

UVEMUS

Vereinigung zur Förderung von Kindern und Erwachsenen mit Teilleistungsschwächen e.V.

+++ Letzte Ausgabe in gedruckter Form - Danach als Download erhältlich +++ Letzte Ausgabe in gedruckter Form -

"Juvemus" ist die Zeitschrift der Vereinigung zur Förderung von Kindern und Erwachsenen mit Teilleistungsschwächen e. V. und erscheint zweimal im Jahr.

Juvemus bietet Hilfe zur Selbsthilfe, getreu dem Motto "Lasst uns helfen!" (nach dem Lat. "iuvemus")

Mit AD(H)S
erfolgreich
im Beruf sein.
Wie geht das?

Was wird aus JUVEMUS?

Seite 4

Juvemus Vereinszeitung: Ab Ausgabe Nr. 47 als PDF zum Download.

Seite 5

Virtuelle Mitgliederversammlung am 20. März

Seite 12

Bitte zahlreich Teilnehmen!

Juvemus on Tour

Seite 6



DAS JUVEMUS BERATUNGSANGEBOT

Als Hilfestellung zur Selbsthilfe

(nicht als Ersatz für professionelle Spezialisten)

bieten sowohl spezifisch ausgebildete Fachleute ehrenamtlich kompetente Auskünfte und Beratung an, als auch aktive Mitglieder unserer Selbsthilfevereinigung, die aus ihrer selbst erlebten und erarbeitenden Fachkompetenz heraus beraten und weiterführende Hilfsmöglichkeiten aufzeigen.

AUTISMUS /	ASPERGER
-------------------	----------

Hilke Fischer- Becker	0 67 72 - 9 49 10	hilke@hbecker.net

BERUFSORIENTIERUNG FÜR JUGENDLICHE UND ERWACHSENE

Ute Kögler	0 22 8 – 3 86 21 60	info@koegler-berufsorientierung.de

BEZIEHUNGSKONFLIKTE / MEDIATION / ERWACHSENENCOACHING

Brigitte Zenz-Krug	02 61 - 9 73 10 95	mail@zenz-krug.de

COACHING

co/termite		
Brigitte Zenz-Krug	02 61 - 9 73 10 95	mail@zenz-krug.de
Martina Feistel	0 62 42 - 912 10 10	info@ltmf.de

EINGLIEDERUNGSHILFE

Ute Erve	0 26 31 - 5 46 41	erve@juvemus.de
Marie-Luise Ader-Kohmann	0 26 28 - 78 24 75	Marie-Luise.Kohmann@gmx.de

ELTERNCOACHING MIT VIDEOBEGLEITUNG, BERATUNG BEI VIDEODIAGNOSTIK

Marie-Luise Ader-Kohmann	0 26 28 - 78 24 75	Marie-Luise.Kohmann@amx.de

ELTERNTRAINING / SEMINARE

Evelyne Wilhelmi	0 67 61 - 50 62	Eveline.Wilhelmi@gmx.de
Martina Feistel	0 62 42 - 912 10 10	info@ltmf.de

ERWACHSENE

Ute Erve	0 26 31 - 5 46 41	erve@juvemus.de
Ute Kögler	0 22 8 - 3 86 21 60	info@koegler-berufsorientierung.de

HOCHBEGABUNG

Ute Erve	0 26 31 - 5 46 41	erve@juvemus.de
Monika Reif-Wittlich	0 26 30 - 98 97 16	GF@juvemus.de
Martina Feistel	0 62 42 - 912 10 10	info@ltmf.de

LEGASTHENIE UND DYSKALKULIE

Marie-Luise Ader-Kohmann	0 26 28 - 78 24 75	Marie-Luise.Kohmann@gmx.de
Tania Dohr	0 26 51 - 7 30 69	t.dohr@t-online.de
Martina Feistel	0 62 42 - 912 10 10	info@ltmf.de

PÄDAGOGISCHE FRAGEN

Tania Dohr	0 26 51 - 7 30 69	t.dohr@t-online.de
Karin Detzer- Schuh	02 61- 6 98 00	vorstand2@juvemus.de

SEH- UND HÖRVERARBEITUNGSSTÖRUNGEN

SENSORISCHE INTEGRATIONS THERAPIE

Evelyne Wilhelmi	0 67 61 - 50 62	evelyne.wilhelmi@gmx.de

STOFFWECHSELPROBLEMATIK

Familie Weingart

Monika Reif-Wittlich	0 26 30 - 98 97 16	GF@juvemus.de	
TICS UND TOURETTE-SYI	NDROM		

Juvemus-Weingart@t-online.de

0 26 28 - 37 41

Wissenschaftlicher Beirat:

Hans Biegert

Prof., Dr.h.c. Dipl.Päd. Schulträger HEBO, Lehrbeauftragter und Dozent

Tania Dohr

Lerntherapeutin

Jörg Dreher

Dipl.-Psych, Psychotherapeut

Cordula Neuhaus

Dipl.-Psych., Dipl.-Heilpädagogin

Brigitte Pollitt

Dr. med., Johanniter Klinik Neuwied, Kinderund Jugendpsychiaterin, Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie

Frank Matthias Rudolph

Dr. med., Mittelrhein-Klinik Bad Salzig, Facharzt für psychotherapeutische Medizin

Sören Schmidt

Prof. Dr. phil. habil. Dipl.-Psychologe. Hoch schule Fresenius, Studiendekan Psychologie (B.Sc.)

