



BeFa 2019

6. Nationale ADHS-Tagung für Betroffene und Fachpersonen

ADHS – (K)Ein Thema mehr?

auswirkungen-digitalisierung@hilfe/suche.adhs

Samstag, 22. Juni 2019 08.15 – 16.00 h

Universität Zürich, Rämistrasse 71, 8006 Zürich

Anreise siehe unter: www.uzh.ch anreisen

Einführungsreferat **Daniel Ammann**, Informatiker «**Digitalisierung – und jetzt?**»

1. Hauptreferat Prof. Dr. med. Dipl.-Psych. **Susanne Walitza**

«ADHS und pathologischer Internetgebrauch»

2. Hauptreferat **Ralph Widmer**, Unternehmer, Marketingprofi und Influencer

**«Mit ADHS zum erfolgreichen
Online-Unternehmer»**

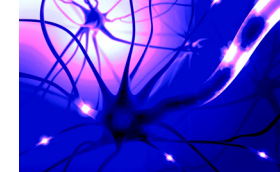
Sowie 8 Workshops/Referate



Schweizerische Fachgesellschaft ADHS
Société suisse pour le TDAH
Società svizzera per l'ADHD
Swiss Society for ADHD



ADHS-Organisation
Dachverband Schweiz
Aktiv Dynamisch Handelnd Stärkend



Programm

08.15 – 09.00 h	Registrierung und Willkommenskaffee
09.00 – 09.15 h	Begrüssung und Einführungsreferat « Digitalisierung – und jetzt? » Daniel Ammann erklärt die Digitalisierung kurz und knackig.
09.15 – 10.15 h	1. Hauptreferat « ADHS und pathologischer Internetgebrauch » Prof. Dr. med. Dipl.-Psych. Susanne Walitza Ordentliche Professorin für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Universität Zürich, Ärztliche Direktorin Kinder- und Jugendpsychiatrischer Dienst des Kantons Zürich
10.15 – 10.40 h	Pause
10.40 – 11.40 h	2. Hauptreferat « Mit ADHS zum erfolgreichen Online-Unternehmer » Ralph Widmer , Unternehmer, Marketingprofi
11.40 – 12.10 h	« Digitalisierung – alles klar? » Podiumsgespräch mit Fragen aus dem Publikum. Moderation Ursula Amman , MAS Supervision und Coaching iap ZHAW; ADHS-Coaching-Praxis in Laufen Begleitet von «Stegreif Comedian» Christian Käser alias Pumpnickel
12.10 – 13.30 h	Mittagspause
13.30 – 14.30 h	*Workshops/Kurzreferate Nr. 1 – 8
14.30 – 15.30 h	*Workshops/Kurzreferate Nr. 1 – 8
15.30 – 16.00 h	Abschluss, Verdankung und Showblock mit Pumpnickel

* Alle Workshops/Kurzreferate werden zweimal durchgeführt.

1. Hauptreferat ADHS und pathologischer Internetgebrauch

Prof. Dr. med. Dipl.-Psych. **Susanne Walitza**

Sowohl die ADHS bei Kindern und Jugendlichen als auch die pathologische Internetnutzung / Gaming sind bei Kindern häufig und kommen sehr oft auch gemeinsam vor. Laut Literatur kann ADHS als Risikofaktor für die Entwicklung der Internet- oder Computersucht angesehen werden (Barth und Renner 2015). Es wurde festgestellt, dass beide Störungen eine präfrontale Dysregulation auf dopaminergem Ebene zeigen. Gamen und pathologischer Internetgebrauch wurden als mögliche Selbstmedikation beschrieben, die mit stimulierenden Medikamenten wiederum reduziert werden konnte (Han et al., 2009). Früherkennung und frühzeitige Interventionen sind erforderlich, um einen chronischen Verlauf und eine interaktive Verstärkung beider Erkrankungen zu verhindern. Eine evidenzbasierte Behandlung von ADHS und eine individualisierte Therapie des übermässigen Computerspielens sollten parallel erfolgen. Patienten und ihren Eltern soll eine intensive Schulung angeboten werden – insbesondere bei chronischen Verläufen, sozialer Isolation und verstärkt aggressivem Verhalten. Die positiven und negativen Auswirkungen der Internetnutzung müssen für jeden Patienten sorgfältig abgewogen und Alternativen zum Spiel-Verhalten implementiert werden.

2. Hauptreferat «Mit ADHS zum erfolgreichen Online-Unternehmer»

Ralph Widmer, Blogger, Influencer und Marketingprofi

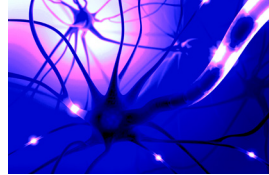
Die Digitalisierung ist zu einem wichtigen Wirtschaftszweig geworden. Sie bietet viele Möglichkeiten für Menschen mit ADHS, aber auch Gefahren. Welche Erfahrungen habe ich mit meinem ADHS und der Digitalisierung gemacht? Wie habe ich es geschafft, als Online-Unternehmer erfolgreich zu sein? Diese und andere Fragen wird mein Referat beantworten.

