
- Du hast mir zuvor Stärken und Vorteile von deinem ADHS erwähnt. Bei welchen soziokulturellen Tätigkeiten kannst du / konntest du die genannten Stärken einsetzen? (1-2 Beispiele pro Stärke/Vorteil)

Schlussfrage

- Gibt es etwas, dass du zum Schluss noch erwähnen möchtest?

E Fragebogen

Fragebogen

Seit wann weisst du, dass du ein ADHS hast?

Wie wurde es festgestellt, dass du ein ADHS hast?
(Selbstdiagnose, ärztliche Diagnose, etc.)

Findet oder hat eine Behandlung des ADHS stattgefunden?
Falls ja, durch was? (Coaching, professionelle Hilfe, Medikamente, etc.)

Welche Stärken hast du?

Welche Vorteile siehst du beim ADHS?

F Screening-Test Resultate der Interviewpersonen

	SKA 1	SKA2	SKA3	SKA4
1. Wie oft haben Sie Probleme, die letzten Feinheiten einer Arbeit zum Abschluss zu bringen, nachdem Sie die wesentlichen Punkte erledigt haben?	Manchmal	Sehr oft	Sehr oft	Sehr oft
2. Wie oft fällt es Ihnen schwer, Dinge in die Reihe zu bekommen, wenn Sie an einer Aufgabe arbeiten, bei der Organisation gefragt ist?	Manchmal	Sehr oft	Manchmal	Oft
3. Wie oft haben Sie Probleme, sich an Termine oder Verabredungen zu erinnern?	Oft	Selten	Oft	Manchmal
4. Wie oft vermeiden Sie oder verzögern Sie, die Aufgabe zu beginnen, wenn Sie vor einer Aufgabe stehen, bei der sehr viel Denkvermögen gefragt ist?	Manchmal	Sehr oft	Sehr oft	Oft
5. Wie oft sind Ihre Hände bzw. Füße bei langem Sitzen in Bewegung?	Sehr oft	Sehr oft	Manchmal	Manchmal
6. Wie oft fühlen Sie sich übermäßig aktiv und verspüren den Drang Dinge zu tun, als ob Sie von einem Motor angetrieben würden?	Sehr oft	Selten	Oft	Selten

Tabelle 10: Screening-Test Resultate der Interviewpersonen (Quelle: Eigene Darstellungen)

G Übersichtsgewinnung der angewendeten Stärken bei der beruflichen Tätigkeit

Bewusste Stärken, die eingesetzt werden, können hier angekreuzt werden:

- | | | |
|---|--|---|
| <input type="checkbox"/> Authentizität | <input type="checkbox"/> Hohe Assoziationsbreite | <input type="checkbox"/> Neugierde |
| <input type="checkbox"/> Begeisterungsfähigkeit | <input type="checkbox"/> Hyperfokus | <input type="checkbox"/> Notfallvorteil |
| <input type="checkbox"/> Einfühlungsvermögen | <input type="checkbox"/> Improvisation | <input type="checkbox"/> Offenheit |
| <input type="checkbox"/> Gerechtigkeitssinn | <input type="checkbox"/> Impulsivität
funktionale | <input type="checkbox"/> Tiefgehende
Reflexion |
| <input type="checkbox"/> Hilfsbereitschaft | <input type="checkbox"/> Kreativität | <input type="checkbox"/> Wissbegierde |

Stärken	Eingesetzt bei folgenden Tätigkeiten:

H Interview 1 (Auszug)

460 erlangen. Aber ja, wie weit das [...] das ist auch eine Interpretation
461 von mir, das ist nicht irgendwie fundiert, es fühlt sich einfach so an.
462 Ja [...] und, ja. Ja, jetzt habe ich mich glaub ich wieder ein biss-
463 chen verloren.

464 I: Kein Problem. Das gute Gespür?

465 [0:44:28]

466 SKA1: [...] Vielleicht kommt das wirklich vom Gespür in meinem Körper.
467 Ich spüre mich sehr gut, was ich mache, was ich brauche [...] Ich
468 bin sehr nah bei meinem Körper, in meinem Körper, wirklich, und
469 da kann man sich [...] kann ich mich auch gut in andere hineinver-
470 setzen und nicht nur, also wirklich vom physischen Gespür, sowie
471 auch, wie man mit anderen Menschen umgeht, nicht nur vom Phy-
472 sischen, auch vom Psychischen eben. Weil ich vielleicht auch die
473 Erfahrung gemacht habe, wie man nicht behandelt werde möchte.

Einfühlungsvermöge
- u.a. wegen negativen Selbsterfahrungen

474 I: Mh [...] Kannst [...] Also, weisst du es sonst allgemein von den
475 anderen Stärken, die du genannt hast, schreibst du jetzt explizit
476 dem ADHS zu, oder sind es vielleicht einfach Stärken, die du hast?

477 SKA1: [...] Also, das mit aktiv sein, also ich weiss selber, wie unruhig ich
478 bin. Also, bei mir ist immer also, wie bewegt ich bin. [...] Das kann
479 ich schon in jensten, jensten [...] Fähigkeiten nutzen. Also wirklich
480 auch, das Bewegt, das Durchhalten, das Belebte, das ist wirklich
481 einfach glaub ich etwas, was das ADHS mit sich bringt. Und ich in
482 vielen Bereichen einbringen kann, sei das, dass man Leute moti-
483 vieren kann, dass man Sachen wirklich so gerade angehen kann,
484 so einen Drive haben in sich. Ich sage dem immer Drive, das ist
485 mein Drive. Das ist einfach mein ADHS-Drive. Und der ist. Dort
486 weiss ich auch genau, wie weit kann ich über die Grenze hinaus
487 bei meinem Körper. Das ist glaub ich schon, glaub schon eine
488 ADHS-Fähigkeit. Ja, so das Aktivierende, Motivierende, Bewegt
489 anbelangt. Sicher irgendwie das vernetzte Denken, oder so das
490 [...] das fühlt sich bei mir immer so eben, es ist nicht, wie [...] es
491 ist wie aus einer Vogelperspektive in mir, es wirklich so Metastyle,
492 man fliegt oben drüber, man sieht an alle Orte hin, mega weit, aber
493 mega genau nicht [...] das ist glaub ich auch so ein bisschen eine
494 Fähigkeit, die ich dem ADHS zuschreiben würde: das Vernetzte,
495 das können, eben nicht bis ins letzte Detail handeln oder ausar-
496 beiten oder sehen oder definieren oder was auch immer. Aber man
497 hat eine sehr grosse, weite [...] eine Weitsicht. Und man kann das
498 auch so ein bisschen steuern. Ja. Das würde ich auch sehr dem,
499 meinem ADHS zuschreiben. [unv.]