Helga Simchen

Dr. Fachärztin für Kinder- und Jugendliche, Neuropädiaterin, Fachärztin für Kinder- und Jugendpsychiatrie, tiefenpsychologische Psychotherapeutin, Verhaltenstherapeutin und Systemische Familientherapeutin

Weitere Informationen und AnsprechpartnerInnen sowie Termine zu unseren Veranstaltungen erhalten Sie unter: www.juvemus.de

SPENDEN:

JUVEMUS ist vom Finanzamt Koblenz als gemeinnützige Körperschaft anerkannt und berechtigt, Spendenbestätigungen auszustellen. (Steuernummer 22 / 654 / 4220 / 9-XI / 6 vom 23.01.2019)

JUVEMUS Bankverbindung:

Sparkasse Koblenz BIC: MALADE 51 KOB IBAN: DE 49 57 05 01 20 00 38 00 19 62

Inhalt

 Juvemus Beratung 	2
Vorwort	3
Was wird aus JUVEMUS	4
 Vereinszeitung 	5
 Juvemus on Tour 	6
 Aufnahmeantrag 	7
 ADH(S) und Beruf 	8 - 10

 Virtuelle Mitgliederversammlung

 Rückseite:
 Einladung zur Mitgliederversammlung



Die Mitglieder des Juvemus-Vorstandes begrüßen Sie herzlich!

VEREINSFÜHRUNG

Geschäftsführerin:

Monika Reif-Wittlich Brückenstraße 25 56220 Urmitz Tel. 0 26 30 – 98 97 16 GF@juvemus.de



Vorstand:

Vorsitzende:

 Ute Kögler
 Vorstand1@juvemus.de



2. Vorsitzende Karin Detzer-Schuh Vorstand2@juvemus.de



Schriftführerin: Elke Weber Schrift@juvemus.de



Beisitzerin:

 Ute Erve
 Zeitung@juvemus.de



2. Beisitzerin:Martina Hartmann
Beisitzerin@juvemus.de



Finanzen / Mitgliederverwaltung: Rolf Lohaus Kasse@juvemus.de



1. Jugendvertreter:
Raphael Wittlich
Jugend@juvemus.de



2. Jugendvertreter:
Sascha Hartmann
Jugend@juvemus.de



Redaktion der Juvemus Zeitung:

Ute Erve Obergraben 25 56567 Neuwied Tel. 0 26 31 / 5 46 41 Zeitung@juvemus.de





Liebe Mitglieder und Freunde!

Dies wird das letzte Vorwort sein, dass Sie von mir und auf Papier erhalten. Kostengründe zwingen Juvemus, die Zeitung in Zukunft nur noch auf der Homepage zu veröffentlichen. So wird Juvemus Sie dort weiterhin über neue Erkenntnisse, interessante Themen aus dem Bereich ADHS und wichtige Termine informieren. Also Sie werden die Inhalte der Zeitung wie bisher weiter erhalten. Dennoch, die Entscheidung fiel uns nicht leicht, denn die Zeitung in Papierform hat doch eine besondere Haptik, die das Internet nicht bieten kann. An dieser Stelle möchte ich Ute Erve ganz herzlich für ihren jahrelangen intensiven Einsatz für die redaktionelle Betreuung der Zeitung danken. Ohne ihr Engagement wäre die Zeitung nicht erschienen.

Für die Älteren von uns ist der Abschied von der Zeitung in Papierform sicher ein Verlust, allerdings, Jüngere lesen ganz selbstverständlich virtuell und für sie ist dieser Schritt sicher etwas ganz selbstverständliches.

Virtuell – in Zeiten von Corona erobert sich Juvemus die virtuelle Welt. So wird die **Mitgliederversammlung am Samstag, den 20. März 2021** virtuell stattfinden. Die Einladung finden Sie in diesem Heft. Wir hoffen auf eine große Beteiligung, da der Vorstand neu gewählt werden muss. Insbesondere die Ämter der Vorsitzenden und des Kassenwarts müssen neu besetzt werden. Glücklicherweise gibt es bereits eine Kandidatin für den Vorsitz und Herr Lohaus ist freundlicherweise bereit, noch für ein Jahr weiter zu arbeiten, sofern sich kein Bewerber findet. Sofern Sie Interesse haben, sich stärker bei Juvemus einzubringen, melden Sie sich bitte in unserer Geschäftsstelle: GF@juvemus.de.

In diesem Zusammenhang möchte ich nochmals an alle Juvemus-Mitglieder appellieren, sich mehr für Juvemus zu engagieren und sich **aktiv am Vereinsleben zu beteiligen**. Die Anzahl der Aktiven ist im Augenblick einfach zu gering, um ein breiteres Angebot für die Mitglieder anzubieten und neue Ideen zu realisieren. Mit dem Artikel "Was wird aus Juvemus?" weist unsere 2. Vorsitzende, Karin Detzer-Schuh, auf die Notlage von Juvemus hin.

Mit dem **Juvemus Talk** möchten wir ein neues Format etablieren, um mit Ihnen kontinuierlicher und direkter ins Gespräch zu kommen. Am 2. Februar ist der Auftakt mit einer Vorstellungsrunde des Vorstandes. Danach soll jeden ersten Dienstag im Monat ein Themenabend stattfinden. Mit einem kurzen Impulsvortrag wird in das Thema eingeführt und danach die Diskussion mit allen Teilnehmern eröffnet. Im Vordergrund wird nicht die reine Wissensvermittlung stehen, sondern der Erfahrungsaustausch, Erörterung von konkreten Problemen. Mögliche Themen sind ADHS und Schule, Medikamente, berufliche Situation u.a.m. Anregungen von Ihnen sind willkommen. Nähere Informationen finden Sie auf der Homepage. Wir sind schon auf die Resonanz gespannt.

Nach sechs Jahren im Vorstand und davon vier als erste Vorsitzende habe ich mich aus persönlichen Gründen entschlossen, nicht mehr zu kandidieren. In Anbetracht der vielen Probleme, mit denen Menschen mit ADHS in ihrem Leben konfrontiert sind, habe ich mich immer gerne für Juvemus engagiert und diesen Einsatz stets als bereichernd und sinnvoll betrachtet. Ich wünsche daher Juvemus für die Zukunft alles Gute und weiterhin viel Erfolg beim Einsatz für die Belange der Mitglieder. Im Rahmen meiner Funktion als Gruppenleiterin der Regionalgruppe Bonn werde ich Juvemus dabei weiter unterstützen.

