######

**Begeleiding van studenten met AD(H)D**

Aanbevelingen voor studieloopbaanbegeleiders om studenten met AD(H)D te begeleiden.

######

Deze reader is opgesteld naar aanleiding van

 het afstudeeronderzoek:

‘Hersenstorm, Windkracht 8’
*Begeleiding aan studenten met AD(H)D in het Hoger Beroepsonderwijs*

**Nienke de Bruin**

**Janine Prins.**

2011 - 2012

######  Begeleiding van studenten met AD(H)D

**Inhoudsopgave**

1. Inleiding – Waarom deze reader pag. 1
	1. Studenten met AD(H)D aan de CHE pag. 1
	2. Opbouw van deze reader pag. 1

2. Verdieping – Wat is ADHD en ADD pag. 2

2.1Waar lopen studenten met AD(H)D tegen aan tijdens de studie pag. 2

2.2 Positieve invloeden van AD(H)D op de student tijdens de studie pag. 3

3. Wat hebben studenten met AD(H)D nodig van hun studieloopbaanbegeleider pag. 5

3.1 Houding van de studieloopbaanbegeleider pag. 5

3.2 Praktische ondersteuning van de studieloopbaanbegeleider pag. 5

4. Aanbevelingen- hoe kan de studieloopbaanbegeleider een student met AD(H)D ….begeleiden pag. 7

4.1 Aanbeveling 1 – Kennis over AD(H)D pag. 7

4.2 Aanbeveling 2 – Begrip tonen voor de student met AD(H)D pag. 7

4.3 Aanbeveling 3 – Contact en het opbouwen van een mentorrelatie pag. 8

4.4 Aanbeveling 4 – Signaleren en initiatief en actie ondernemen pag. 8

4.5 Aanbeveling 5 - Begeleidingsgesprekken pag. 9

4.6 Aanbeveling 6 – Praktische begeleiding pag. 9

4.7 Aanbeveling 7 – Doorverwijzen pag. 10

4.8 Aanbeveling 8 – Overdracht van de student pag. 11

Literatuurlijst pag. 12

Bijlagen pag. 13

Bijlage 1 – Plannen en invullen begeleidingsgesprekken pag. 13

Bijlage 2 – Dag- en weekplanning pag. 15

Bijlage 3 – Samenvatting onderzoeksverslag ‘Hersenstorm, windkracht 8’…………… pag. 17

######  Begeleiding van studenten met AD(H)D

###### **Inleiding – Waarom deze reader**

De diagnoseAD(H)D is niet meer uitsluitend een kinder-psychiatrische diagnose. Verschillende onderzoeken tonen aan, dat 30 tot 50 procent van de kinderen die in hun jeugd zijn gediagnosticeerd met de diagnose AD(H)D, in hun volwassenheid nog hinder ervan ervaren (Biederman e.a., 2000). Daarbij tonen cijfers aan dat er de laatste jaren in toenemende mate volwassenen met AD(H)D worden gediagnosticeerd (Tuithof, ten Have, van Dorselear, & de Graaf, 2010). Deze onderzoeken laten zien dat bij volwassenen die gediagnosticeerd zijn met AD(H)D, de volgende symptomen aan de orde kunnen zijn: chaotisch gedrag, snel afgeleid zijn, druk praten, het eerst-doen-dan-denken en het snel-verveeld-zijn. Wanneer deze symptomen een rol spelen in de volwassenheid, is het goed mogelijk dat deze symptomen ook een rol spelen gedurende de studie. De symptomen kunnen zichtbaar zijn in bijvoorbeeld doublures, moeite hebben met huiswerk, onderprestatie ten opzichte van intelligentie, school niet afmaken en slordig zijn.

Uit onderzoek binnen de Academie Sociale Studies aan de Christelijke Hogeschool Ede (Bruin de, N. en Prins, J. 2012) blijkt dat er studenten zijn met de diagnose ADHD of ADD. Er is ook een groep studenten die eveneens problemen hebben met AD(H)D gerelateerde symptomen, maar (nog) niet zijn gediagnosticeerd. In bijlage 3 is een samenvatting te vinden van het onderzoeksverslag ‘Hersenstorm, windkracht 8’.

Het streven van de Christelijke Hogeschool Ede is de student met AD(H)D succesvol te laten (af)studeren. Om te achterhalen waar deze studenten tijdens hun studie tegenaan lopen en om in kaart te brengen wat zij aan begeleiding nodig hebben van hun studieloopbaanbegeleider, is er een onderzoek binnen de Academie Sociale Studies aan de Christelijk Hogeschool Ede uitgevoerd.

###### In deze reader zal eerst, in hoofdstuk 2, een overzicht worden gegeven van de invloed van het hebben van AD(H)D op de studie en in het bijzonder gericht op studenten aan de CHE (ASS), gebaseerd op resultaten uit het hierboven genoemde onderzoek. Deze informatie kan de SLB’er verdieping geven en kennis laten opdoen over studeren met AD(H)D. Uit het onderzoek blijkt namelijk dat deze kennis een belangrijke basis is in de begeleiding. Vervolgens wordt er, in hoofdstuk 3, beschreven wat studenten met AD(H)D binnen de CHE (ASS) aangeven nodig te hebben van hun SLB’er. Tenslotte zullen, in hoofdstuk 4, aanbevelingen gegeven worden voor het begeleiden van studenten met AD(H)D. In de bijlagen zijn formats te vinden ter ondersteuning van deze begeleiding.