Stärken durch ADHS
Begeisterungs-
fähigkeit
Hyperfokus
Reflexion tiefgehend
Begeisterungs-
fähigkeit
Assoziationsbreite
hohe

500 I: Der «Drive» den du vorher gesagt hast. Ist das deine Motivation,
501 die du gemeint hast, oder ist das noch etwas anderes?

502 SKA1: Das ist mein Antrieb. Mein Motor, wie du es vorher geschrieben
503 hast. Das ist mein Motor, der mich für alles antreibt. Das ist einfach,
504 oder das, der recht kontinu[...] ja wirklich so ein konstanter Drive,
505 aber immer auf einem, auf einem höheren, in einem grösseren

Hyperfokus

506 Gang, als oft mein sonstiges Umfeld, ausser eben meine drei, vier – Hyperfokus
 507 guten Freunde. Die haben alle einen sehr ähnlichen Drive. Ja. Ja.
 508 Das ist wirklich so. Der Drive, der hilft einem schon. Ja. Ja.

509 [0:49:36]

510 I: [...] Genau. [...] Ich bin gerade so ein bisschen bei der Zeit am
 511 schauen, was ich dich fragen soll. Ich glaube, ich springe so ein
 512 bisschen ins nächste Thema.

513 SKA1: Du kannst mich sonst auch Fragen schreiben lassen oder so,
 514 wenn du das willst [...]

515 I: Ah, ja ich vielleicht [...]

516 SKA1: Weissst du, wenn dir etwas in den Sinn kommt, wenn du es durch-
 517 arbeitest.

518 I: Das ist genial. Das ist genial zu wissen. Das nimmt gleich ein biss-
 519 chen Druck heraus.

520 SKA1: Jaja, sicher.

521 I: Ja, ich glaube ich mache das mit dem [...] Welche Bedeutung hat
 522 es für dich, dass du einer Erwerbstätigkeit nachgehen kannst?

523 SKA1: [...] Dort habe ich gestruglet, glaub ich, bei der Frage. Als «Er-
 524 werbstätigkeit», also wirklich, dass ich eine Tätigkeit, bei der ich
 525 entlohnt werde, so hast du das gemeint, oder?

526 I: Genau, genau.

527 SKA1: Ja, ganz ehrlich gesagt, spielt mir das nicht eine so grosse Rolle.
 528 Mir spielt einfach, mir ist es wichtig, einfach dass ich etwas bewir-
 529 ken kann, mit dem, was ich mache mit einer Tätigkeit. Das ich et-
 530 was Positives für mein Umfeld, oder einfach auch für meine Mit- – Hilfsbereit-
 531 menschen bewegen kann. Ob ich jetzt diesbezüglich entlohnt schaft
 532 werde, ist mir nicht zwingend. Man muss einfach leben.

533 I: Ja, ja.

534 SKA1: Da gibt es auch andere Möglichkeiten. Darum finde ich die Frage
 535 ein bisschen schwierig. Aber ich bin immer jemand gewesen, ich
 536 bin nie arbeitslos gewesen, habe immer einen Job gehabt. Es ist
 537 mir wichtig, etwas zu machen, das mir Spass macht, das einen
 538 Mehrwert bringt [...] für jemanden. Mit meinen Fähigkeiten, dass Hilfsbereit-
 539 ich wie jemandem wie weiter... dass jemand profitieren kann von schaft
 540 dem in irgend einer Form und dass es [...] das [unv.] vergessen.
 541 Ja, dass es einfach etwas ist, das ich vor allem machen will, also
 542 den Sinn und Zweck dahinter sehe. Ja. – Tätigkeit
muss einen
Sinn haben

543 [0:52:27]

544 I: Ja. [...] Dann, bist du aktuell in der Soziokultur tätig?

545 SKA1: Ja.

546 I: Kannst du mir dort ein bisschen von deiner Tätigkeit erzählen: Was
 547 sind die Handlungsfelder in denen du drin bist, zu Zielgruppe,
 548 Hauptaufgabe?