Bleiben Sie gesund und haben Sie Vergnügen an der Lektüre der neuesten – letzten papiernen – Ausgabe der Juvemus Zeitung. Dies wünscht Ihnen

Ute Kögler

Was wird aus JUVEMUS? Wir machen uns Sorgen!

Das ist das Fazit vieler Gespräche der Vorstandsmitglieder und einiger engagierter Mitglieder.



Nein, die Corona-Krise ist dafür nicht ursächlich verantwortlich. Natürlich ist es jetzt schwer, die routinemäßigen Aktivitäten und Veranstaltungen wie unser Symposium durchzuführen.

Vieles musste abgesagt werden wie beispielsweise das Symposium, unsere Mitgliederversammlung und unsere Regionalgruppen-Treffen. Persönliche Kontakte und Beratungsgespräche sind nur noch online oder am Telefon möglich.

Doch das allein stellt den Weiterbestand unseres Vereins nicht in Frage.

Es gibt massive Personalsorgen:

Unser Kassenwart Rolf Lohaus steht noch ein Jahr zur Einarbeitung eines neuen zur Verfügung. Doch noch gibt es kein/e Nachfolger/in. Das bedeutet, dass JUVEMUS in einem Jahr keinen funktionsfähigen Vorstand mehr haben wird, wenn diese Position nicht besetzt wird. So schreibt es das Vereinsrecht vor. Wir müssten unseren Verein auflösen.

Wir hoffen nun darauf, neue Aktive zu finden, die die Vorstandsarbeit übernehmen und auch als Nichtmitglied des Vorstandes bereit sind, Aufgaben zu erledigen. Ein Generationswechsel ist absehbar und in Anbetracht des Alters des aktuellen Vorstandes notwendig, und wenn wir den nicht schaffen, wird JUVE-MUS nicht mehr lange existieren.

Wenn euch unser Selbsthilfeverein wichtig ist, dann arbeitet aktiv mit.

Viele Menschen brauchen unsere Unterstützung und unseren Rat. Das erfahren unsere Berater jeden Tag . Doch die wenigen Aktiven, die aktuell dabei sind, können die vielfältigen Aufgaben nicht mehr lange leisten.

Karin Detzer-Schuh

Juvemus Regionalgruppen

Regionalgruppe	Ansprechpartner	Telefon	E-Mail
BONN Elterngruppe	Ute Kögler	0228 / 3 86 21 60	Bonn-Eltern@juvemus.de
COCHEM	Barbara Walker	0 26 53 / 9 14 62 04	
KREFELD	Bianca Beinecke	02 151- 891 58 33	Ads-Krefeld@arcor.de
NEUWIED	Ute Erve	0 26 31 / 5 46 41	erve@juvemus.de
SIMMERN	Evelyne Wilhelmi Frau Schneider	0 67 61 / 50 62 0 67 63 / 62 96 32	evelyne.wilhelmi@gmx.de
MITTELRHEIN	Monika Reif-Wittlich	0 26 30 / 98 97 16	reif-wittlich@juvemus.de
WESTERBURG	Monika Becher Claudia Weber	0 26 61 / 49 83 0 26 61 / 95 19 44	
WONNEGAU	Martina Feistel	0 62 42 / 9 12 10 10	info@ltmf.de

ANZEIGE



Schulende in Sicht – wie soll es weitergehen?

Individuelle Unterstützung bei der Berufs- und Ausbildungswahl bietet Orientierung und neue Perspektiven - speziell auch für AD(H)S-Betroffene



Ute Kögler Dipl.-Kauffrau ADHS-Coach, Berufswahlcoach

Telefon: 0228 38 62 160

E-Mail: info@koegler-berufsorientierung.de www.koegler-berufsorientierung.de































Die JUVEMUS-Zeitung wird "digital"

Liebe Mitglieder und FreundInnen des Juvemus e.V.! Liebe LeserInnen der Juvemus Zeitung

Seit 2004 bin ich die Redakteurin unserer Vereinszeitung. Nun wird es eine grundlegende Änderung dieser Publikation geben. Dies ist die letzte Zeitung, die Sie in gedruckter Form und mit der Post erhalten. Es wird keine weitere Papierausgabe der Juvemus Zeitung mehr geben!

Seit einigen Jahren wurde es aus finanziellen Gründen immer schwieriger, die Kosten für Druck und Versand aufzubringen. Es gibt auch keine Möglichkeit dies über Krankenkassenförderungen zu ermöglichen. Diese Aufwendungen sind nicht förderwürdig.

Die Corona- Pandemie hat es dem Vorstand und mir sogar erleichtert den endgültigen Schlussstrich zu ziehen. Wie Sie gemerkt haben werden, konnten wir in der letzten Ausgabe hauptsächlich über die Auswirkungen der Pandemie auf Eltern, Kinder und unseren Verein berichten. Es fielen fast alle sonstigen Themen weg. Vieles war nur virtuell möglich. So wird es auch für die Zeitung ab Herbst 2021 virtuelle Ausgaben geben.

Zu Ihrem Trost werden wir weiterhin zweimal jährlich Ausgaben im gewohnten Layout als Pdf-Datei auf der Homepage für Sie bereit halten.

Die jetzige sehr abgespeckte gedruckte Juvemus Ausgabe wird Sie über unsere weiteren Pläne mit dem Juvemus Verein informieren.

Denn auch das Vereinsleben wurde durch Corona fast unmöglich. Jedoch besteht die Hoffnung, dass es im Laufe diesen Jahres wieder besser wird.

