hhu.

BARRIEREFREIHEIT.NRW

Einblicke in das Studium mit AD(H)S

Fiona Hübner

5. November 2026

BBST Beratungsstelle des Beauftragten für Studierende mit Behinderung oder chronischer Erkrankung

Unser Plan für heute

Heinrich Heine
Universität Düsseldorf

- Was erwarten Sie bei einem Studium mit AD(H)S?
- Keine Modekrankheit, aber ein aktuelles Thema!
- So äußert sich AD(H)S im Studium
- Fallbeispiele aus dem AD(H)S Treff der HHU
- Nachteilsausgleiche
- (Digitale) Barrierefreiheit und EU-Richtlinien
- Teamwork makes the dream work!

Heinrich Heine
Universität Düsseldorf

Was erwarten Sie bei einem Studium mit AD(H)S?

Ihre Erfahrungen und Erwartungen

Heinrich Heine
Universität Düsseldorf

Keine Modekrankheit, aber ein aktuelles Thema!

Geschichtlicher Hintergrund AD(H)S

Heinrich Heine
Universität Düsseldorf

- **1844** entstand in Frankfurt das Buch "Der Struwwelpeter" von Heinrich Hoffmann
- **1937** schrieb Dr. Charles Bradley über die hilfreiche Wirkung der Stimulantien auf verhaltensauffällige Kinder
- **1965 – 1885** erschienen in Deutschland über 250 Arbeiten die sich ausschließlich mit diesem Thema beschäftigten, von medizinischer, psychologischer und pädagogischer Seite
- **1998** veröffentlichten Droll, Krause/Krause und Trott die erste Leitlinie für Erwachsene: „ADHD im Erwachsenenalter“
- In den **1990er** Jahren begann die Forschung zu AD(H)S bei Studierenden und hat in den letzten Jahren stetig zugenommen

AD(H)S Heute

Heinrich Heine
Universität Düsseldorf

- Klinische Perspektive: Eine neuromentale Entwicklungsstörung
- Neurodiversitätsparadigma: Teil der menschlichen Vielfalt
- Kann bereits im Kindesalter festgestellt werden
- Spätdiagnosen im Studium oder Berufsleben durch neue Herausforderungen

AD(H)S Heute

- Diagnostikverfahren:
  - Selbsteinschätzungsfragebogen + Interview
  - Einschätzung durch Angehörige
  - Differentialdiagnose
- Nach Diagnose:
  - Medikamente
  - Therapie
  - Selbsthilfe
  - Lebensstil
  - Nachteilsausgleich

Zitat (Studienbefragung NRW)

„Hemmung nach Ausnahme/Extrawurst zu fragen [ist] bei mir sehr groß, da ich oft auch ohne spezielles Setup auskomme - aber dann erst spät merke, dass es doch nicht geht.“

Heinrich Heine
Universität Düsseldorf

So äußert sich AD(H)S im Studium

Aus der Sicht der Studierenden

Heinrich Heine Universität Düsseldorf

LEGO Serious Play Workshop: Ein erfolgreiches Studium mit AD(H)S

Gruppe 1

Da helfen gute Zwischenziele.

Am Anfang stehen wir vor vielen Hürden…

Nach vielen Lernerfolgen schaffen wir es auch irgendwie, irgendwann!

Das hier sind die Überflieger, ihnen fällt alles leichter. Sie wollen nichts mit uns zu tun haben.

Aus der Sicht der Studierenden

Heinrich Heine
Universität Düsseldorf

LEGO Serious Play Workshop: Ein erfolgreiches Studium mit AD(H)S

Gruppe 2

Ganz am Anfang gibt es viele Hürden, der Weg ist noch unklar…

Wir schaffen es glücklich und zufrieden durchs Ziel, endlich bestanden!

Auf halbem Weg haben wir schon einige wichtige Erkenntnisse hinter uns, besonders über unsere eigenen Fähigkeiten und Bedürfnisse.

Herausforderungen

- Aufmerksamkeit
- Planung und Organisation
- Gruppenarbeiten
- Reizüberflutung und Selbstregulation
- Orientierung auf dem Campus

Zitat (Studierendenbefragung NRW)

Heinrich Heine
Universität Düsseldorf

„Ich bräuchte dringend Hilfe beim Organisieren von Hausarbeiten, da ADHS, aber kenne keine assistiven Technologien und bezweifle, dass meine Uni sie anbieten würde, wenn nicht mal Anträge auf Nachteilsausgleiche bei ADHS angenommen werden (Aussage der Zuständigen für Studierende mit Behinderungen).