######  Begeleiding van studenten met AD(H)D

###### **2. Wat is ADHD en ADD?**

De afkorting ADHD staat voor Attention Deficit Hyperactivity Disorder, ofwel een aandachtstekort stoornis met hyperactief gedrag. Er bestaan 3 types ADHD:

* ADHD-I, voorheen ook wel het ADD-type genoemd. Hierbij staat de aandachtstekort voornamelijk op de voorgrond;
* ADHD-H, het overwegend hyperactieve en impulsieve type. Hier staan ernstige en aanhoudende impulsiviteit en hyperactiviteit op de voorgrond;
* ADHD-C, het gecombineerde type. Zowel problemen van het onoplettende als het hyperactieve type zijn aanwezig. Dit type ADHD komt het meeste voor.

Sinds kort wordt ADHD ook bij volwassenen onderkend. Deze variant wordt ook wel AADD genoemd: Adult Attention Deficit Disorder[[1]](#footnote-1). In geval de hyperactiviteit afwezig is, spreekt men van ADD, in plaats van ADHD. In het vervolg van dit hoofdstuk zullen zowel de negatieve als positieve invloeden van AD(H)D op de studie besproken worden.

**2.1 Waar lopen studenten tegen aan in hun studie?**

De studenten noemen de volgende primaire en secundaire symptomen als ook andere obstakels met betrekking tot AD(H)D, die invloed hebben op hun studie: het afgeleid worden tijdens werk- en hoorcolleges, moeite met het leren van toetsen en maken van opdrachten, het niet stabiele lesrooster, geen overzicht krijgen in de readers, hyperactief zijn, slordigheidsfouten maken, onderpresteren en niet aan verwachtingen voldoen, stroef samenwerken in het portfolio-groepje, studievertraging oplopen of studie vroegtijdig beëindigen, vergeetachtigheid, vaak te laat komen en moeite hebben met details.

Regelmatig gebeurt het dat buitenstaanders een vertekend beeld krijgen van studenten met AD(H)D. Studenten met AD(H)D kunnen vaak meer dan ze op bepaalde momenten laten zien, maar het komt er niet altijd uit (Kooij, 2002). De buitenwereld krijgt vaak niet hun uiteindelijke potentieel te zien, wat kan leiden tot conclusies als het hebben van weinig motivatie, of weinig zin in het leren et cetera.

Naast de eerder genoemde symptomen, heeft dit vertekende beeld ook uitwerking op het welzijn van de student. Studenten beschrijven het niet kunnen voldoen aan de eisen als het ‘continue falen’ in hun studie. Het vragen van hulp is voor hen zeer lastig, doordat dit ook wordt gezien als een vorm van falen. De volgende citaten van de geïnterviewde studenten illustreren dit:

“Het feit dat ik faal maakt dat ik dingen uitstel en dat ik bang ben voor dingen doen, bang ben voor presteren, bang om uiteindelijk te doen wat ik lastig vind.” (Label 8.1.2.1.)

######  Begeleiding van studenten met AD(H)D

“Het is ook zoveel in mijn hoofd en dan denk ik: dat kan ik helemaal niet. Ik heb ook altijd plaatjes van hoe ik het zou willen, maar het komt er gewoon niet uit.” (Label 8.1.2.2.)

“Dat ik soms zulke grote plannen heb die ik niet kan waarmaken. Ik heb geweldige ideeën maar ik kom niet tot dat ene ding.” (Label 8.1.4.3.)

“Hoge eisen stellen aan prestaties: dus als ik iets moet inleveren dan heb ik hele hoge verwachtingen van mezelf en als ik het dan niet doe, dan voel ik dat als falen.” (Label 8.1.5.2.)

De meeste symptomen van AD(H)D komen in conflict met de competenties die iedere hogeschool verwacht van een student. Een student op een hogeschool dient zelfstandig aan de slag te kunnen gaan en te kunnen plannen. Doordat dit enerzijds vaak niet lukt, maar een student met AD(H)D ook momenten heeft waarop hij juist zeer goed presteert, krijgen deze studenten regelmatig opmerkingen als ‘doe eens wat meer je best’, ‘je bent een sloddervos’, ‘je kunt het, maar het komt er nog te weinig uit’.Deze weinig motiverende opmerkingen, in combinatie met de overige problemen tijdens het studeren leiden er vaak toe dat studenten afhaken ondanks voldoende potentieel. Studenten die niet afhaken, beëindigen – ondanks hun diploma – de school vaak met een vervelend gevoel omdat de studie veel tijd, stress en moeite heeft gekost. Vaak hebben studenten met AD(H)D al meerdere (onafgemaakte) opleidingen achter de rug. Het is dan ook niet moeilijk voor te stellen dat deze faalervaringen invloed hebben op persoonlijk vlak. De faalervaringen leiden veelal tot angsten of depressies en ondermijnen het zelfvertrouwen (Borms, Stes en Van Den Heuvel, 2009).

Vroegtijdig beëindigen van een studie betekent dat de student geen diploma heeft. Dit kan op latere leeftijd verstrekkende gevolgen hebben. Het verkleint de mogelijkheid om geld te verdienen, het beperkt de beroepskeuzemogelijkheden en het kan leiden tot een negatief zelfbeeld (Barkley, Russel, Benton en Christine, 2010). Des te meer reden is er voor de maatschappij en dus voor hogescholen om aandacht te schenken aan deze groep studenten en hen te begeleiden voor zover dit binnen hun mogelijkheden ligt.