Im Herbst wird es hoffentlich wieder möglich sein, Treffen und Kongresse von Angesicht zu Angesicht zu veranstalten und für Sie darüber zu berichten.

Um Ihre Rückmeldung zu unseren Plänen zu erhalten, brauchen wir ihre Hilfe. Bitte nehmen Sie möglichst zahlreich an der virtuellen Mitgliederversammlung teil.

Ich wünsche Ihnen alles Gute und bleiben Sie gesund.

Ihre Ute Erve

Ihre Ute Erve**

JUVEMUS ON TOUR / Ute Kögler

11.11.2020	Vorbereitung virtuelle Veranstaltung "Zukunft Juvemus"
12.11.2020	Digital coachen
18.11.2020	ADHS bei Frauen und Mädchen, Dr. Rudolph
19.11.2020	Managing complex kids, ADHD Europe
25.11.2020	"Raus ins Grüne" Sandra Knümann, AOK
28.11.2020	ADHD Europe Coaching Committee
01.12.2020	virtuelle Diskussion "Zukunft Juvemus" mit Juvemus-Mitgliedern
09.12.2020	"Vereinssatzung 2021: So gestalten Sie Ihre Vereinssatzung pandemie- und rechtssicher!" Michael Röcken, VNR Verlag für die deutsche Wirtschaft
29.01.2021	ADHD Europe Coaching Committee

JUVEMUS ON TOUR / Ute Erve

Teilnahme an den Präsens- und Virtuellen Vorstandssitzungen

	. •
26.10.2020	Präsensteilnahme am NEKIS Gesamttreffen
30.10.2020	Virtuelle Teilnahme an der fünfstündigen Mitgliederversamm- lung des Kindernetzwerkes
01.12.2020	Virtuelle Diskussion zur Zukunft des Juvemus e.V.

JUVEMUS ON TOUR / Monika Reif-Wittlich

19.08.2020	Virtuelle Sitzung Transitionsnetzwerk
21.08.2020	Virtuelle Sitzung AK Kooperationen im KNW
24.08.2020	Webinar PSAG Kinder psych. Kranker Eltern
22.09.2020	Webinar LZG Medienkonsum
03.11.2020	Webinar KISS Mainz -Selbsthilfe im Dialog. Gesundheit im Fokus Digi- talisierung, Ernährung, Bewegung
18.11.2020	Virtueller Vortrag ADHS und Frauen Dr. Rudolph
23.11.2020	Virtuelle Vorbereitung Regiotreffen
01.12.2020	Virtuelles Diskussionsrunde Zukunft von Juvemus
04.12. 2020	Virtuelle Sitzung AK Kooperationen im Kindernetzwerk
09.12.2020	Virtuelles Treffen Regionalgruppe Mittelrhein

Treffen der Gesprächskreise konnten bedauerlicherweise nicht stattfinden. Es gab jedoch eine Vielzahl von Beratungsanfragen und telefonischen Beratungsgesprächen. Wir planen derzeit den Aufbau einer virtuellen Plattform um solche Treffen, Sitzungen und auch Fachvorträge regelmäßig online anbieten zu können.

Vorstandssitzungen im 2 Halbjahr 2020

15.01.2020 Vorstandssitzung in der Geschäftsstelle

Die Vorstandssitzungen fanden aufgrund der Corona-Pandemie als virtuelle Sitzungen statt am:

15. Juli, 20. August, 01. Sept., 28. Sept., 22. Okt., 27. Okt., 07.Dez.

ANZEIGE



Auch bei Versetzungs- und Aufnahmeproblemen an öffentlichen Schulen jederzeitige Einschulung in Klasse 5-13 möglich.

KLEINE KLASSEN, FÖRDERUNTERRICHT, HAUSAUFGABENBETREUUNG, AG's, INDIVIDUELLE FÖRDERUNG + BETREUUNG, INTENSIVFÖRDERUNG bei ADHS und TEILLEISTUNGSSTÖRUNGEN, SCHULPSYCHOLOGISCHE TESTUNG und BERATUNG, JOBCOACHINGKURSE, MITTAGESSEN, auf Wunsch soz. pädag. Wohneinrichtung/Internat

und MITTLERE REIFE

Staatlich anerkannte Ergänzungsschule zur Vorbereitung auf Abitur, Mittlere Reife, Hauptschulabschluss





JUVEMUS e. V. Geschäftsstelle Brückenstraße 25

56220 Urmitz

oder per Fax 0 26 30 - 98 97 17

JUVEMUS E.V. AUFNAHMEANTRAG

Ich / wir möchte(n) Juvemus (Vereinigung zur Förderung von Kindern und Erwachsenen mit Teilleistungsschwächen e.V. Koblenz) beitreten.

Die Mitgliedschaft gilt für ein Kalenderjahr, unabhängig vom Datum des Eintritts. Der Jahresbeitrag beträgt ab 1. Januar 2020:

- Hauptmitglied mit Stimmberechtigung und gleichzeitiger Familienmitgliedschaft 40,00 EUR
- Familienangehörige mit Stimmrecht 20,00 EUR
- Junge Erwachsene vom 18. bis zum vollendeten 27. Lebensjahr 20,00 EUR

Der Beitrag wird innerhalb eines Monats nach Eintritt bzw. am Anfang des neuen Jahres für das Folgejahr per Lastschrift eingezogen. Der Mitgliedsbeitrag beinhaltet den Bezug der Juvemus Zeitschrift, Teilnahme an den Selbsthilfegruppen und einem reduzierten Eintrittspreis bei Juvemus-Veranstaltungen.

Anrede*:	Titel:
Nachname*:	Vorname(n)*:
Geb.Datum*:	Familienmitgliedschaft*: Ja 🔲 Nein 🔲
Straße*	PLZ, Ort*
Telefon*:	Handy:
E-Mail*	Foto: Ute Erve
Die mit * gekennzeichneten Felder müssen au	usgefüllt werden!!