Ohne diese Hilfe schaffe ich es derzeit nicht mein Studium zu beenden, mir fehlen nur noch Hausarbeiten für meinen Studienabschluss.“

Stärken

- Neugier
- Hyperfokus
- Kreativität
- Begeisterungsfähigkeit
- Flexibilität

Zitat (Offener Treff HHU)

Heinrich Heine
Universität Düsseldorf

„Ich schaffe die Sachen vielleicht nicht in genau der Zeit oder auf dem Weg den ich mir wünsche aber ich werde sie irgendwann und irgendwie machen, ich habe ganz viel Zeit.“

Fallbeispiele aus dem AD(H)S Treff der HHU

Nachteilsausgleiche (NTA)

Definition

Heinrich Heine
Universität Düsseldorf

ADHS Deutschland e. V. Projekt „Studium mit ADHS und/oder Autismus“

- „Nachteilsausgleiche sind Maßnahmen, die notwendig sind, um die Lücke zwischen dem rechtlichen Anspruch auf gleichberechtigte Teilhabe und der tatsächlichen Situation an Hochschulen zu überbrücken.“
- „Ein Nachteilsausgleich soll Chancengleichheit herstellen, ohne dabei aber die fachlich-inhaltlichen Leistungsanforderungen in Bezug auf Wissen und Kompetenzen des Studiengangs zu verändern.“

NTA bei Lehrveranstaltungen

Heinrich Heine
Universität Düsseldorf

Beispiele

- Struktur und Wissensvermittlung
  - Folien im Voraus erhalten
  - Aufzeichnung der Lehrveranstaltung zur Nachbereitung
  - Klare, schrittweise Anweisungen
- Sensorik und Raumgestaltung
  - Erlaubnis zur Nutzung von Noise-Cancelling Kopfhörern
  - Erlaubnis zur Nutzung von Konzentrationsfördernden Hilfsmitteln (Fidgettoys)
  - Feste Sitzplätze (erste Reihe, nahe eines Ausgangs)

Zitat (Studierendenbefragung NRW)

Heinrich Heine
Universität Düsseldorf

„Aufgrund von ADHS ist es für mich manchmal leichter Videos zu folgen, wenn ich sie schneller abspielen kann. Es wäre hilfreich, wenn es dafür mehr digitale Möglichkeiten gäbe.“

NTA in Prüfungssituationen

Heinrich Heine
Universität Düsseldorf

Beispiele

- Verlängerung der Prüfungszeit oder Pausenregelung mit Zeitstopp
- Anpassung des Prüfungstermins oder Aufteilung auf mehrere Prüfungstermine
- Erlaubnis von zusätzlichen Materialien (Notizzettel und Stift)
- Bereitstellung der Prüfungsfragen und –texte in angepasster Form (übersichtlicher gestaltet, Bionic Reading)
- Seperater Prüfungsraum
- Nutzung von Hilfsmitteln (Ohrstöpsel)

Zitat (Offener Treff HHU)

„Könnte ich eine digitale Prüfung gleichzeitig auch ausgedruckt erhalten um eine bessere Übersicht zu erhalten?“

NTA bei Studienorganisation

- Organisation und Planung
  - Regelmäßige Gesprächstermine zur Planung und Strukturierung des Studienverlaufs
- Klare, schriftliche Kommunikation
  - Schriftliche Bestätigung von mündlichen Absprachen
  - Eindeutige Formulierung von Erwartungen und administrativen Prozessen

Heinrich Heine
Universität Düsseldorf

(Digitale) Barrierefreiheit und EU-Richtlinien

Recht auf Barrierefreiheit

- „Als öffentliche Einrichtungen sind Hochschulen in Deutschland spätestens durch das Inkrafttreten des Barrierefreiheitsstärkungsgesetzes (BFSG) am 28.06.2025 verpflichtet, digitale Inhalte barrierefrei bereitzustellen.“
- WCAG 2.2 (Web Content Accessibility Guidelines, Version 2.2)
  - → Checklisten

Heinrich Heine
Universität Düsseldorf

Teamwork makes the dream work!

Vielen Dank für Ihre heutige Teilnahme!

5. November 2026

BBST Beratungsstelle des Beauftragten für Studierende mit Behinderung oder chronischer Erkrankung

Quellen

- Green, A. L., & Rabiner, D. L. (2012). What Do We Really Know about ADHD in College Students? Neurotherapeutics, 9(3), 559–568. https://doi.org/10.1007/s13311-012-0127-8
- https://adhs-deutschland.de/adhs-adhs-ads/die-aufmerksamkeits-defizit-hyperaktivitaets-stoerung-adhs-frueher-hyperkinetisches
- https://www.haw-hamburg.de/fileadmin/Studium/Studieren_mit_Beeintraechtigung/ADHS_im_Studium_HAW.pdf
- Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörung (AD(H)S) – Studieren mit psychischer Erkrankung und Neurodivergenz: (wie) geht das?
- https://adhs-deutschland.de/sites/default/files/pdf-upload/2026-04/Studium%20im%20ADHS-%20und%20Autismus-Spektrum%20-%20%C3%9Cbersicht%20m%C3%B6glicher%20Nachteilsausgleiche.pdf
- Leitfaden barrierefreie Dokumente