

Berufs- und Schulwahl mit ADHS

KATJA ISELI

Die Berufs- und Schulwahl ist im Leben eines jungen Menschen eine sehr herausfordernde Zeit. Der Prozess ist jedoch auch für das engere Umfeld der Jugendlichen, insbesondere die Eltern, anspruchsvoll.

Wann beginnt die Berufs- und Schulwahl?

Oft wird gesagt, dass diese im zweitletzten Schuljahr der Sekundarstufe I startet. Die Schülerinnen und Schüler müssen zwar in den zwei letzten Jahren der obligatorischen Schulzeit Bewerbungen schreiben, sich um (Schnupper-)Lehren bemühen oder mit den Aufnahmekriterien der weiterführenden Schulen beschäftigen, der Prozess beginnt jedoch viel früher. Eigentlich bereits mit Eintritt in den Kindergarten. Im Lehrplan 21, der in den meisten Kantonen verwendet wird und/oder die Grundlage bildet, ist dies auch so verankert. Selbstverständlich wird dort nicht von Berufs- und Schulwahl gesprochen, sondern von Fächern wie «Natur, Mensch, Gesellschaft», «Bildung für Nachhaltige Entwicklung» und «Überfachliche Kompetenzen». Ein wichtiger Aspekt dieser Fächer ist, dass sich die Kinder mit sich selbst, ihren Fähigkeiten und dem gesellschaftlichen und wirtschaftlichen Umfeld auseinandersetzen.

Welche Lehre oder Mittelschule passt zu mir?

Die Jugendlichen müssen sich selbst realistisch einzuschätzen vermögen. Das bedeutet, sie sollten wissen, was sie können und ebenso, was ihnen nicht so

liegt. Die Anschlusslösung an die obligatorische Schulzeit stimmt idealerweise bestmöglich mit den eigenen Stärken überein. An den Schwächen sollte soweit gearbeitet werden, dass sie einem nicht im Wege stehen, die gesetzten Ziele zu erreichen. Anders ausgedrückt: Es muss nicht jeder eine 6 in Französisch haben, wenn einem die Sprache nicht liegt. Mit einer 2 oder noch schlechter erweckt man jedoch den Eindruck, aufgegeben zu haben und sich gar nicht mehr anzustrengen – und das will kein Lehrbetrieb sehen. Denn in jeder Lehre – oder beruflichen Grundbildung, wie es korrekt heisst – gibt es Aspekte, die einem schwer fallen, beziehungsweise nicht liegen und trotzdem will der Betrieb, dass man sich anstrengt.

Selbstverständlich sind Zeugnisse mit Noten über 5 gerne gesehen. Realistischer ist meist jedoch, wenn keine Note unter 4 oder 3.5 im Zeugnis steht. Das sollte das Ziel sein.

Soll ich den Betrieb über die Diagnose informieren?

Ich bin für Offenheit und ein Ansprechen der Diagnose zum frühestmöglichen Zeitpunkt, um sicher zu gehen, dass der Lehrbetrieb passt. Gerne verdeut-

Die Zukunft sollte man nicht voraus sehen wollen, sondern möglich machen.

Antoine de Saint-Exupéry

liche ich das mit einem Beispiel: In der öffentlichen Berufsberatung betreute ich eine Jugendliche, der es im Lehrbetrieb nicht mehr wohl war. Sie stand in der Ausbildung zur Kauffrau und hatte nichts von ihrer Diagnose gesagt. Die Noten in der Schule und in den Überbetrieblichen Kursen (ÜK) waren gut und sie wurde von den Lehrpersonen auf Grund ihres Engagements und ihrer netten Art geschätzt. Bei den anderen Lernenden war sie ebenfalls beliebt. Im Lehrbetrieb selbst wurde sie von den Mitarbeitenden und Kunden gemocht, fiel jedoch immer wieder dadurch auf, dass sie Sitzungstermine vergass oder länger für Aufgaben brauchte, die grössere Anforderungen an ihre Selbstorganisation stellten. Die Berufsbildnerin (früher Lehrmeisterin genannt) ärgerte sich immer mehr über die «Unzuverlässigkeit» der Lernenden. Sie suchte das Gespräch mit den Eltern und der Lernenden selbst. Dabei baten die Eltern sie um Verständnis und erzählten von der Diagnose ADS. Die Berufsbildnerin reagierte recht ungehalten und erklärte, dass das Verschweigen der Diagnose für sie ein Vertrauensbruch sei. Die Lernende fühlte sich zunehmend unwohler im Betrieb, da sie den Eindruck gewann, nun noch strenger beobachtet und beurteilt zu werden. Sie wusste, dass die Berufsbildnerin am liebsten Lernende hat, die im Rang abschliessen und daher hohe Anforderungen stellt. Dies war auch der Grund, weshalb sie bisher nichts von der Diagnose gesagt hatte. Nach einem weiteren Gespräch, bei dem auch die Ausbildungsberatung / Lehraufsicht dabei war, wurde beschlossen, einen neuen Lehrbetrieb zu suchen und dort offen über die Diagnose zu sprechen.