Wir weisen gemäß §33 Bundesdatenschutzgesetz darauf hin, dass zum Zwecke der Mitgliederverwaltung und –betreuung die auf dieser Beitrittserklärung angegebenen personenbezogenen Daten in elektronischer Form gespeichert, verarbeitet und genutzt werden. Mit meiner Unterschrift erkenne ich die Satzung des Vereins an und erkläre mich mit der Erhebung, Verarbeitung und Nutzung der hier angegebenen personenbezogenen Daten durch den Verein Juvemus e.V. zur Mitgliederverwaltung und –betreuung mittels elektronischer Datenverarbeitung einverstanden. Die Weitergabe der Daten an Dritte ist ausgeschlossen.

Datum .
Unterschrift*:
ERTEILUNG EINER EINZUGS- ERMÄCHTIGUNG UND EINES SEPA- LASTSCHRIFTMANDATS.
Gläubiger-Identifikationsnummer: DE05ZZZ00000136358
Hiermit ermächtige(n) ich/wir den Verein Juvemus e.V. bis auf Widerruf, den Mitgliedsbeitrag jährlich von meinem Konto durch Lastschrift einzuziehen.
Kontoinhaber*:
Bank*:
IBAN*:
BIC:
Die mit * gekennzeichneten Felder müssen ausgefüllt werden!!
Datum*:
Unterschrift*:

JAHRESABONNEMENT DER JUVEMUS-VEREINSZEITSCHRIFT

Hiermit bestelle(n) ich/wir das Jahresabonnement von JUVEMUS.	
Name / Familie*	
Vorname(n)*	
Straße*	
PLZ, Ort*	
Telefon, Telefax*	
JUVEMUS erscheint zweimal jährlich als Download-PDF, im Frühjahr und im	

JUVEMUS erscheint zweimal jährlich als Download-PDF, im Frühjahr und im Herbst. Das Jahresabonnement (Download) kostet 11 EUR. Aus organisatorischen Gründen können wir nur die Zahlung über Einzugsermächtigung anbieten. (Gläubiger-Identifikationsnummer: DE05ZZZ00000136358)

Hiermit ermächtige(n) ich/wir den Verein Juvemus e.V. bis auf Widerruf, den Beitrag von 11 Euro jährlich von meinem Konto durch Lastschrift einzuziehen. DasAboKündigenkann/könnenich/wirjeweilszumJahresende.

Kontoinhaber*:
Bank*:
IBAN*:
BIC:
Die mit * gekennzeichneten Felder müssen ausgefüllt werden!!
Datum*:

Unterschrift*:

Mit AD(H)S erfolgreich im Beruf sein. Wie geht das?

Erfolgsfaktoren aus Sicht von Menschen mit AD(H)S



"...man ist aber nicht nur ein Störungsbild. Natürlich bin ich nicht nur meine AD(H)S, aber mein ganzes Leben ist durch diese AD(H)S geprägt und ich wäre heute ganz jemand anderes, hätte ich sie nicht." (weiblich, AD(H)S)

Diese Aussage stammt von einer unserer Interviewpartnerinnen, die wir nach den Faktoren befragt haben, die ihre berufliche Laufbahn prägen.

Wir, Frau Dr. Ortrud Sander und Ute Kögler, haben Berufstätige im Alter von ca. 30 – 60 Jahren mit und ohne AD(H)S interviewt, um aus deren Perspektive zu erfahren, welche Faktoren für den beruflichen Erfolg relevant sind und ob es Unterschiede zwischen Menschen mit und ohne AD(H)S gibt. Wir wollen authentische Aussagen vorstellen, denn:

"..das ist das, was mich in der Literatur auch häufig nervt, ... viele von den Leuten, die da schreiben sind relativ wenig selbst betroffen. Man merkt wirklich an den Veröffentlichungen, wer weiß wovon er redet." (weiblich, AD(H)S)

Die AD(H)S (Aufmerksamkeits-Defizit-Störung) galt lange als Störung, die ausschließlich im Kindes- und Jugendalter auftritt. Mittlerweile ist es Konsens, dass ca. 60 % der Betrof-

fenen auch im Erwachsenenalter Symptome einer AD(H)S aufweisen.

Bei einer Prävalenz von 4 bis 6% und bei einem Weiterbestehen bei ca. 60 % im Erwachsenenalter kann davon ausgegangen werden, dass ca. 1.5 bis 2 Mio. Erwachsene in Deutschland eine mehr oder weniger ausgeprägte Form der AD(H)S aufweisen. Bisher spielt das Thema AD(H)S und Beruf bei der Betrachtung der Erwachsenen-AD(H)S noch eine untergeordnete Rolle, aber die Kernsymptome der Aufmerksamkeitsstörung, Impulsivität und Affektlabilität, haben natürlich auch Auswirkungen im beruflichen Alltag.

"Ich denke, jedes AD(H)S ist anders und jeder Mensch mit AD(H)S hat ganz andere Interessen und ganz andere Stärken." (männlich, AD(H)S)

In der Literatur zum Thema AD(HS im Erwachsenenalter werden häufig anhand der Kernsymptome Berufe abgeleitet, die pauschal als geeignet bzw. ungeeignet für Menschen mit AD(H)S eingestuft werden. Allerdings finden sich in der Realität Menschen mit AD(H)S in allen Berufs- und Tätigkeitsfeldern, also auch außerhalb der empfohlenen Bereiche. Daraus folgert, bei der Ausbildungsund Berufswahl kommt es ganz entscheidend darauf an, die Bereiche zu erkennen, die einem Spaß machen, in denen man seine Stärken einsetzen und seine Schwächen vermeiden kann und hier gibt es AD(H)S spezifische Aspekte zu berücksichtigen.