Studenten geven aan dat wanneer er in jaar 1 of 2 meer begeleiding op school was geweest, het schoolleven er leuker en meer ontspannen uit had gezien.

“Ik geloof dat als ik in jaar 1 en 2 meer begeleiding had gehad op school, mijn schoolleven leuker en relaxter geweest zou zijn en ik meer skills zou hebben aangeleerd om om te kunnen gaan met deze momenten.” (label 15.1.1.1).

De studenten vertellen dat ze moeten wennen aan het nieuwe onderwijssysteem; de communicatie, de vrijheid, de kernopgaven en de toetsvormen zijn nieuw voor een eerste- of tweedejaarsstudent.

######  Begeleiding van studenten met AD(H)D

* 1. **Positieve invloeden van AD(H)D op de student tijdens de studie**

Ondanks de negatieve invloeden die genoemd worden, wordt er hier en daar in de literatuur geschreven dat sommige volwassenen met AD(H)D uiteindelijk leren omgaan met de symptomen en geen nadeel ondervinden in het hoger onderwijs (Sparks et al. 2004). Ook blijkt dat studenten met AD(H)D geen gebrek hebben aan het intellectuele vermogen om te leren. Sterker nog, het blijkt dat studenten met AD(H)D vaak gemiddeld of bovengemiddeld intelligent zijn (Barkley, 1994).

Bovendien zijn er ook symptomen van AD(H)D die een positieve invloed (kunnen) hebben tijdens de studietijd en op het studeren. Een voorbeeld hiervan is creativiteit. Kenmerken van hoogcreativiteit[[2]](#footnote-2) die na onderzoek zijn samengesteld, komen in grote mate overeen met diagnosecriteria voor AD(H)D: bewust van creativiteit, origineel, energiek, nieuwsgierig, gevoel voor humor, staat open voor nieuwe ideeën en zijn intuïtief (Davis, 1997).

De studenten geven op de vraag, ‘wat ervaar jij als positieve symptomen van AD(H)D tijdens de studie?’, een aantal punten aan (zie ook onderstaand diagram): brainstormen en grote ideeën hebben, enthousiasme, humor en relativeringsvermogen, sensitief zijn.



###### Voornamelijk talenten als spontaniteit, open zijn, enthousiasme, empathie, zorgzaamheid en inlevingsvermogen zijn een pre in studies als Sociaal Pedagogische Hulpverlening en Maatschappelijk Werk en Dienstverlening en later ook in het werkveld. Talenten als intelligentie, hyperfocus, ernst en vastberadenheid kunnen als draagvlak dienen om de moeilijkheden die deze studenten tijdens de studie ondervinden door de diagnose AD(H)D op te vangen.

######  Begeleiding van studenten met AD(H)D

###### **3. Wat hebben studenten met AD(H)D nodig van hun SLB’er**

Tijdens het onderzoek dat is uitgevoerd aan de CHE (ASS) hebben de geïnterviewde studenten aangegeven dat zij aan begeleiding nodig hebben van hun SLB’er met betrekking tot de diagnose AD(H)D en de studie. Deze studenten gaven aan welke houding van de SLB’er voor hen helpend is en hoe de begeleiding praktisch ingevuld kan worden. Dit is uitgebreid beschreven in het onderzoeksverslag, en hieronder volgt een beknopte versie van de resultaten.

###### **3.1 Houding van de studieloopbaanbegeleider.**

Studenten geven aan dat de drie belangrijkste eigenschappen waaraan de houding van de studieloopbaanbegeleider moet doen, zijn: het tonen van begrip, geloof in de student en het motiveren van de student.

*Begrip tonen*

Alle studenten gaven in de interviews aan behoefte te hebben aan begrip voor de situatie en begrip voor de studieproblemen als gevolg van de diagnose AD(H)D. Een student geeft aan dat het belangrijk is dat hij zijn verhaal kan doen bij de studieloopbaanbegeleider en dat de studieloopbaan-begeleider begrip heeft voor het feit dat de student extra begeleiding nodig kan hebben. De studenten geven aan het nodig te hebben dat ze weten dat ze iemand hebben waar ze op terug kunnen vallen en het niet alleen op hoeven te lossen.

*Geloven in de student*

Begrip en geloven in de kwaliteiten en de krachten van de student met AD(H)D lopen in elkaar over.

Vrijwel alle studenten zeggen het nodig te hebben om te horen dat studieloopbaanbegeleiders blijven geloven in de kwaliteiten van de student. De wetenschap dat er iemand is die in de student gelooft en dit ook vertelt, kan zeer motiverend werken.

*Motiveren*

Studenten hebben het nodig dat ze ook gemotiveerd worden om door te gaan. Ze willen positief gestimuleerd worden. Iemand aan wie ze hun verhaal kwijt kunnen, hen begrip geeft en motiveert om door te gaan en door te zetten is belangrijk voor deze studenten. De motivatie die ze nodig hebben, ook gegeven kan worden door concrete en praktische hulp van de studieloopbaan-begeleider.