Die junge Frau fand einen Platz und konnte ihre Lehre fortsetzen. Sie informierte von Anfang an über ihre ADS-Betroffenheit und zeigte auf, wie sich diese bei ihr äussert. Auf Grund dieser



Erkenntnisse, entwickelte sie selbst Ideen, was sie tun könnte, um ihre Probleme im Bereich Selbstorganisation in den Griff zu bekommen. Einige Zeit später meldete sich die Jugendliche wieder bei mir, da sie Fragen bezüglich einer Weiterbildung hatte. Sie erzählte, dass sie für die Phase des QVs (Qualifikationsverfahren, früher Lehrabschlussprüfungen) Methylphenidat nehme, von der neuen Berufsbildnerin gut unterstützt werde und sie die selbst erarbeiteten Ideen zur Optimierung der Selbstorganisation gemeinsam besprochen und noch verbessert hätten.

Was sind die Schlussfolgerungen?

Wäre der erste Lehrbetrieb von Anfang an über ihre Diagnose informiert worden, hätte sie diese Lehrstelle wohl nicht bekommen. Es wäre ihr jedoch auch einiges an Kummer und Verunsicherung erspart geblieben.

Ein Umfeld, das unterstützt und Wege aufzeigt, kann in Krisenzeiten helfen. Die Eltern waren in Sorge um ihre Tochter, der es immer schlechter ging und wussten nicht mehr, was sie tun sollten. Der Schritt zur Ausbildungsberatung hatte sich gelohnt. Dort erhielt sie wertvolle fachliche Informationen. Ausserdem wurde der Kontakt zur Berufsberatung hergestellt. So konnte die junge Frau nochmals ihren Berufswunsch reflektieren und traf auf eine neutrale Ansprechperson.

Ein Betrieb, der bereit ist, an und mit den Lernenden zu arbeiten, ist für Jugendliche mit ADHS wichtig. Sobald diese sich wohlfühlen, können sie über sich hinauswachsen, Neues lernen und erfolgreich sein.

Die jungen Menschen müssen die Bereitschaft haben, an sich selbst zu arbeiten. Medikamente alleine helfen nicht, die Probleme zu lösen. Sie können aber – gut betreut und sofern von den Betroffenen gewünscht – eine sinnvolle Unterstützung sein.

Was tun, wenn die Jugendlichen total unmotiviert sind?

Mit einem Motivationstief sehen sich viele Jugendliche und deren Eltern konfrontiert. Bei ADHS-Betroffenen kann diese Problematik besonders ausgeprägt sein. Meist hilft weder gut zureden noch bestrafen, um eine Verhaltensänderung zu bewirken. Die jungen Menschen müssen selbst zur Einsicht kommen.

Ein Fallbeispiel: Als ich noch

auf der Jugendberatungsstelle arbeitete, betreute ich einen Jugendlichen, der drei Jahren zuvor die obligatorische Schulzeit beendet hatte und seither zu Hause war. Er verbrachte seine Zeit tagsüber hauptsächlich mit schlafen und abends ging er mit seinen Kollegen aus. Dies sei, so sagte er, nun aber zunehmend weniger der Fall, da die meisten mittlerweile eine Lehrstelle hätten, Hausaufgaben für die Mittelschule machen oder jobben müssten – ihm sei nun öfter langweilig.