"...erst mal das selber akzeptieren, dass (die Menschen) mit AD(H) S anders sind als manche andere und dann eben gucken, wo liegen meine Stärken und wo liegen meine Schwächen. Und mit diesem Anderssein eben versuchen, seinen eigenen Weg zusammenzubasteln." (männlich, AD(H)S)

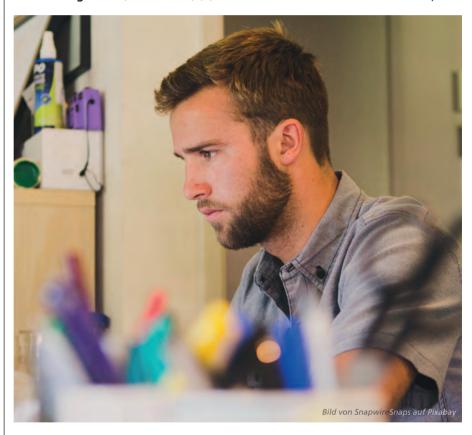
Das führt verstärkt dazu, dass man nicht unbedingt etablierten Karrierepfaden folgt, sondern sich berufliche Nischen sucht, was, wie die Erfahrung zeigt, bevorzugt in größeren Organisationen möglich ist.

Zudem betonen unsere Interviewpartner und -partnerinnen mit AD(H) S nahezu durchgängig, dass sie eine grobe Struktur brauchen, die ihnen Halt gibt, die aber andererseits Freiräume beinhaltet, die es erlauben, eigene Ideen zu verfolgen.

"Was ich positiv betrachte bei meiner Tätigkeit ist, dass ich sowohl Abwechslung als auch Gewohnheit habe. Die gewohnte Struktur jeden Tag ist, finde ich sehr gut, aber es entsteht nicht das Gefühl von Überdruss, weil jeder Tag gleich ist. Jeder Patient ist anders, jeder Patient ist eine neue Herausforderung und der muss ich mich neu stellen. So habe ich immer wieder etwas Neues, Interessantes, was mir leicht macht mich zu fokussieren Und so muss ich sagen, diese Kombination, die ich habe ist fast ideal in diesem Beruf. Also einerseits eine Tagesstruktur, gutes finanzielles Fundament ... und dass ich die Abwechslung habe, die ich brauche. (männlich, AD(H)S)

"Ich brauch da irgendwo einen, der die Richtung vorgibt, der dann aber einen braucht, der das kreativ umsetzt, der dann mit ganz frischem Wind das aufnimmt, weiterdenkt und solche Jobs sind natürlich sehr dünn gesät." (männlich, AD(H)S) umfangreiche Aufgaben, Probleme mit dem Vorgesetzten, aber auch Langeweile und Störungen aus der Arbeitsumgebung. Als Bewältigungsstrategien setzen sie Mehrarbeit, Ausschalten der externen Störfaktoren, Auszeiten und Pausen sowie Bewegung und Meditation ein.

Neben den Strategien die jedes Individuum für sich zur Stressbewältigung entwickeln kann, sind für den beruflichen Erfolg auch Faktoren, die in der Arbeitsorganisation, der Arbeitsumgebung liegen, maßgeblich und damit im Wesentlichen nur von Seiten des Unternehmens, der



Dieses problematische Spannungsverhältnis zwischen Struktur und individuellen Freiheiten wird von Menschen ohne AD(H)S, denen wir die gleichen Fragen stellten, nicht in dieser Form erwähnt.

Im Vergleich zu Menschen ohne AD(H)S ist Stress und Stressbewältigung für Menschen mit AD(HS ein großes Thema. Als Stressauslöser nennen sie vor allem Zeit- und Leistungsdruck, der u.a. bedingt ist durch eigene Langsamkeit, zu

der Institution, des Vorgesetzten gestaltbar.

"Routine demotiviert mich massiv...
Und ich glaube, wenn ich irgendwo
eine Leitungsstelle hätte, wo mir
eine Sekretärin zustehen würde,...
dann könnte ich auch richtig doll
Leitung machen."
(weiblich, AD(H)S)

Hier klingt an, dass viele Menschen mit AD(H)S den Eindruck haben, dass sie im beruflichen Umfeld ihr Potential nicht ganz einsetzen können. Dies ist umso bedauerlicher, da AD(H)S auch ihre positiven Aspekte hat.

"Den anderen helfen können, wenn Not am Mann ist, dann ist man besonders gut. Wenn richtig viel Stress ist, die anderen nicht mehr können, dann ist man gut." (männlich, AD(H)S)

"Also, ich versuch natürlich schon zu gucken nach Aufgabenfeldern, wo meine Stärken schon abgerufen werden wie Kreativität, Innovationswille. Ich hab überhaupt kein Problem radikal zu denken, vereinfachend zu denken, überhaupt mal anders zu denken. Das sind, das sind auch Sachen ohne dass ich die jemals fortgebildet hätte, die sind einfach so da" (männlich, AD(H)S)



Darüber hinaus nennen viele Menschen mit AD(H)S ihre Disziplin und Hartnäckigkeit im Verfolgen von Zielen als ihre besonderen Erfolgsfaktoren. Diese Aussage hat uns überrascht, denn sie widerspricht dem Tenor, den man in der AD(H)S-Literatur findet. Allerdings belegen die schulischen und beruflichen Wege unserer Befragten diese Erkenntnis in überzeugender Weise. So haben z. B. mehr als die Hälfte unserer Befragten mit AD(H)S ihr Abitur auf dem zweiten Bildungsweg erreicht und das z. T. über mehrere, man-



ches Mal auch ungeliebte Ausbildungsstationen, aber immer das gewünschte Berufsziel vor Augen.