**3.2 Praktische ondersteuning van de studieloopbaanbegeleider.**

*Begeleidingsgesprekken: informeren, controleren en afspraken maken*

Studenten willen dat de studieloopbaanbegeleider blijft informeren naar de planning en het traject van de student. Met ‘blijven informeren’ bedoelt de student dat de studieloopbaanbegeleider in de gaten blijft houden of de student nog op de rit zit.

######  Begeleiding van studenten met AD(H)D

Daarnaast is het prettig dat de studieloopbaanbegeleider concrete afspraken met hen maakt. Het afspreken van een deadline werkt als een stok achter de deur. Consequent afspraken maken met de studieloopbaanbegeleider is belangrijk en nodig om alert te blijven.

*Bieden van structuur*

Vrijwel alle studenten geven aan het helpen structureren en het bieden van structuur nodig te hebben. Studenten willen om helderheid te hebben over welke stof ze moeten leren voor een tentamen. Een aantal studenten vertelt dat de readers te groot zijn, waardoor deze studenten lastig helder krijgen wat ze moeten leren.

*Het overzichtelijk maken*

Studenten geven aan dat zij zouden willen dat wanneer de student vastloopt, de studieloopbaan-begeleider concreet de koers weer kan uitzetten door eventueel een alternatief of oplossing aan te reiken aan de student. Dan rest het de student enkel nog de verantwoordelijkheid te nemen om er zelf mee aan de slag te gaan. Vooral in het eerste en tweede jaar is het zeer belangrijk voor de student dat er iemand is die overzicht geeft.

######  Begeleiding van studenten met AD(H)D

###### **4. Aanbevelingen – Hoe kan de studieloopbaanbegeleider een student met AD(H)D begeleiden**

Nu volgen enkele aanbevelingen voor de studieloopbaanbegeleiders op basis van het onderzoek *Hersenstorm, windkracht 8, de begeleiding aan studenten met AD(H)D*. In de aanbevelingen wordt rechtstreeks verwezen naar de interviews en resultaten van het onderzoek (zie bijlage 3).

**4*.*1. Aanbeveling 1 - Kennis over AD(H)D**

Kennis over de diagnose AD(H)D is te zien als een sleutelwoord in de begeleiding. Met het al dan niet bezitten van kennis over de diagnose AD(H)D en wat dit voor de studenten met deze diagnose betekent, staat of valt de begeleiding van deze studenten.

Om deze reden, kunnen de studieloopbaanbegeleiders zich meer verdiepen in de theoretische kennis over de diagnose AD(H)D. Hierin moet de focus vooral gelegd worden op wat AD(H)D voor invloed heeft op studenten tijdens de studie, maar ook op de student als persoon. Gesprekken met studenten met AD(H)D zullen zeker van toegevoegde waarden zijn om de kennis van de problematiek te vergroten. Het vergaren van kennis is een belangrijke basis voor de volgende aanbevelingen. Voor het opdoen van kennis over de diagnose AD(H)D zijn de volgende stukken en boeken aan te raden:

* J, Prins en N. de Bruin, onderzoek Hersenstorm, windkracht 8, de begeleiding aan studenten met AD(H)D., 2012. (Zie ook bijlage 3)
* Kooij, J.J.S. AD(H)D bij volwassenen Diagnostiek en behandeling, 2002

**4.2. Aanbeveling 2 - Begrip tonen voor de student met AD(H)D**

Het is belangrijk voor de student met AD(H)D dat de studieloopbaanbegeleider eerlijk en realistisch is in de begeleiding. Het is goed daarbij ook te laten merken dat je als studieloopbaanbegeleider naar het verhaal van de student luistert en beseft waar de student problemen mee heeft. De student met AD(H)D kan positief gemotiveerd worden door het benoemen van de talenten van de student en de dingen die goed gaan. ‘Begrip’ en ‘geloven in de student’ is bijzonder belangrijk voor deze groep studenten.

Al gaat het soms faliekant mis, voor de student is het goed als hij merkt dat zijn studieloopbaan-begeleider nog steeds vierkant achter hem staat, betrokken is en de student blijft motiveren, hoe de situatie ook is. Dit motiveren moet uiteraard realistisch zijn en mag zeker streng zijn zolang het vertrouwen in de student er maar doorheen straalt. Het is goed om in gedachten te houden dat er heel wat studenten met AD(H)D zijn die puur op vertrouwen, motivatie en begrip van anderen zijn opgekrabbeld en door zijn gegaan met hun studie, hun werk of hun leven.

 Begeleiding van studenten met AD(H)D

* 1. **Aanbeveling 3 – Contact en het opbouwen van een mentorrelatie.**

Persoonlijk contact met de student is belangrijk. Het is voor de student belangrijk te weten dat er iemand is binnen de school die hem kent, ziet en er voor hem is en waarmee hij een mentorrelatie kan opbouwen. Het is belangrijk om als studieloopbaanbegeleider bereikbaar te zijn voor de studenten met AD(H)D. Voor deze studenten verlaagt dat de – voor hen – hoge drempel om op iemand af te stappen voor hulp of een gesprek. Laten blijken dat je de student ziet en kent is voor studenten met AD(H)D soms nog meer nodig dan voor andere studenten. In de grote stroom van prikkels, opdrachten, druk, stress, onbegrip kun je als studieloopbaanbegeleider functioneren als stabiele rots in de branding voor de student met AD(H)D. Af toe een praatje in het voorbijgaan toont aan dat je de student ziet en dat je er bent: dat je de student niet zomaar rond laat dobberen in het water. Het vertrouwen van de student kan zo gewonnen worden zodat hulp aan de student effectief zal zijn.