- 549 SKA1: Also, ich bin im Praktikum in der **Jugendarbeit**, so. Ob man jetzt - Handlungsf. Jugendarbeit
 550 Namen sagen darf, weiss ich nicht gerade. [...] Genau. Ist aber mit
 551 **Kindern und Jugendlichen**. In [...] Ja, das Handlungsfeld, wie ge- - Zielgruppe Kinder +
 552 nau willst du das definiert haben. Hast du dort ein Beispiel. Jugendliche
- 553 I: Also, Jugendarbeit kann für mich sein, dass das Richtung Erho-
 554 lung geht [...]
- 555 SKA1: Schon auf das, auf deine Beispiele wie hier.
- 556 I: Ja, aber wenn es für dich anders stimmiger ist, dann [...]
- 557 SKA1: Ja, gut. Nein, es ist eigentlich schon Freizeit. Freizeit, Erholung, ja,
 558 das trifft es eigentlich sehr genau. Ja, genau. Und, ja das ist relativ
 559 [...] es ist [...] wie nennt man diese Zielgruppe, jetzt bin ich mir
 560 nicht [...] **Zielgruppe**, schwierig [...] so **Erste bis Neunte** so. Ja. - Präzisierung
 561 [...] Aber die meisten Angebote sind so **zwischen vierter, vierte** - Zielgruppe
 562 **Klasse bis neunte Klasse**.
- 563 I: Mhmm.
- 564 SKA1: Ja. Sie zielen schon mehr so auf [...] ja. Es gibt sonst schon genug
 565 Angebote, drum ergänzen wir das so, als [unv.] dass es dort etwas
 566 weniger gibt in der Gemeinde.
- 567 I: Und was übernimmst du dort für Aufgaben?
- 568 SKA1: Ja, **mega viele**. Die klassischen Prakti-Aufgaben, die man so hat. SKA-Aufgaben
 569 Die **administrativen, organisatorischen**, die man halt sicher in einer - adm./org.
 570 Institution hat. Und danach sind so **einzelne Angebote** [andere - div. Angebote
 571 Person betritt im Hintergrund den Raum, Begrüssung] in der Insti-
 572 tution hat [...] Bei **uns ist es nicht komplett durchstrukturiert. Es**
 573 **wechselt oft auch**. Wir werden da schon sehr gut unterstützt. [...] - Jugendtreff
 574 Weisst du, ich kann dir das wirklich nicht [...] Wir haben sehr viele - Kon.
 575 Angebote, es ist jetzt wirklich **nichts spezifisch**, also [...] Vielleicht
 576 etwas, dass ich **eigentlich immer im Jugendtreff**, eigentlich fast im-
 577 mer im Jugendtreff arbeite, das ist sicher **etwas das kontinuierlich**
 578 [unv.] [Austausch mit Drittperson]
- 579 I: Genau. Das Nächste wäre so ein bisschen, wie du dich siehst bei
 580 deiner Arbeit, wie die Stärken vom ADHS zum Tragen kommen.
- 581 SKA1: Ist das das unter deiner Darstellung dort?
- 582 I: Genau.
- 583 SKA1: [...] Ja sicher eben, eigentlich genau die zwei die ich dir oben ge-
 584 nannt habe. Das hatte ich mir auch extra bewusst notiert, weil die,
 585 finde ich, kann man eben sehr gut [...] dort auch grad einsetzen.
 586 Einfach **das ganze Vernetzen, und das Kommunikative**. Es sind - Assoziationsbreite
 587 eigentlich die Sachen, ja ich habe die auch extra dort oben gesagt. hohe + Offenheit
 588 Es hat für mich, als ich deine Fragen durchgegangen bin, irgend-
 589 wann **so eine Synergie ergeben** und das ist einfach immer das ge- - Synergie
 590 kommen, **was seit eh und jeh für mich heraussticht und das mit ein**
 591 **Grund war, weshalb ich Soziokultur studieren wollte**. [...] Ja, ich
 592 muss noch sagen, ich habe noch das ADS [...]eh, das AST. ADHS-Stärken +
 593 Kennst du das AST, das Atelier sur Dossier? SKA

I Interview 2 (Auszug)

196	SKA2: Und, glaub ich, auch sehr stark mit so mir Strategien überlegen,	
197	also <u>Coping-Strategien</u> , wie ich im Alltag zurechtkomme.	- Copingstrategie findet Anwendung
198	I: Mhm.	
199	SKA2: Ich glaube darum ist es auch lange gegangen bis ich nicht mehr	
200	mochte, bis ich gefunden habe, irgendetwas stimmt nicht.	
201	I: Ja.	
202	SKA2: Aber sonst, <u>ich weiss schon</u> , dass ich <u>sprachbegabt bin, empatisch,</u>	- <u>Einfühlungsvermögen</u>
203	<u>ich kann sehr gut auf Menschen zugehen.</u> Ich würde sagen,	- <u>Offenheit</u>
204	ich bin ganz schlecht im Flirten, weil ich dann, weisst du, im Sinne	
205	von, weil dann habe ich das Gefühl, ich müsste etwas tun. Aber	
206	eigentlich, weisst du, <u>so Kontakt aufnehmen mit anderen Men-</u>	- <u>Offenheit</u>
207	<u>schen, unverfänglich, dass sich die anderen nicht irritiert fühlen,</u>	- <u>Einfühlungsvermögen</u>
208	<u>das ist echt ein Talent,</u> das ich habe.	
209	I: Mhm.	
210	SKA2: <u>Ich kann eigentlich auf alle Menschen zugehen und ich, also, ich</u>	- <u>Offenheit</u>
211	<u>irritiere selten. [...]</u> Ich glaube <u>ich kann eigentlich auch Menschen</u>	- <u>Einfühlungs-</u>
212	<u>recht gut lesen. Also, ich spüre recht viel [...]</u> bezüglich auch viel	- <u>Vermögen</u>
213	<u>leicht die Befindlichkeit des Visavis.</u>	
214	I: Mhm ...]	
215	[0:15:20]	
216	SKA2: Ja, vielleicht, so auch tolerant, also im Sinn von [...] <u>ich kann es</u>	
217	<u>wirklich sehr gut mit Menschen, die anders sind als ich. Eben, weil</u>	- <u>Einfühlungs-</u>
218	<u>ich mich dann wie, also, die Empathie, oder, dass ich mich also in</u>	- <u>Vermögen</u>
219	<u>sie hineinversetzen kann.</u> Und ich kann dann auch wie tolerieren	
220	oder akzeptieren, dass ihre [...] dass sie so sind oder dass sie so	
221	empfinden, oder einfach [...] ja. Und ich kann aber auch dann wie	
222	wieder [...] oder [...] das fällt mir dann manchmal fast ein bisschen	
223	schwer, wie wieder zu dem zurückzugehen, was ich empfinde	
224	oder was ich richtig oder falsch finde oder was ich gut finde, das	
225	fällt mit dann eigentlich fast wieder schwerer. <u>Also, ich kann fest</u>	- <u>Einfühlungs-</u>
226	<u>beim Visavis bleiben und mich wirklich wie so in den Anderen hin-</u>	- <u>Vermögen</u>
227	<u>einbegeben.</u> Ich weiss nicht, klingt jetzt vielleicht ein bisschen doof,	
228	aber [...].	
229	SKA2: [...] Auch im Studium oder, hast du so unterschiedliche Menschen,	
230	und <u>es gab so viele Leute, die wirklich andere wie abgelehnt ha-</u>	
231	<u>ben, weil sie total anders waren,</u> und es total nicht handeln konn-	
232	ten. Das hatte ich einfach [...] sehr, sehr selten. Und, wenn [ich]	
233	wirklich vielleicht von der Haltung, also vom Menschenbild her viel-	
234	leicht wirklich fand, ja nein, das sind <u>finde ich jetzt wirklich nicht in</u>	- <u>Gerechtigkeits-</u>
235	<u>Ordnung, wenn man andere so verurteilt oder ablehnt.</u> So dann	- <u>sinn</u>
236	schon. Aber sonst habe ich [unv.] ja, also wenn ich mich in jeman-	
237	den hineinversetzen kann.	
238	I: Mhm.	
239	SKA2: [...] <u>Ich merke, die Grenzen sind kulturell bedingt. Also, in anderen</u>	- <u>Grenzen des</u>
240	<u>Kulturen fällt es mir schwerer, mich hineinzusetzen.</u>	- <u>Einfühlungs-</u>
		- <u>Vermögen</u>
		6