Workshops/Referate

* Diese Referate/Workshops richten sich an alle Teilnehmenden

** Diese Referate/Workshops richten sich hauptsächlich an Fachpersonen

*** Diese Referate/Workshops richten sich an Jugendliche und junge Erwachsene



1* Kurzreferat «Digitalisierung in der Berufswelt – Chancen oder Risiko?»

Liliane Müller, Dr. phil. Psychologin und Berufs-, Studien- und Laufbahnberaterin, Laufbahnzentrum Stadt Zürich

Die Digitalisierung macht vor der Berufswelt nicht halt. Im Gegenteil. Neue Berufe entstehen, bestehende verändern sich oder verschwinden ganz. Im Kurzreferat wird aufgezeigt, welche Berufe davon betroffen sind, wie der Einstieg gelingt und welche Chancen sich daraus für Menschen mit ADHS ergeben.

2* Kurzreferat «Gamen, chatten & Eltern, die nur noch hypern!»

Prof. Dr. Allan Guggenbühl, Psychologe, Dozent für Psychologie und Pädagogik an der Pädagogischen Hochschule des Kantons Zürich, Leiter des Instituts für Konfliktmanagement und Mythodrama (IKM)

Auswirkungen der Digitalisierung auf Kindheit & Erziehung. Ein Grossteil des Alltags der Kinder und Jugendlichen dreht sich um digitale Medien. Bis in die Morgenstunden wird gegamert, täglich bis 200mal das Handy benützt und eigenes Wissen wird im Internet heruntergeladen. Im Vortrag geht es um die Auswirkung der Digitalisierung auf Kinder und Jugendliche und mögliche erzieherische Schlussfolgerung.

Literaturhinweis: *Für mein Kind nur das Beste. Wie wir unseren Kindern die Kindheit rauben.*

Prof. Dr. Allan Guggenbühl Kinder wachsen heute gesünder und in grösserem Wohlstand auf. Sie werden nach allen Regeln der Kunst erzogen, gefördert, unterstützt. Eine Art Goodwill-Diktatur, die das Glück unserer Kinder natürlich mit dem «Little Nanny» Ortungsapp überwacht. Beteiligt dran sind viele: Eltern, Kindergärten und Schule, die Alten – denn sie wissen, was das Beste für unsere Kinder und Jugendlichen ist. Ein wichtiges, nachdenkliches Plädoyer für die Bewahrung der Kindheit. Kinder sind nicht unfertige Erwachsene, sondern Menschen mit eigenem Profil, eigenen Bedürfnissen und dem Recht auf eine Kindheit. (Orell-Füssli Verlag).

3* Kurzreferat «Vom Aufschieber zum Lernprofi»

Fabian Grolimund, Akademie für Lerncoaching, Zürich

«Bah, ich hab einfach keine Lust!», «Warum muss ich das machen?» oder «Das ist so ein Berg, das schaffe ich nie!» – ADHS-Betroffene schieben gerne und oft alles Mühsame vor sich her. Dadurch wachsen nicht nur die Arbeitsberge, sondern auch das schlechte Gewissen und die Konflikte mit Eltern oder Partner/in, Lehrpersonen oder Arbeitgeber. Doch wie packt man unangenehme Aufgaben an? In diesem Workshop erfahren Sie, weshalb wir aufschieben und vor allem, was wir dagegen tun können.

4* Referat «ADHS – Hilfe – Digitalisierung?!»

Susanne Biasio, Praxis für Entwicklungsförderung / Lerntherapie nach PÄPKi® Uster

In unserem ersten Lebensjahr durchlaufen wir den neuromotorischen Aufrichtungsprozess. Er ist von sehr grosser Bedeutung für unsere spätere Entwicklung und die kognitive Leistungsfähigkeit in Schule und Beruf. Treten in dieser frühen Phase Abweichungen auf, finden alle Lernbemühungen auf einem wackeligen, sensomotorisch desintegrierten Fundament statt. Lern- und Verhaltensauffälligkeiten können die Folge sein. Auf ihrer Suche nach Selbstbestätigung flüchten diese trotz allem genialen Menschen in die digitale Welt. Ist die Digitalisierung Fluch oder Segen für ADHS-Betroffene? Und wie könnte die PÄPKi®-Therapie helfen?

5** Kurzreferat «Was können wir aus personalisierten ADHS-Modellen lernen? Neuronen in der Petrischale»

Frau Prof. Edna Grünblatt, Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie Universität Zürich, Laborleitung

Über ADHS ist viel bekannt, aber die zellulären und molekularen Prozesse liegen noch im Dunkeln. Im Referat werden neue Forschungsprojekte und erste Ergebnisse von Verfahren vorgestellt, bei denen aus Haarwurzeln von Menschen mit ADHS und von Kontrollprobanden Stammzellen hergestellt werden, die zwei oder mehrere verschiedene, unterschiedlich differenzierte Zellen bilden können. Diese Stammzellen werden schliesslich zu naturierten Neuronen entwickelt, um die Differenzierung und Reifung der Neuronen zu beobachten und daraus zu lernen, weshalb manche Patienten mit ADHS auf bestimmte Therapien ansprechen und andere nicht.