Er erzählte, dass einige seiner Kollegen die Autoprüfung machen würden – das möchte er auch gerne. Als ich versuchte, diesen Wunsch als Anreiz für ein Engagement bezüglich Lehre aufzunehmen, meinte er nur, er könne ja mitfahren, das sei auch okay. Weiter erzählte er, dass seine Kollegen jeweils gemeinsam verreisen, wenn einer die Lehrabschlussprüfung bestanden hat. Da er auch ältere Kollegen habe und die im letzten Sommer mit der Lehre fertig geworden seien, hätten sie bereits so eine Reise gemacht. Es sei super gewesen. Diesen Sommer stehe der nächste Ausflug an. Darauf freue er sich total. Finanziell sei es kein Problem,



seine Eltern würden ihm das bezahlen. Wir sprachen darüber, wie lange es wohl dauern würde, bis eine solche Reise für ihn stattfindet. Darauf wurde er still und wechselte das Thema. Beim nächsten Termin meinte er dann, es wäre schon toll, wenn man selbst quasi der Held einer solchen Reise wäre. Für ihn war dies in der Folge der Motivator, um sich mit der Lehrstellensuche auseinanderzusetzen. Er fand schliesslich einen Platz für den nächsten Sommer.

Was zeigt uns dieses Fallbeispiel?

Um eine Herausforderung anzugehen, braucht es ein attraktives Ziel. Während der Lehrstellensuche sammeln die Jugendlichen locker 20 und mehr Absagen und werden immer wieder nach ihren Schwächen gefragt. Auch an der (weiterführenden) Schule werden sie laufend beurteilt und sehen, was sie alles (noch) nicht so gut können. Das sind keine aufbauende Aussichten. Da Jugendliche mit ADHS dazu neigen, negatives Feedback sehr persönlich zu nehmen sowie in der emotionalen Entwicklung verzögert sind, ist die Verweigerung teilweise der einzige Selbstschutz den sie zur Verfügung haben.

Es braucht Geduld und Durchhaltevermögen, um eine Lehrstelle zu finden. Der junge Mann begann erst vier Jahre nachdem er die Schule beendet hatte seine Lehre. Mit Hilfe eines Integrationsprogrammes füllte er seine schulischen Lücken und schränkte sein Gamen sowie Kiffen massiv ein. Er stand gegenüber den potentiellen Lehrbetrieben zu seinen Schwierigkeiten in den letzten Jahren und bot an, vor der Lehre ein Praktikum zu

machen. So konnten sie sich gegenseitig kennenlernen und quasi prüfen, ob eine Zusammenarbeit für beide Seiten passt.

Wie können Eltern bei der Berufs- und Schulwahl unterstützen?

- Solide Kenntnisse über die eigenen Stärken und Schwächen.

Dabei können die Eltern gut helfen. Achten Sie darauf, Ihr Kind nicht zu entmutigen, es aber auch nicht zu idealisieren.

- Kenntnisse über die Möglichkeiten aus denen man wählen kann.

Wir haben rund 250 Berufe zur Auswahl und je nach Kanton 2 bis 4 Mittelschulen sowie diverse Brückenangebote. Sich darüber zu informieren, was es alles gibt und welche Anforderungen gestellt werden, ist zentral für eine bewusste Berufs- und Schulwahlentscheidung. Auch dabei können die Eltern helfen.

- Eigenes Netzwerk nutzen, aber nicht alles abnehmen.

ADHS-betroffene Jugendliche entsprechen nicht der Norm, was auch okay ist. Daher ist es wichtig, dass sie Chancen bekommen, sich zu zeigen. Dabei können die Eltern ihr Netzwerk nutzen und so Türöffner sein.



Katja Iseli
Dr. phil. Fachpsychologin
SBAP in Coaching ADHS
und ASS
Arbeitet seit 10 Jahren auf
der öffentlichen Berufsber-
atung und ist im eigenen
Unternehmen unter
anderem als Coach für
ADHS-Betroffene tätig.
www.competentium.ch