"...Verbissenheit in der Zielverfolgung, also Verbissenheit in das
positive Licht gerückt, sehr ehrgeizig, dann bekomme ich, ja doch,
das will ich auch sagen, die Doppelbelastung zwischen Schule und
Arbeit gut unter einen Hut und kurz
umschrieben so eine Stehaufmännchen Qualität"
(männlich, AD(H)S)

Unsere Befragung hat noch viele weitere interessante Erkenntnisse zum Thema berufliche Erfolgsfaktoren zu Tage gefördert. Daher hoffen wir, sie in Kürze als Buch veröffentlichen zu können. Hier werden sie ausführlich dargestellt, sind eingebettet in wissenschaftlich-theoretische Ansätze und werden ergänzt um Hinweise und konkrete Umsetzungsvorschläge zur Förderung des beruflichen Erfolgs von Menschen mit AD(H)S in der beruflichen Praxis.

Die aktuellen Informationen zum Stand der Veröffentlichung können Sie auf www.koegler-berufsorientie rung.de finden.

Ute Kögler, Dr. Ortrud Sander

BIBLIOTHEK / BÜCHEREI

zum Thema AD(H)S

Gemeindebücherei Emmelshausen

Rhein-Mosel-Str. 87 56281 Emmelshausen Tel.: 0 67 47 / 59 73 63, F-Mail:

buecherei-emmelshausen@web.de

Ausleihzeiten:

dienstags von 09.00 bis 13.30 Uhr 16.00 bis 18.30 Uhr

mittwochs von 16.00 bis 18.30 Uhr freitags von 16.00 bis 18.30 Uhr

Öffentliche Bücherei der Ev. Kirchengemeinde Nastätten (online-Bibliothek)

Paul-Spindler-Str. 4, 56355 Nastätten Tel.: 0 67 72 / 96 16 86 E-Mail: buecherei@evKirche.de

Ausleihzeiten:

montags von 10.00 bis 11.30 Uhr donnerstags von 15.00 bis 18.00 Uhr jeden 1. So. im Monat von 10.30 Uhr bis 11.30 Uhr Die Ausleihe ist kostenlos!

Stadt- und Zentralbücherei der Verbandsgemeinde Westerburg Jahnstr. 22, 56457 Westerburg Tel.: 0 26 63 / 29 13 30

Ausleihzeiten:

dienstags von donnerstags von 14.30 bis 17.00 Uhr 14.30 bis 18.00 Uhr 10.30 bis 12.00 Uhr

Informationen und Bücher werden auch von den Juvemus Regionalgruppen (siehe Seite 4) zur Verfügung gestellt.

Drogen-Dealer kapern Versorgung von ADHS-Jugendlichen! Wo bleibt unsere Gegenstrategie?

Auszüge aus einem offenen Brief von DP Jörg Dreher an:

Bundespsychotherapeutenkammer (BPTK) / Landespsychotherapeutenkammern / Bundesärztekammer (BÄK) / Kassenärztliche Bundesvereinigung (KBV) / Kassenärztliche Vereinigung Rheinland-Pfalz

In den letzten Jahren bekomme ich in meiner Koblenzer Praxis immer häufiger aus weiter entfernten Regionen Anfragen bezüglich einer diagnostischen Abklärung von ADHS. Anfragen kommen von Hilfesuchenden z. B. aus Trier, Mainz oder Bonn. Es gibt viele regionale "blinde Flecken" bei Diagnostikern und Behandlern des adulten ADHS, auch in Trier finden junge Menschen häufig keine Ansprechpartner.

Wenn ADHS-Betroffene volliährig werden, brauchen sie erneut eine Diagnose, um weiterhin vom Facharzt Medikamente bekommen zu können. Unzählige Male berichten Patienten jedoch davon, dass sie bei Verdacht auf ADHS schon am Telefon abgelehnt werden. Man stelle sich den Aufschrei vor, würden Patienten, die am Telefon über mögliche Diabetes Symptome klagen, von 90% der Hausärzte keinen zeitnahen Termin bekommen, sondern auf eine Diabetes-Ambulanz verwiesen, die erst in einem Jahr einen Termin anbietet. Wenn diese jungen Erwachsenen jedoch keine Stimulanzien mehr erhalten, schaffen sie häufig ihre Berufsausbildungen oder Schul- und Studienabschlüsse nicht.

Weder Diagnostiker, noch Ärzte, die Medikamente verschreiben, sind leicht zu finden. Außerdem ist festgestellt worden, dass Patienten, die ohne umfassende Vermittlung von Störungsbildwissen, Psychoedukation und häufig notwendiger Psychotherapie nur Medikamente verschrieben bekommen, scheitern. Nicht zuletzt müssen bereits entstandenen psychischen Folgeerkrankungen der ADHS behandelt werden.

Die Schwierigkeit der jetzt erwachsen gewordener "ADHS-Kinder", weiter ihre Medikamente zu bekommen und darüber hinaus umfassend behandelt und betreut zu werden.

scheint ein bundesweites Problem zu sein. Fragen Sie die Selbsthilfeverbände ADHS-Deutschland und Juvemus

... Eine ADHS-Abklärung findet selbst in großen psychiatrischen Krankenhäusern nicht obligatorisch statt, sondern nur auf Drängen der Patienten selbst. Gerade im Suchtbereich bedeutet dies, dass sowohl die Diagnostik als auch die Therapie viel zu kurz greifen. Wir sollten uns darüber hinaus eingestehen, dass die Schlacht um Therapie bzw. Medikation fürdie 12- bis 20-jährigen ADHS-Patienten⁵ in den letzten 10 Jahren eindeutig und mit Abstand von den THC-Dealern gewonnen wurde.

... So sollten wir unser Therapie-Angebot an Kinder und Jugendliche überprüfen, um mehr "Marktanteile" zu bekommen. Dealer erreichen unsere Patienten häufig schon auf dem Pausenhof der Schule. Haben Sie schon einmal Psychotherapeuten oder Sozialarbeiter auf dem Pausenhof gesehen, die Aufklärung in Sachen Aufmerksamkeitsstörung machen?...