241 I: Ja.

242 SKA2: Ja, und ich glaube, einfach so das analytische Denken, oder eben - Reflexion tiefgehend
 243 so das drüber Nachdenken, abstrahieren, das ist, glaube ich, auch / Assoziations-
 244 noch eine grosse Stärke, die ich habe. Und ich habe so das Gefühl, breite hohe
 245 ich als wie dreidimensional denken, also ich kann wie [...] Weisst
 246 du, wenn man irgendwie ein Problem hat, gerade in der sozialen
 247 Arbeit, dann ist das ja oft [...] abhängig von ganz verschiedenen
 248 Einflussfaktoren.

249 I: Mhm.

250 SKA2: [...] merke ich immer wieder, dass andere vielleicht auch die Gabe
 251 haben, sich auf eine Perspektive oder auf einen Einflussfaktor zu
 252 konzentrieren und zu sagen, jetzt schauen wir einfach mal [...]
 253 keine Ahnung, wenn du jetzt irgendwie [...] Arbeitest du in der Ju-
 254 gendarbeit?

255 I: Nein, aber habe ich gemacht, also das Praktikum.

256 SKA2: Ja, weisst du, so die Jugendlichen [...] ich weiss jetzt auch nicht,
 257 zum Beispiel wenn du [...] Ah, ah, wo ich jetzt arbeite zum Beispiel.
 258 Ja, Jugendliche sind im öffentlichen Raum und offenbar [...] es ist
 259 wieder auf SRF habe ich etwas gelesen, so quasi die Jugendge-
 260 walt nimmt zu in den letzten sechs Jahren wieder.

261 I: Mhm.

262 SKA2: Und dann gibt es Leute, die wie finden «Ah, machen wir Präventi-
 263 onsprojekte.» Jugendliche müsste [unv.] Sicherheit, und ich finde
 264 «Hey!», Jugendliche sind ja einfach ein Spiegel der Gesellschaft.
 265 Vielleicht müsste man wie einmal weiter gehen und nicht nur bei
 266 den Jugendlichen denken, sondern wie auch bei der Gesellschaft. - Reflexion
 267 und wie auch überlegen, eben, Jugendliche sind dem Leistungs- tiefgehend
 268 druck ausgesetzt, sie sind einem patriarchalen System ausgesetzt,
 269 sie sehen machoides Verhalten und das wird wie nicht angespro-
 270 chen in unserer Gesellschaft. [...] Ich finde es gut, wenn man mit
 271 Jugendlichen redet, im direkten Kontakt. Wir machen auch Aufsu- - Aufgabe Aufsuchende
 272 chende [?]. Und, wenn man Jugendliche draussen antrifft und sie Arbeit
 273 fragen, «Hey, wie sicher fühlt ihr euch? Was haben sie für Strate-
 274 gien, um euch sicher zu fühlen.» Oder eben «Jetzt ist das in der - Neugierde
 275 Zeitung gekommen. [unv.], was sagt ihr dazu? Findet ihr auch,
 276 dass Gewalt verherrlicht wird, oder was habt ihr das Gefühl, was
 277 sind das für Einflussfaktoren?» Das finde ich absolut OK, aber ich
 278 finde das doch nicht ein Präventionsprojekt, sondern anstatt über - Gerechtigkeitssinn
 279 Jugendliche zu reden, sollte man mit Jugendlichen reden. Und,
 280 dann sollte man unbedingt das Patriarchat und das machoide Ge-
 281 teue in unserer Gesellschaft einfach angehen. Und, das merke ich
 282 [...] da überfordere ich regelmässig Leute, auch bei der Arbeit. - Kreativität
 283 Weil sie finden «Ja, aber da kann man nichts machen.» Doch [...]
 284 doch. Hey, Zeitungsartikel schreiben, oder eben genau, wenn ir-
 285 gendwie etwas läuft, auch mit Lehrpersonen, wenn wir Kontakt ha-
 286 ben mit Lehrpersonen. Und wenn ein Lehrer findet, er könne einer

287 [REDACTED]
 288 Ja dann müssen mir auch halt unsere Ziele [...] eben müssen wir
 289 wieder auch bei uns schauen, wie können wir falls wie agieren,
 290 zum Beispiel Selbstbehauptung wenn da, oder irgendwie dass du
 291 dich wie in Gesprächen für dich einsetzen kannst, deine Grenzen
 292 wahren kannst, [REDACTED]
 293 [REDACTED]
 294 [REDACTED]. Du als Mensch bist OK, [REDACTED]
 295 [REDACTED]
 296 [REDACTED]. Du bist ganz ein guter
 297 Mensch, ich habe dich trotzdem gerne, aber es wäre super, wenn
 298 du das in Zukunft anders machen würdest. Du kannst mir über's
 299 Maul fahren, wenn du wirklich findest ich habe Bullshit rausgelas-
 300 sen. [REDACTED]
 301 [REDACTED]

302 [REDACTED] [0:20:42]

303 SKA2: Also, ja. Das [...] Dort merke ich schon, dass ich wie anders denke
 304 wie andere, und meistens grösser denke. Nicht nur «Aha, jetzt Ju-
 305 gendliche sind im Fokus und Jugendgewalt.» Sondern, sie sind
 306 ein Teil unserer Gesellschaft, also müssen wir auch die Gesell-
 307 schaft anschauen. Und dann finde ich auch, wir in der Soziokultur
 308 müssten viel mehr auf Schulen zugehen. Das ist [...] [REDACTED]
 309 [REDACTED] ich bin immer noch davon überzeugt, dass
 310 es absolut grobfahrlässig von der Soziokultur, wir kommen da un-
 311 serem Berufsethos nicht nach, dass wir einfach sagen «Oh, ja
 312 Schule ist Schule, nein, den Lehrpersonen darf man nicht [unv.]»
 313 Und ich bin ehemalige Lehrerin und finde doch, doch, weil sie wis-
 314 sen nicht, welches Potenzial sie sich verschliessen. Und sie kön-
 315 nen es wie nicht sagen, weil sie verstehen es nicht. Es ist unsere
 316 Pflicht, wir wissen, was wir können.

