

Themenabende / Therapiegruppe

Akademiker*in_(usw.) ... mit ADHS

Höhere Intelligenz hilft oft bis ins Erwachsenenalter dabei, ADHS-Problematiken zu kompensieren, um nicht aufzufallen. Doch im Inneren sieht es anders aus: Kompensations- und Anpassungsdauerleistungen, Überkontrolliertheit und die Angst „aufzufliegen“ verhindern oft fehlende Sicherheit in Job und Beziehungen und können zur Erschöpfung führen. Unerledigtes in Bereichen des Alltags, Überforderungsgefühle - welchen mit Wissen und Intelligenz nicht beizukommen ist – belasten, zusätzlich zu den „unverständlichen“ Fehlleistungen. Das Verständnis der Umgebung ist gering: „Du kannst das sicher, du bist doch so intelligent!“

Akademiker*innen besuchen eher keine ADHS-Gruppen, sie haben andere als die dort besprochenen Themen. Der Bedarf an Austausch besteht, ein passendes Gefäss fehlt jedoch.

Themen:

- was sind spezifische ADHS-Schwierigkeiten im Alltag von Akademiker*innen?
- wurden die Diagnose aufgrund der kognitiven Fähigkeiten sehr spät gestellt? Mit welchen Konsequenzen?
- welche Bedürfnisse bestehen, was wäre hilfreich?
- Wunschthemen

Datum / Zeit: zu bestimmen. 18 - 20 Uhr

Ort: Hodlerstrasse 16, Bern

Kosten: Fr. 40 inkl. Snacks und Getränke (mit ärztlicher Verordnung auf Krankenkasse)

Gruppengrösse: max. 10 Teilnehmende

Moderation / Leitung: Ruth Joss, Ergotherapeutin HF

Anmeldung, Fragen, Themenwünsche: kurse@dieergopraxis.ch