* 1. **Aanbeveling 4 – Signaleren, initiatief en actie ondernemen.**

Het blijkt dat studenten vaak moeite hebben met het vragen van hulp. Dit gegeven is vooral belangrijk om in gedachten te houden als de studieloopbaanbegeleider signaleert dat het mis dreigt te gaan met de student. Door gebrek aan overzicht en faalgevoelens, is het voor de student moeilijk om zelf naar de studieloopbaanbegeleider te stappen. Deze studenten hebben het vaak nodig dat de studieloopbaanbegeleider de eerste stap zet. Daarna – zo geven de studenten aan – kan deze verantwoordelijkheid weer prima bij henzelf worden gelegd. Voornamelijk in studiejaar 1 en studiejaar 2 (let ook op instroom-studenten), is het van belang dat wanneer de studieloopbaan-begeleider signaleert dat er iets mis dreigt te gaan, hij het initiatief neemt en de eerste stappen zet. Hij moet niet wachten tot de student naar de studieloopbaanbegeleider gaat, want dan is het vaak al te laat. De student is dan al vast gelopen of heeft een achterstand opgelopen die nog moeilijker is weg te werken.

Het zelf niet nemen van het initiatief, is geen gemakzucht van de student, maar – hoe vervelend het ook klinkt – een ‘beperking’ van de student. Wel is het een ‘beperking’ die moet worden besproken en verholpen kan worden door goede ervaringen en begeleiding.

‘Het initiatief nemen’ kan steeds meer overgelaten worden aan de student zelf. Maak er met de student bijvoorbeeld een leerdoel van. Er mag van een ‘Hbo-student’ verwacht worden dat hij zelf initiatief neemt, maar bij deze groep studenten zal dat meer tijd in beslag nemen.

 Begeleiding van studenten met AD(H)D

* 1. **Aanbeveling 5 – Begeleidingsgesprekken**

De studieloopbaanbegeleider kan in goed geplande begeleidingsgesprekken de student praktisch en structureel begeleiden, maar ook een luisterend oor bieden. Samen met de student kunnen er, naar behoefte, regelmatig begeleidingsgesprekken ingepland worden. Dit is vooral belangrijk in de studiejaren 1 en 2. In de studiejaren 3 en 4 is deze begeleiding minder passend en kan er meer zelfstandigheid worden verwacht. Een mogelijk jaarindeling voor de gesprekken kan zijn:

Gesprek 1: start van het jaar, semester 1
Gesprek 2: halverwege semester 1
Gesprek 3: kort voor het einde van semester 1, voor de deadlines van opdrachten en toetsen
Gesprek 4: start semester 2
Gesprek 5: halverwege semester 2
Gesprek 6: kort voor het einde van semester 2, voor de deadlines van opdrachten en toetsen

Deze regelmaat van gesprekken geeft de studenten een prikkel om aan de slag te gaan met opdrachten doordat ze vaste momenten hebben waarop ze hun resultaten kunnen en moeten laten zien. De gesprekken kunnen deels praktisch in worden gevuld maar ook als moment gebruikt worden om ‘bij te praten’: hoe gaat het met de student, loopt de student nog op de rit? Een stukje persoonlijke aandacht dus.

*Zie bijlage 1 en bijlage 2 voor, mogelijk in de begeleiding te gebruiken, formats.*

**4.6 Aanbeveling 6 - Praktische begeleiding**
Wat de studenten met AD(H)D vooral aan praktische begeleiding nodig hebben is begeleiding in het aanbrengen van structuur en bij het maken van een werkbare planning.

*Hulp bij het uitzoeken van readers, toetsstof en huiswerk.*

Tijdens de begeleidingsgesprekken is het van belang dat de studieloopbaanbegeleider – vooral aan het begin van de semesters – samen met de student de readers en de algemene jaarplanning doorneemt. Op deze manier weet en leert de student alles te vinden over de toetsstof en opdrachten, zonder daar extreem veel tijd aan te moeten besteden of het helemaal niet te ontdekken. Daarnaast kan de studieloopbaanbegeleider uitleg geven over het verloop van het schooljaar en dergelijke. Dit geeft structuur en overzicht, welke voor dit soort studenten belangrijk zijn om te hebben.

*Concreet maken van opdrachten in de reader*

Verschillende studenten geven aan het lastig te vinden om de opdrachten in de reader, wanneer ze eenmaal zijn gevonden, concreet te maken. De studieloopbaanbegeleider kan de student hierbij helpen door de opdracht stap voor stap door te nemen. Een andere optie is om de student te koppelen aan een meer gestructureerde klasgenoot die de student kan helpen.

 Begeleiding van studenten met AD(H)D

*Informeren naar en controleren van planning en traject*

Tijdens de begeleidingsgesprekken zal de studieloopbaanbegeleider samen met de student moeten achterhalen wat het beste werkt voor de student als het gaat om het plannen en overzicht creëren. Voor iedere student met AD(H)D werkt het maken van een planning weer anders.