317 I: Mhm.

318 SKA2: Wir müssen schauen, dass es Stellen gibt in den Schulen. Ja, [...] [REDACTED]
 319 weisst du was ich meine? So. Ja. Aber das ist in der Abklärung
 320 natürlich nicht so genannt worden. [REDACTED]
 321 [REDACTED]

322 [REDACTED]. Eben, wenn ich Irritationen hatte im Berufsall-
 323 tag. Wo ich finde, Hey, ich habe diese Idee eingebracht und nie-
 324 mand jubelt. So eine geile Idee, weisst du?

325 I: Mhm.

326 SKA2: Und sie findet wie so: «SKA2, ist ein bisschen zu gross gedacht.»
 327 «Ja, ja Mami, ist [unv.] gedacht, aber es [...]» Also ich weiss auch
 328 nicht, wie du die Welt verändern willst, wenn du irgendwie jetzt
 329 einfach zu Jugendlichen gehst und Präventionsprojekte machst.
 330 [Unv.] Kannst du schon machen, [...] aber ja. Ich komme nicht wei-
 331 ter, weil [unv.] meine Ideen jeweils so gross sind, dass ich sie nicht
 332 alleine durchziehen kann, eben Umsetzungsproblematik.

Assoziationsbreite
hohe

Unsicherheit,
Worum Ideen
nicht aufgenommen
werden

Kreativität

J Interview 3 (Auszug)

- 102 I: Ja, also ich kann es dir nochmal erklären. Die Frage ist zum Bei-
 103 spiel, bei den Stärken, die du genannt hast, hat da auch die eine
 104 oder andere durch das ADHS, oder haben die für dich nichts mit
 105 dem ADHS zu tun.
- 106 SKA3: Ich habe jetzt natürlich schon ein bisschen auf das geachtet, weil
 107 es dein Oberthema ist [...]
- 108 I: Mhm [...]
- 109 SKA3: [...] also die Sachen, die ich aufgeschrieben habe, bringe ich jetzt
 110 schon damit in Zusammenhang, aber, ich weiss nicht, man ist ja
 111 nicht nur das, aber ich finde es deckt ein bisschen, ja. Ich wollte
 112 extra noch etwas hinschreiben, was vielleicht nichts damit zu tun
 113 hat. Da habe ich noch «intelligent» hingeschrieben [...] Aber ja [...]
- 114 I: Intelligenz hat in dem Fall nicht zwangsweise damit zu tun für dich.
- 115 SKA3: Habe ich nicht das Gefühl, nein, also ja, keine Ahnung [...]
- 116 I: So gut [...]
- 117 SKA3: Ja, also eben, ich habe die schon alle im Zusammenhang mit - Aufgezählte Stärken
 118 ADHS aufgeschrieben. stehen mit ADHS
 in Verbindung
- 119 I: OK, spannend [...]
- 120 SKA3: Ich glaube es ist wirklich so das Abwechslungsreiche. Also, das
 121 kann ja positiv und negativ sein. Also in meinem Fall ist das ein
 122 grosses Thema, dass es nie langweilig wird. Im positiven oder im
 123 negativen oder so. Darum finde ich das schon [...] und darum habe
 124 ich es auch cool gefunden zu sagen, das ist ein Vorteil. Ja. Und
 125 da sind auch gewisse soziale Vorteile. Also ich habe immer viele - soz. Vorteile durch
 126 Freunde gehabt und nie Probleme damit gehabt, mich mit Leuten ADHS
 127 anzufreunden oder ins Gespräch zu kommen, oder, keine Ahnung. } Offenheit
 128 Leute zu finden, die mich cool finden, oder, die ich cool finde. So,
 129 ja.
- 130 [0:13:20]
- 131 I: Magst du mir nochmal so ein bisschen «motivierend» [...]
- 132 SKA3: Aha, ja. Ich habe einfach einen motivierenden Effekt auf andere - Begeisterungs-
 133 Leute. Also ich kann andere Leute anstecken mit [...], wenn ich / fähigkeit
 134 etwas cool finde oder wenn ich finde, das müssen wir jetzt tun,
 135 dann kann ich Leute dafür begeistern und sie motivieren [...], was
 136 ich jetzt für Soziokultur auch noch wichtig finde. - ADHS Stärken
 wichtig für die SKA
- 137 I: Mhm [...]
- 138 SKA3: Also das Animierende, quasi. Aber ich finde «motivieren» noch ein
 139 bisschen [...] Animieren ist so neutral, also jemand kommt in Be-
 140 wegung, aber motivieren ist, jemand ist dann auch gefühlsmässig - Begeisterungs-
 141 dabei, hat Freude oder hat das Gefühl «Ich ändere etwas» [...] Ich / fähigkeit
 142 habe das Gefühl, ich kann das eher auslösen wegen dem ADHS.
 143 Das ist jetzt meine Interpretation, vielleicht. Ja, ja [...]
 144 I: Und [...]

