

## Seminar - ADHS & der Weg in die Berufswelt

Orientierung, Verständnis & konkrete Unterstützung



### Wie gelingt der Einstieg in die Berufswelt trotz (oder gerade mit) ADHS?

In diesem praxisnahen Seminar beleuchten wir die Herausforderungen, Potenziale und konkrete Strategien für Jugendliche und junge Erwachsene mit ADHS auf ihrem Weg ins Berufsleben.

### Inhalte des Seminars

- Was ist ADHS – speziell im Jugend- und jungen Erwachsenenalter
- Folgen unbehandelter ADHS
- ADHS und Berufswahl: Schwierigkeiten & Stärken
- Umgang mit Stress, Struktur, Bewerbung & Kommunikation
- Offenlegung der Diagnose im Betrieb – ja oder nein?
- Anregungen zur Unterstützung von Betroffenen durch Berufsbildende/Arbeitgebende
- Unterstützungsangebote
- Raum für Fragen, Austausch





**ADHS** bedeutet nicht nur Herausforderungen, sondern bringt auch besondere Stärken wie **Kreativität**, **Energie** und **unkonventionelles Denken** mit sich, die in der richtigen Umgebung zur echten **Superkraft** werden können.

### Für wen ist es geeignet?

- Jugendliche und junge Erwachsene mit (Verdacht auf) ADHS
- Eltern und Angehörige
- Lehrpersonen, Berufsbildende, Arbeitgebende

### Seminarkosten

Einzelpersonen CHF 180.-  
Schüler:innen & Lernende CHF 160.-  
Elternpaare (2 Personen) CHF 320.-  
Alle Preise inklusive Unterlagen, Getränke & Snacks

### Seminarort

varia vita  
Praxis für psychologische Beratung  
Spitalgasse 16, 4900 Langenthal

### Seminarleiterin

Claudia Rosa Stenger  
Psychologische Beraterin, Coach und Referentin (ADHS, Stress und Burnout)

### Seminartermine

Freitag 20.06.25 19 Uhr	Samstag 21.06.25 14 Uhr	Freitag 04.07.25 19 Uhr	Samstag 05.07.25 14 Uhr	Freitag 11.07.25 19 Uhr	Samstag 12.07.25 14 Uhr
Freitag 17.10.25 19 Uhr	Samstag 18.10.25 14 Uhr	Freitag 07.11.25 19 Uhr	Samstag 08.11.25 14 Uhr	Zusätzliche Termine für Gruppen können angefragt werden.	