In gesprek 1 kan de studieloopbaanbegeleider samen met de student mogelijkheden bedenken. In gesprek 2 zorgt de student dat hij een voor hem passend ‘format’ heeft voor een planning. Deze planning kan vervolgens gebruikt worden tijdens de gesprekken om te controleren waar de student is in het studieproces. Het is hierbij belangrijk dat de studieloopbaanbegeleider bij de start het initiatief neemt maar de student het werk laat doen. Ook is het belangrijk dat de studieloopbaanbegeleider in deze gesprekken blijft informeren naar de planning, het traject en de studieresultaten van de student.

*De koers (opnieuw) uitzetten*

Sommige studenten hebben het nodig dat – wanneer zij vastgelopen zijn of dreigen vast te lopen in de studie – de studieloopbaanbegeleider de koers weer even uitzet. De studieloopbaanbegeleider kan dan concreet voor de student benoemen waar de student vastloopt en eventueel een alternatief of een oplossing aanreiken. De student heeft zo weer duidelijkheid en kan weer aan de slag. De student kan op deze manier ook weer met de gedachten naar vooruit gezet worden in plaats van te blijven piekeren over de problemen, die zo steeds groter worden.

*Motiveren*Ondanks dat ‘motiveren’ meer onder ‘emotionele begeleiding’ lijkt te vallen, is het toch ook gekoppeld aan praktische begeleiding. Doordat de studieloopbaanbegeleider de tijd en de moeite neemt voor de student door hem praktisch op weg te helpen, wordt de student gemotiveerd en gestimuleerd er zelf ook weer helemaal voor te gaan. Overzicht geeft vaak weer hoop.

*Zie bijlage 1 en bijlage 2 voor, mogelijk in de begeleiding te gebruiken, formats.*

**4.7. Aanbeveling 7 - Doorverwijzen**

Als studieloopbaanbegeleider kun je beschikken over voldoende kennis, begrip en zelfs pogingen gedaan hebben om de student te begeleiden maar zonder dat dit resultaat heeft. Dit kan betekenen dat de student met AD(H)D nu eenmaal niet geschikt is voor de opleiding, maar het is ook mogelijk dat de student meer (professionele) begeleiding nodig heeft. Ook kan het zo zijn dat je als studieloopbaanbegeleider grote moeite hebt met het opbrengen van begrip voor de student met AD(H)D of dat je eigenlijk geen tijd hebt voor extra begeleidingsgesprekken. Dit zijn momenten dat de studieloopbaanbegeleider kan besluiten om de student door te verwijzen. Helaas gebeurt het regelmatig dat de student van het kastje naar de muur wordt gestuurd.

 Begeleiding van studenten met AD(H)D

Het doorverwijzen van deze studenten naar decanen blijkt over het algemeen weinig zin te hebben. Zoals uit onderzoek blijkt gebeurt het regelmatig dat de student met de zelfde vaart weer terug wordt gestuurd naar de studieloopbaanbegeleider. Houdt daar rekening mee en probeer als studieloopbaanbegeleider je in te blijven zetten voor de student totdat de student ergens goed terecht is gekomen. Bedenkt dus van tevoren goed of de persoon naar wie de student doorverwezen wordt hem ook daadwerkelijk kan helpen. Heb je zelf geen tijd voor extra begeleidingsgesprekken, dan kan de student door verwezen worden naar iemand die wel meer tijd heeft. Het is goed om in de gaten te houden wat de school aan extra begeleiding aanbiedt met betrekking tot studeren met AD(H)D. Zo worden er verschillende cursussen aangeboden als ‘Uitstelreductie’ en ‘Effectief studeren’, die tot op zeker hoogte helpend zijn voor deze studenten. Daarnaast kan de student aangeboden worden om de toetsen te maken volgens de dyslexieregeling.

**4.8 Aanbeveling 8 - Overdracht van de student**

Continuïteit en ook het opbouwen van een (hechte) mentorrelatie is voor studenten met AD(H)D belangrijk. Is dit eenmaal tussen een student met AD(H)D en een studieloopbaanbegeleider ontstaan, dan wordt dat vaak aan het einde van het schooljaar weer teniet gedaan. De student verandert van studiejaar en krijgt een andere studieloopbaanbegeleider. Het proces moet dan weer van voor af aan beginnen. Het mooiste zou zijn als een student het hele studietraject door een vaste studieloopbaan-begeleider zou hebben.

Aangezien dit binnen de CHE niet de gewoonte is en er niet verwacht kan worden dat dit op korte termijn zal veranderen, moet deze continuïteit op een andere wijze zoveel mogelijk gewaarborgd worden.

De studieloopbaanbegeleider kan, in overleg met de student, een dossier opbouwen van de student met AD(H)D. Hierin kunnen voortgangsrapporten, mogelijk gespreksverslagen, achtergrond-informatie en dergelijke documenten in worden opgeslagen. Aan het einde van het studiejaar, of aan het begin van het nieuwe studiejaar, kan er een overdracht plaatsvinden tussen de ‘oude’ en de ‘nieuwe’ studieloopbaanbegeleider waar ook de student bij aanwezig is. De nieuwe studieloopbaan-begeleider is op deze manier snel en volledig op de hoogte van de diagnose en de studievoortgang van de student met AD(H)D. Uiteraard is daarmee niet direct een mentorrelatie opgebouwd maar de basis daarvoor ligt klaar. In het licht van aanbeveling 7 – doorverwijzen zou het ook goed zijn dat een student doorverwezen zou kunnen worden naar een eerdere studieloopbaanbegeleider, bij wie de begeleiding wel goed ging.