- 145 SKA3: Macht vielleicht nicht gerade den Eindruck weil ich ein bisschen
146 platt bin [unv.]
- 147 I: Muss ja nicht dauernd sein.
- 148 SKA3: Nein, genau, genau. Ja. Was wolltest du fragen, sorry?
- 149 I: Du hast es ja schon angesprochen, dass dir das bei der Soziokul-
150 tur zum Tragen kommt. Kannst du mir das noch ein bisschen ge-
151 nauer [...] vielleicht an einem Beispiel?
- 152 SKA3: Also ich bin gut [...] Also zum Beispiel, wenn du mit Freiwilligen-
153 gruppen arbeitest [...] und es schwierig ist, oder bei Corona auch
154 wenig Leute kommen und dann einfach die Stimmung nicht so gut
155 ist oder die Leute den Sinn nicht mehr so sehen, in dem, was sie
156 machen, im freiwilligen Engagement, da bin ich gut darin den Spirit
157 wieder ein bisschen zu nehmen, oder ein bisschen mehr auf die
158 Gruppe halt den Fokus zu richten, dass die Leute motiviert bleiben
159 und den Sinn immer noch sehen, oder zu sagen, «OK, kommt wir
160 überlegen uns, was man machen kann, anstatt nur zu resignie-
161 ren.» So. [...] Bei so Angeboten, welche Freiwillige tragen, die so
162 dran bleiben. Und eben im Zusammenhang mit Corona war ja eine
163 mega schwierige Zeit für ganz viele Leute. So. [...] Ja [...]
- 164 I: Und, wie motivierst du dann die Leute?
- 165 SKA3: Oh, du fragst ja Sachen. [...] Ja, indem ich sie, ich weiss auch nicht,
166 indem ich selber eigentlich ziemlich motiviert bin. Und versuche
167 mich schon auch einzufühlen, was eigentlich eine Person so aus-
168 macht und was sie so denkt und fühlt. Und gleichzeitig zu überle-
169 gen, was in der Gruppe passiert. Das nimmt man ja dann so wahr,
170 was passiert bei einem einzelnen Menschen und auch in der
171 Gruppe untereinander und auch bei mir dann ein bisschen heraus-
172 zufinden, wie man eine Gruppe nehmen kann, oder eine Person.
173 Und dann ist es so ein Mischmasch zwischen einfühlsam reden,
174 ruhig, aber auch Spass, Humor, «Lüpfigkeit» wie soll ich das sa-
175 gen [...] ja, also ich vermittele einfach [...] ich, ander [...] einfach
176 auch Offenheit und Ehrlichkeit [unv.] Also, wenn du authentisch
177 bist und selber auch sagst was dich anscheisst oder was du
178 schwierig findest. Einfach, dass man so im gleichen Boot hockt.
179 Und wenn man im gleichen Boot hockt, dass man dann das Gefühl
180 hat [...] der Schwung, also ich bringe so den Schwung. Ich habe
181 die Energie und ich gebe sie weiter. [...] So, darf ich ganz kurz, ich
182 habe vergessen, etwas zu machen [...] ich komme gleich wieder,
183 ist gut?
- 184 I: Voll easy, alles gut.
- 185 [...] [0:18:32]
- 186 SKA3: OK, ready [...]
- 187 I: So viel zu unterhaltsam, gell.
- 188 SKA3: Ja, ich bin jetzt nicht gerade unterhaltsam. Ich finde dich unterhalt-
189 samer im Moment. Aber ist gut.

- Zielgruppe Freiwillige

- Begeisterungs-
fähigkeit

↓
geg. Resignation
beid. Zielgruppe

- Begeisterungsfähigkeit

- Hyperfokus
- Einfühlungsvermögen

- Authentizität
- Offenheit

- Begeisterungs-
fähigkeit

- Einsatz von
ADHS-Stärken
in der SKA

190 I: [unv.]

191 SKA3: [...] jetzt machen wir das umgekehrt. Nein, ich merke schon, ich
192 bin immer noch ziemlich müde, merke ich jetzt auch, so im Aus-
193 tausch mit dir [unv.] Aber ist alles gut, ja, bin wieder da.

194 I: Gut, du hast noch «einfühlsam» genannt.

195 SKA3: Ja, das finde ich schon noch einen wichtigen Punkt. Weil man so,
196 das ist auch ein Vorurteil, dass man nur energetisch und rastlos
197 ist. Also das finde ich nicht, ich finde ich nehme schon viel ein fei-
198 nes [...] oder auch tollpatschig oder so und durch das macht man
199 einen groben Eindruck. Und ich bin auch eine direkte Person, also - Authentizität
200 ich mache auch Sachen, die unüberlegt sind, und durch das haben
201 Leute das Gefühl, dass du unsensibel bist. Aber das ist es gar
202 nicht, oder? Ich finde, ich nehme mega viel wahr. Und, ich weiss
203 auch nicht, ich [...] auch was eben, was für eine Stimmung ist bei
204 jemandem oder bei einer Gruppe, so. Oder [...] ja. Bei mir selber
205 nicht, aber bei anderen. Genau, ja. } Einfühlungs-
 } Vermögen

206 I: Und wie kommt das im Beruf dann zum Tragen?

207 SKA3: Ja, ich glaube das ist ein Zusammenspiel, oder, wenn ich sage
208 «motivierend». Es wird sonst einfach oberflächlich. Es ist dann
209 nicht [...] wenn du nicht versuchst, zu verstehen, oder dich einzu-
210 fühlen, oder das gar nicht kannst, dann packst du die Leute auch
211 nicht auf die gleiche Art. Dann ist es irgendwie floskelhaft, oder?
212 So ein bisschen. Und das Vertrauen ist auch, dass die Leute ver-
213 trauen, ich meine, der Sinn der Sozialarbeit hat auch viel mit Be-
214 ziehungsarbeit zu tun und Vertrauen ist etwas mega Wichtiges,
215 gerade auch im gerade auch im [unv.] Kontext. Und das kommt
216 vor allem, wenn man auch auf einer tieferen Ebene arbeitet, oder
217 Verbindung hat, so. Und nicht nur durch «Hey, ich bin lustig, ich
218 bin ein Clown», so, ja. [...] Ich weiss gar nicht, was ich sagen soll,
219 so. } Einfühlungs-
 } Vermögen
 } ↓
 } um Vertrauen zu
 } schaffen, Basis
 } von Beziehungen

220 I: Alles gut. Ja, ich könnte sonst noch [...] Und voller Ideen?

221 SKA3: Ja, das ist ein bisschen das, wovon wir geredet haben, von wegen
222 kreativ oder reagieren oder [...] Also ich persönlich, wenn jemand
223 ein Wort sagt, dann kommen mir gleich Sachen in den Sinn, oder
224 oh, was könnten wir, da kommen mir gleich Sachen in den Sinn
225 ... so. Ich bin gut zum Brainstormen. Nachher dann das Weiter-
226 machen, ist es besser wenn das andere machen. Aber einfach mal
227 so «Ah, das sollte man, und das, und [...]» und so vernetzt denken,
228 das [...] Ja, also du willst jetzt sicher auch wieder ein Beispiel [...] } Kreativität
 } Assoziations-
 } breite hohe