... Differenzierte Versorgungskonzepte müssen erst noch entwikkelt werden, bei vielem sind wir ganz am Anfang! Die Programme zur Aufklärung und für Interventionen bei ADHS sollten Personen aus allen Lebensbereichen erreichen, die mit aufmerksamkeitsgestörten Menschen zu tun haben: Eltern, Angehörige, Erzieher, Lehrer, Sozialpädagogen, Psychotherapeuten, Haus- und Fachärzte, Richter, Polizisten, Behördenmitarbeiter, Arbeitgeber und Kollegen müssten angesprochen werden...

... Im Übrigen stellt jeder Psychologe oder Arzt, der mit ADHS-Betroffenen arbeitet, fest, wie dankbar diese Patienten sind und wie gut ihnen geholfen werden kann. So schöne Therapieerfolge, wie sie im Bereich ADHS möglich sind, kannte die Psychiatrie bisher überhaupt noch nicht! ...

... "Wir empfehlen unseren Mitgliedern, sich in Diagnostik und Therapie des adulten ADHS fort**zubilden.** Schon die hohe Prävalenz dieses Störungsbildes macht es nicht möglich, dass Verdachtsdiagnosen zur Abklärung ausschließlich an universitäre Ambulanzen verwiesen werden. Diese Ambulanzen stellen eine Hürde dar, weil sie meistens sehr lange Wartezeiten haben. Wir haben es derzeit mit einem großen Transition Gap zu tun; es "verschwinden" nämlich u. a. mangels Möglichkeiten zur Testung zahlreiche ADHS-Diagnosen bei Patienten am Übergang ins Erwachsenenalter, sodass notwendige Weiterbehandlungen nicht mehr stattfinden. Da bekanntermaßen unbehandelte AD HSler mit der Zeit weitere psychiatrische Erkrankungen (insbesondere im Suchtbereich) entwickeln, ist eine gelungene Transition eine lohnende Aufgabe. Eine psychiatrische Diagnostik und Verhaltensanalyse bei erwachsenen Patienten sollte eine ADHS-Abklärung einschließen, anso sten ist sie unvollständig."

Die Kammern und Berufsverbände könnten darüber hinaus auf die bundesweite Fortbildungs-Initiative Mailing-Liste adultes ADHS, von Pascal Klingmann und mir, hinweisen. Wir haben zwischenzeitlich bundesweit über 150 Mitglieder und helfen auch dabei, regionale und überregionale Online-Supervisionsgruppen zu diesem Thema zu entwickeln.

Mit freundlichen Grüßen DP Jörg Dreher

⁵ Dr. Wolfgang Kömen: Diagnostik der ADHS bei Kindern und Jugendlichen, o. J.

Den vollständigen Brief finden Sie auf unserer Homepage unter www.juvemus.de

Einladung zur virtuellen Mitgliederversammlung

Der Vorstand der Vereinigung zur Förderung von Kindern und Erwachsenen mit Teilleistungsschwächen Juvemus e.V. lädt zur Jahreshauptversammlung gem. §9 der Vereinssatzung ein.

Die Anmeldung muss per E-Mail an unsere Geschäftsstelle gf@juvemus.de erfolgen oder schriftlich unter Angabe einer E-Mailadresse an unsere Geschäftsstelle, Brückenstr. 25, 56220 Urmitz gesendet werden. Angemeldete Mitglieder erhalten dann einen Link zur Teilnahme.

Datum: 20. März 2021

Ort: Per Freifunk als Video - Veranstaltung

<u>Teil 2 – Beginn:</u> <u>14.30 Uhr – JHVS – Tagesordnung</u>

TOP 1: Begrüßung durch die 1. Vorsitzende

TOP 2: Genehmigung der Tagesordnung / evtl. Ergänzungen

TOP 3: Bericht der 1. Vorsitzenden
TOP 4: Bericht der Geschäftsführerin
TOP 5: Bericht des Kassenwartes
TOP 7: Bericht der Rechnungsprüfer

TOP 8: Antrag auf Entlastung des Vorstands
TOP 9: Wahl eines Versammlungsleiters
TOP 10: Neuwahl des Vereinsvorstands

1) 1.Vorsitzende/r
 2) 2. Vorsitzende/r
 3) Kassenwart/in
 4) Schriftführer/in
 5) Beisitzer/innen

6) Rechnungsprüfer/innen

TOP 11: Satzungsänderungen

§ 15 Datenschutz

Der Verein verarbeitet von seinen Mitglieder/Innen die folgenden Daten: Name, Anschrift, Kontaktdaten, vereinsbezogene Daten (Eintritt, Ehrungen, ausgeübte Ämter) sowie Bankdaten für den Bankeinzug (SEPA-Lastschrift-Verfahren) Eine Weitergabe der Daten erfolgt nur, soweit dies rechtlich geboten ist. Näheres regelt die Datenschutzordnung, zu deren Einhaltung sich

der Vorstand bereits 2018 verpflichtet hat.

§ 16 Möglichkeiten der virtuellen Versammlung

Die Mitgliederversammlung kann als Präsenzveranstaltung oder als sog.

virtuelle oder hybride Versammlung durchgeführt werden. Die Form ist durch den Vorstand bei der Einladung festzulegen.

TOP 12: Vereinsaktivitäten 2021 TOP 13: Verschiedenes, Austausch

Anmeldeschluß ist Freitag 19.3.2021 um 12:00 Uhr

Bitte informieren Sie sich einige Tage vor der Mitgliederversammlung, ob aufgrund der Corona-Pandemie sich Änderungen ergeben haben. Vielen Dank!

Anträge auf Erweiterung der Tagesordnung bitte bis zum 12. März schriftlich in der Geschäftsstelle einreichen.

Wir freuen uns auf zahlreiche interessierte Vereinsmitglieder.