######  Begeleiding van studenten met AD(H)D

**Literatuurlijst**

Barkley, R. A. *It’s not just an attention disorder*. Attention!, ***1***(2), 1994

Barkley, Russell A., Benton, Christine M. *Volwassen AD(H)D, een praktisch programma in vijf stappen*, 2010

Biederman, J., Faraone, S., Monuteaux, M.C., Bober, M., Cadogen, E. *Gender Effects on Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder in Adults, Revisited,* 2004

Borms, G., Stes, S. , *Heuvel Van Den, R. AD(H)D bij volwassenen Leven met eigenwijze hersenen*, 2009

Davis in Colangelo & Davis, 1997

Hallowel, E., Ratey, J. *Hulpgids AD(H)D. De meest actuele en complete gids voor een succesvol leven met AD(H)D,* 2005

Honos-Webb, L., Drunen, J. *Verander de zwakke punten van je kind in sterke punten,* 2009

Kooij, J.J.S. *AD(H)D bij volwassenen Diagnostiek en behandeling*, 2002

Reaser, A., Prevatt, F., Petscher, Y. and Proctor, B. *The learning and study strategies of college students with AD(H)D.* Psychology in the Schools, 44, 2007

Sparks, R. L., Javorsky, J. & Philips, L. *College students classified with AD(H)D and the foreign language requirement.* Journal of Learning Disabilities, **37**. 2004

Taylor, B. E. S., & Ridder, R. *Ik en mijn AD(H)D: Wat ik leerde van fikkie stoken aan tafel*. Huizen: Pica. 1999

Vries de, F. *Tornado Handboek AD(H)D*, 2007

Wallace, B. A.,Winsler, A., NeSmith, P. *Factors associated with success for college* *students with AD(H)D: Are standard accommodations* *helping?* Paper presented at the annual meeting of the American Educational Research Association (Montreal, Quebec, Canada, April 19–23, 1999).

Weyandt, L. L., Iwaszuk, W., Fulton, K., Ollerton, M., Beatty, N., Fouts,H., Schepman, S., & Greenlaw, C. *The Internal Restlessness Scale: Performance of college students with and without AD(H)D.* Journal of Learning Disabilities*,* ***36*(4)**. 2003

Zwart en Kallemyn, *Peer-based coaching for college students with AD(H)D and learning disabilitities.* Journal of Postsecondary Education and Disability, 15 (1), 2001

######  Begeleiding van studenten met AD(H)D

###### **Bijlagen**

**Bijlage 1 – Plannen en invullen van begeleidingsgesprekken**

**1. Voorbeeld format ingevuld (zie volgende pagina voor blanco format)**

|  |
| --- |
| **Naam student: Keesje Klas:1****Naam SLB’er: Sjoerd Studiejaar: 2012 - 2013** |
| **Gesprek** | **Datum** | **Invulling** | **Afspraken** |
| 1 | 9/9/2012 | Bespreken begeleiding, wat is nodig. Bespreken readers en (jaar)planning. Voorbespreken mogelijke struikelblokken in semester1. AD(H)D vs. Studie gerelateerde leerdoelen opstellen. | \* Keesje maakt een voor hem werkende planning voor semester 1\* Keesje werkt leerdoelen uit\* Alles volgende afspraak meenemen\* Volgende afspraak is op 20 oktober |
| 2 | 20/10/2012 | Bespreken door Keesje gemaakte planning. Is het werkbaar? Hoe gaat het met de opdrachten van Keesje, waar heeft hij begeleiding bij nodig? | \* Keesje houdt zich aan de planning en kan dit aantonen (inleveren opdr. etc) \* Volgende afspraak is op 29 november. |
| 3 | 29/11/2012 | Hoe loopt de planning. Bespreken toetsweek. Bespreken deadlines voor opdrachten. Waar heeft Keesje nog begeleiding bij nodig? Wat moet Keesje nog doen voor semester 1. | \*Keesje houdt zich aan de planning. \* Volgende afspraak is 25 januari.  |
| 4 | 25/1/2013 | Evalueren semester 1, toetsweek, in te leveren opdrachten. Eventuele achterstand inventariseren. Bespreken reader en jaarplanning semester 2. Mogelijke struikelblokken inventariseren. AD(H)D vs. Studie gerelateerde leerdoelen opstellen. | \* Keesje maakt planning semester 2, past daarin eventuele vertraging sem. 1. \* Keesje werkt leerdoelen uit\*Volgende afspraak alles meenemen. \*Volgende afspraak is 13 maart. |
| 5 | 13/3/2013 | Hoe loopt de planning. Hoe gaat het met de opdracht van Keesje. Wat heeft Keesje aan begeleiding nodig? Semester 1 volledig afgerond? Evt. extra gesprek plannen. | \*Keesje houdt zich aan de planning en kan dit aantonen. \*Geeft zelf aan wanneer hij extra gesprek/begeleiding nodig heeft. \*Volgende afspraak is op 20 juni. |
| 6 | 20/6/2013 | Hoe loopt de planning. Bespreken toetsweek. Bespreken deadlines voor opdrachten. Waar heeft Keesje nog begeleiding bij nodig? Wat moet Keesje nog doen voor semester 2. Plan van aanpak. | \*Keesje houdt zich aan de planning en kan dit aantonen.\*Keesje en SLB’er houden contact met (via mail) over voortgang en afronding\* Keesje rond het jaar af |
| … |  |  |  |
| … |  |  |  |