229 [0:22:24]

230 I: Du kennst schon, was kommt, he?

231 SKA3: Ja, ja. Ja Corona ist ein gutes Beispiel. Als das angefangen hat,
232 oder wo das wiedergekommen ist, ist im Praktikum gewesen, was
233 kann man machen. Ja, man darf sich nicht treffen, oder das Quar-
234 tierfest ist abgesagt, wie bleiben wir in Kontakt mit den Leuten. Da
 } Einsatz von
 } ADHS-Stärken
 } in der SKA

K Interview 4 (Auszug)

379	SKA4:	Also ich habe auch, <u>also ich glaube</u> , ich merke es jetzt einfach im Ge-	
380		schäft. <u>Wir haben andere ADHSler</u> und für sie ist das, glaube ich, viel	- Weitere mit ADHS
381		mehr ein Thema.	im Team
382	I:	OK.	
383	SKA4:	Weil ich, <u>ich habe glaube</u> meine <u>Coping-Strategien</u> [...] vorher, wo ich als	- Nutzt Copingstrategien
384		gearbeitet habe, meine <u>Mitarbeiter schon auch gesagt haben</u>	
385		«Du hast ein ADHS.» <u>Aber es ist nie</u> , das ist wie nicht <u>als Problem ange-</u>	- ADHS beim vorherigen
386		<u>schaüt worden</u> . «Ja, es ist halt einfach so, du bist ein Chaos, du bist laut,	Beruf bekannt -
387		du...» ich weiss doch auch nicht «... rennst immer im Zeug rum, weil	stellte kein Problem
388		überall dein Zeug rumliegt oder verlässt das Zimmer viermal, weil du	dar
389		einfach das Zeug beim ersten Mal nicht dabei hast.» Das kann vorkom-	
390		men. [REDACTED].	
391		Aber ich glaube, es ist wie auch, [...] es ist viel, man merkt [...] also das	
392		sage ich jetzt [...] man merkt es bei ihnen einfach viel mehr, oder. Das ist	
393		wie so zu Situationen gekommen, wo es auch schon eskaliert ist oder so	
394		deswegen.	
395		[REDACTED] [0:25:19]	
396	I:	OK.	
397	SKA4:	Und sie haben dann <u>wie gefunden, ob ich es auch sage im Team</u> . Und ich	
398		habe wie gemerkt ... <u>Nein. Ich muss das nicht sagen</u> . Ich [...] nein, die	- Kein "Outing" im
399		Leute denken «OK [REDACTED] und die Kaffeetassen stehen im	Berufsleben
400		ganzen Haus verteilt.» so. Aber wenn niemand auf mich zukommt und	
401		ich einfach als das wahrgenommen werden, vielleicht so ein bisschen als	
402		schräger Vogel, dann ist das für mich völlig OK. Und <u>ich glaube</u> , was das	- Unsicherheit bei den
403		Positive ist, ich <u>glaube ich kann sehr viel leisten</u> .	Stärken
404	I:	Mhm.	
405	SKA4:	<u>Das verbrennt mich auch</u> . Also bei dieser Abklärung und so, hat man wie	- <u>Hyperfokus</u>
406		gesagt, also hat man dann gesagt, ich hätte meine Coping-Strategien,	
407		[REDACTED]	
408		[REDACTED]	
409		[REDACTED] Und ich glaube auch, hey,	
410		was positiv ist, <u>ich bin oft erschöpft, aber bei mir kommt es nie zu einem</u>	
411		<u>Breakdown</u> .	
412	I:	Mhm.	
413	SKA4:	Hey, ich habe keine Ahnung, weshalb das so ist. Es ist gut auf die eine	
414		Seite und auf die andere Seite [...] lerne ich wie nichts daraus. Also ich	
415		laufe immer wieder in so Situationen. [...] Genau. [...] Ich glaube ich bin	
416		[...] also die Leute [...] das hat auch Positives und Negatives, <u>die Leute</u>	- Aussenansicht
417		<u>sehen in mir jemand recht selbstbewusstes</u> und <u>ich glaube, es ist gut</u> ,	deckt sich nicht
418		wenn man <u>als solches wahrgenommen wird</u> . Also natürlich, ja, das <u>deckt</u>	mit der eigenen
419		<u>sich nicht unbedingt mit meinem Selbstbild</u> .	Sichtweise
420	I:	Mhm.	→ Selbstbewusstsein