6*** Workshop «Interaktiver-Live-Digital Workshop mit dem Tool «Poll Everywhere»

Ralph Widmer, Online-Unternehmer, Zürich

Das junge Publikum kann über eine APP live & interaktiv Fragen zum Thema ADHS & Digitalisierung, Zukunft, Probleme, Herausforderungen usw. stellen, Umfragen generieren, Statistiken zeigen und mehr. Wir erleben live, wie die Digitalisierung informativ helfen kann.

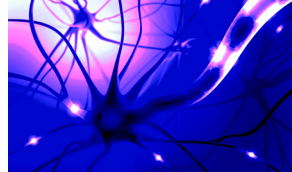
*Moderation: Prof. Dr. med. **Dominique Eich-Höchli**, Psychiaterin Zürich und Co-Präsidentin der Schweizerischen Fachgesellschaft ADHS, Co-Moderation **Daniel Ammann**, Informatiker*

Iris Schrepfer, Gaby Stampfli, Susanne Friedli
Ernährungsberaterinnen, Bedarfsorientierte Ernährung (BoE) Schweiz

Ausklang mit Christian Johannes Käser alias **Pumpernickel**



Als «Pumpernickel» (www.pumpernick.ch) singt er improvisierte Lieder, nennt dies musikalische «Stegreif Comedy», bereist damit die Kleinkunsthöhlen der Schweiz und begeistert auch in Kursen zunehmend mehr Leute für improvisierten Gesang. In seinen Trainings an Hochschulen und für Unternehmen schult er mit Hilfe der Techniken aus Theater und Improvisation Leute aus verschiedensten Bereichen in Kommunikation und Präsenz. Dabei nutzt er seinen Hintergrund als studierter Philosoph und seine Erfahrungen als Berufsschullehrer.



Organisatorisches

DATUM	Samstag, 22. Juni 2019
ORT	Universität Zürich, Rämistrasse 71, 8006 Zürich
ZEIT	08.15 – 16.00 h
VORVERKAUF	Rabatt bei Anmeldung bis 31. Mai 2019 Fr. 150.– Einzel-Mitglieder von elpos & SFG ADHS, Paar-Mitglieder Fr. 220.– Fr. 190.– Nichtmitglieder, Paare Fr. 290.– Fr. 60.– für Jugendliche zwischen 16 - 25 Jahren Fr. 60.– Student/-innen (nur mit gültigem Ausweis) Gratis für Jugendliche bis 16 Jahre
AB 01. JUNI 2019	Fr. 170.– Einzel-Mitglieder von elpos & SFG ADHS, Paar-Mitglieder Fr. 240.– Fr. 210.– Nichtmitglieder, Paare Fr. 340.– Fr. 60.– für Jugendliche zwischen 16 - 25 Jahren Fr. 60.– Student/-innen (nur mit gültigem Ausweis) Gratis für Jugendliche bis 16 Jahre <i>Der Tagungseintritt beinhaltet Verpflegung inkl. Getränke.</i> <i>Handouts sind nach der Tagung auf der Homepage www.befa-adhs.ch abrufbar.</i> <i>Der Zugangscode wird an der Tagung bekannt gegeben.</i>

Anmeldung

ONLINE bis 18.06.2019 unter www.befa-adhs.ch

POSTANSCHRIFT: befa-adhs, Beckenburgstrasse 10, 8212 Neuhausen

TELEFONISCHER KONTAKT: 079 623 19 51 (jeweils Montag, Mittwoch und Freitag)

BEZAHLUNG: Die Anmeldung ist erst mit dem Einzahlungseingang definitiv.

Abmeldungen 30 bis 15 Tage vor dem Anlass werden mit einem Verwaltungsaufwand von **Fr. 25.–** belastet. Danach ist nur noch die Hälfte des Beitrages zur Rückzahlung möglich.

Veranstalter und Organisator

ADHS-Organisation elpos Schweiz & Schweizerische Fachgesellschaft SFG ADHS

Regionale ADHS-Organisationen

elpos Bern
BE, FR, VS, Deutschfreiburg,
Oberwallis
www.elposbern.ch
bern@elpos.ch

elpos Nordwestschweiz
AG, BL, BS, SO
www.elposnordwest.ch
nordwestschweiz@elpos.ch

elpos Ostschweiz
AI, AR, GR, SG, TG
www.elpos-ostschweiz.ch
ostschweiz@elpos.ch

elpos Zentralschweiz
LU, NW, OW, SZ, UR, ZG
www.elpos-zentralschweiz.ch
zentralschweiz@elpos.ch

elpos Zürich
GL, SH, ZH
www.elposzuerich.ch
zuerich@elpos.ch

ASPEDAH Suisse Romande
NE, JU; VD, VS, GE,
BE francophone
www.aspedah.ch
apedah@apedah.ch

Dachverband elpos Schweiz
3084 Wabern
www.elpos.ch
sekretariat@elpos.ch

Kooperations-Partner
Schweizerische Fachgesellschaft ADHS
www.sfg-adhs.ch
sekretariat@sfg-adhs.ch