421	SKA4:	Das ist dann manchmal auch schwierig. Ich werde wie anders wahrgenommen als dass ich das Gefühl habe, dass ich wirke oder als dass ich mich sehe. <u>Aber es schützt mich auch</u> . Genau [...] Dann, was ist [...] he	
422			
423			
424		[...] Ich glaube ich habe, ich bin, <u>also was positiv ist, ist ich bin eine recht</u>	- <u>Offenheit</u>
425		<u>Offene</u> , und ich habe nicht so [...] also ich <u>weiss nicht, ob das mit dem</u>	- kann mit dem
426		<u>ADHS zu tun hat oder mit meiner Biografie</u> , ich habe nicht so [...] für mich	ADHS im Verbindung
427		ist richtig und falsch wirklich nicht so, nicht so klar. Und ich habe auch	stehen
428		nicht so eine Idee von einem guten Lebensentwurf für andere. [...] Für	
429		den eigenen hätte ich schon, [...] aber für andere. Und ich glaube, das ist	
430		für die Leute noch angenehm, weil ich sie dadurch nicht in Frage stelle.	
431	I:	Mhm.	
432	SKA4:	Ja. Und darum glaube ich mögen mich die Leute auch noch, weil sie nicht	
433		müssen [...] ja, genau. Ich bin, also dadurch, dass ich <u>so viel Energie habe</u>	- <u>Hyperfokus</u>
434		und mich nicht so gut abgrenzen kann, übernehme ich auf der Arbeit	
435		viel. <u>Also ich bin sicher jemand, die anpackt [...] und sich nicht entzieht</u> .	
436		Auch Vor- und Nachteile. Aber ich glaube für das Team oder so. Und mit	
437		mir etwas zu machen, das ist glaube ich OK. [...] Ja. <u>Ich bin eine «Gsch-</u>	- <u>Einfühlungs-</u>
438		<u>pürige</u> », aber mir hat mein bei dieser Dings auch gesagt, ich sei vielleicht	<u>vermögen</u>
439		auch so eine Hochsensibilität [...]	
440	I:	Mhm.	
441	SKA4:	Und so ein bisschen <u>das Seismografische, oder eben, ich spüre Stimmun-</u>	- <u>Einfühlungs-</u>
442		<u>gen</u> . Und das ist auch positiv und negativ. <u>Ich kann wie darauf eingehen</u> .	<u>vermögen</u>
443		Ich <u>finde es eigentlich positiv</u> . [...] Sonst, bei der Art. Ja, ich glaube, <u>wenn</u>	- <u>Improvisation</u>
444		<u>es Probleme gibt oder so, ich bin eine recht Agile, kann ich schnell Lö-</u>	
445		<u>sungen suchen</u> .	
446	I:	Mhm.	
447	SKA4:	Also es ist wie so [...] es gibt [...] ja <u>gibt es irgendetwas, was nicht stimmt,</u>	- <u>Kreativität</u>
448		<u>oder irgendeine Herausforderung, dann, finde ich können wir es gut an-</u>	
449		<u>ders machen. Da habe ich auch kein Problem</u> . [...] Und sonst [...] Ja, ich	
450		glaube das ist so ein bisschen das.	
451	I:	Mhm. Du hast gerade so zum Beispiel eben das «Gschpürige» erwähnt.	
452		[...] Wie kommt das dann beim Arbeiten zum Tragen?	
453	SKA4:	Hey, <u>einfach Stimmungen einfach spüren</u> .	- <u>Einfühlungs-</u>
454	I:	Mhm.	<u>vermögen</u>
455	SKA4:	Oder [...] wie kommt das zum? [...]	
456	I:	Oder, wie setzt du das nachher ein, oder setzt du das ein?	
457	SKA4:	Indem ich den Leuten aus dem Weg gehe, zum Beispiel wenn ich merke	
458		«Uh, schlechte Laune, uh, also gut.» [...] Wie setze ich es ein? [...] Nein,	
459		ich glaube also dort <u>zeigt es sich vielleicht einfach in der Gesprächsfüh-</u>	
460		<u>rung</u> . Also weisst, du, ich weiss auch nicht [REDACTED] und <u>ich sehe</u>	
461		<u>einfach jemanden zum Briefkasten kommen oder so</u> , dann kann ich mitt-	
462		leweile auch [...] oder er schleicht durch die Gänge, <u>da weiss ich</u>	

463 irgendwie «OK, irgendetwas ist nicht [...]»

464

465 dann gehe ich einfach

466 nachfragen oder [...] lenkst du das Gespräch auch so, dass du irgendwie

467 merkt, heh, doch heute ist irgendwie offener, direkter [...]

468 Das wäre jetzt ir-

469 gendwie nicht gut, das würde dem Gegenüber nicht guttun. Und im

470 Team [...] ja, dass du einfach die Stimmung spürst und auch auch darauf

471 eingehen kannst, oder dass du es sicher wahrnimmst. Es muss ja nicht

472 immer [...] wenn es dann über eine längere Zeit gehst, dass man das an-

473 fängt zu berücksichtigen. [...] So [...] Genau [...] Also zuvor, als ich mit

474 jungen gearbeitet habe [...] Ja eben, dass du wie merkst, was verträgt es

475 und was mag es nicht vertragen.

476 I: Ja.

477 [0:32:44]

478 SKA4: Also manchmal, also entweder hat es keinen Platz, wie es dann einfach

479 sein muss, aber dann ist es so. [...] Genau [...] Und manchmal ist es auch,

480 also, aber auch dort hat es halt auch wieder negative Sachen, bei denen

481 du spürst, es ist irgendetwas nicht so gut, macht es manchmal auch Sinn

482 das einfach stehen lassen zu können. Das nehme ich dann manchmal

483 vielleicht ein wenig, habe ich das Gefühl, das hat mit mir zu tun, und ist

484 dann so ein bisschen ein negativer [...] das ist dann wieder das Negative

485 dran. Es kommt ein bisschen darauf an, wie es mir geht. [...]

486 I: Und, wie ist es zum Beispiel mit dem Mitreissen?

487 SKA4: [...] Hey, eben, ich habe, glaube ich, recht viel En... also, in meinem Auf-

488 treten habe ich, sagt man mir, hätte ich recht viel Energie. Ich bin mir

489 dessen nicht so bewusst. Aber ich habe deswegen auch schon Schwier-

490 igkeiten in [...] weil die Leute das Gefühl hatten, ich wüsste es besser

491 als sie [...] also, ja, ist ja egal [...] Ja, das hat eben auch damit zu tun, dass

492 die Leute das Gefühl haben, ich sei eine sehr Selbstbewusste dadurch

493 und, wenn ich dann [...] ich kann dann sehr offen auf die Leute zugehen

494 und die Leute fühlen sich dann auch wahrgenommen [...]

495 I: Mhm.

496 SKA4: Und wenn ich eine Begeisterung für etwas habe, kann ich die, kann ich

497 glaub einfach mitreissen. Ich finde das dann lässig und cool und «Mach

498 doch mit.» und «Wieso denn nicht?» und [...] Ja, dass es, ja, so [...] So

499 das [...] ich habe dann in diesen Momenten alle Zweifel, so einfach ein

500 wenig die Zweifel nehmen. Aber es interessiert mich in dem Moment

501 auch nicht. Also wie, wenn es dann noch Leute gibt, die Zweifel [...] zwei-

502 feln und du hast irgendjemand, der nicht zweifelt [unv.] dann die noch

503 cool, dann hilft das, um dir nicht zu viele Gedanken zu machen. Also, es

504 muss einfach schnell gehen [...] Wenn du nichts hast, die [...] auch nicht

Lenkung von
Gesprächen

- Einfühlungs-
Vermögen

- Situationsanalyse
was Personen
zumutbar
ist

- Einsatz von
ADHS-Stärken
in der SKA

- Einfühlungs-
Vermögen

- Hyperfokus

- Offenheit
Einfühlungs-
Vermögen

- Begeisterungs-
fähigkeit