######  Begeleiding van studenten met AD(H)D

1. **Format blanco**

|  |
| --- |
| **Naam student: Klas:****Naam SLB’er: Studiejaar:**  |
| **Gesprek** | **Datum** | **Invulling** | **Afspraken** |
| 1 |  |  | \*\*\*\*\* |
| 2 |  |  | \*\*\*\*\* |
| 3 |  |  |  \*\*\*\*\* |
| 4 |  |  | \*\*\*\*\* |
| 5 |  |  | \*\*\*\*\* |
| 6 |  |  | \*\*\*\*\* |
| … |  |  | \*\*\*\* |
| … |  |  | \*\*\*\* |

######  Begeleiding van studenten met AD(H)D

**Bijlage 2 – Dag- en weekplanning**

Mogelijke dag[[3]](#footnote-3) - en weekplanning te gebruiken voor en door studenten met AD(H)D.

**1. Dagplanning**

|  |
| --- |
| **Datum** |
| **Tijd** | **Planning** | **Hoe de dag verloopt/check** |
|  |  |  |
| **7.00** |  |  |
| **7.30** |  |  |
| **8.00** |  |  |
| **8.30** |  |  |
| **9.00** |  |  |
| **9.30** |  |  |
| **10.00** |  |  |
| **10.30** |  |  |
| **11.00** |  |  |
| **11.30** |  |  |
| **12.00** |  |  |
| **12.30** |  |  |
| **13.00** |  |  |
| **13.30** |  |  |
| **14.00** |  |  |
| **14.30** |  |  |
| **15.00** |  |  |
| **15.30** |  |  |
| **16.00** |  |  |
| **16.30** |  |  |
| **17.00** |  |  |
| **17.30** |  |  |
| **18.00** |  |  |
| **18.30** |  |  |
| **19.00** |  |  |
| **19.30** |  |  |
| **20.00** |  |  |
| **20.30** |  |  |
| **21.00** |  |  |
| **21.30** |  |  |
| **22.00** |  |  |
| **22.30** |  |  |
| **23.00** |  |  |

######  Begeleiding van studenten met AD(H)D

 **2. Weekplanning**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **WEEK** | **To-Do** | **Check** |
|  |  |  |
| **Week 1** | **\*** *Invullen waar deze week aan gewerkt moet worden, wat ingeleverd moet worden, belangrijke afspraken etc.***\*****\*****\*****\*** |  |
| **Week 2** | **\*****\*****\*****\*****\*** |  |
| **Week 3** | **\*****\*****\*****\*****\*** |  |
| **Week 4** | **\*****\*****\*****\*****\*** |  |
| **Week 5** | **\*****\*****\*****\*****\*** |  |
| **Week 6** | **\*****\*****\*****\*****\*** |  |
| **Week 7** | **\*****\*****\*****\*****\*** |  |
| **Week 8** | **\*****\*****\*****\*****\*** |  |
| **ETC.**  |  |  |

######  Begeleiding van studenten met AD(H)D

**Bijlage 3 - Samenvatting onderzoeksverslag ‘Hersenstorm, windkracht 8’**

**Hersenstorm,Windkracht 8**

**Begeleiding aan studenten met AD(H)D**

**in het Hoger Beroepsonderwijs**

Binnen de Academie Sociale Studies van de CHE is er door ons onderzoek gedaan naar aanleiding van de volgende probleemstelling:

*‘Het is voor de studieloopbaanbegeleiders van de Christelijke Hogeschool Ede (Academie Sociale Studies) onduidelijk hoe en in hoeverre studenten met de diagnose AD(H)D, specifieke begeleiding nodig hebben om hun studie succesvol te doorlopen, en hoe dit mogelijk vorm gegeven kan worden binnen de functie en de taken van de studieloopbaanbegeleiders van de Christelijke Hogeschool Ede’.*

Studieloopbaanbegeleiders zien dat studenten met AD(H)D, ondanks dat ze geschikt lijken te zijn voor de opleiding, vaak tegen problemen aanlopen tijdens de studie of de studie voortijdig beëindigen. Voor de studieloopbaanbegeleiders is het niet duidelijk waar deze problemen door ontstaan en wat zij aan begeleiding kunnen bieden. Hierbij speelt ook de vraag in hoeverre het de verantwoordelijkheid is van de studieloopbaanbegeleiders om deze studenten met AD(H)D te begeleiden.

Het doel van dit onderzoek is om handreikingen te geven aan de studieloopbaanbegeleiders van de CHE (ASS) om studenten met AD(H)D op een passende wijze te begeleiden. Om dit doel te bereiken is er literatuur- en praktijkonderzoek gedaan naar de symptomen, invloeden en gevolgen die studenten met AD(H)D tijdens de studie ervaren. Er is onderzocht welke interventies en methodieken hier passend bij zijn en wat hierin de rol voor de studieloopbaanbegeleiders kan zijn. Daarnaast is er onderzocht in hoeverre de studieloopbaanbegeleiders van de CHE hier al aandacht aan schenken en in hoeverre zij begeleiding bieden aan studenten met AD(H)D. Vervolgens is er ook gekeken naar hoe dit ervaren wordt door zowel de studenten met AD(H)D, als de studieloopbaanbegeleiders zelf.

De studenten met AD(H)D geven aan dat zij tijdens de studie hoofdzakelijk problemen ervaren door hun moeite met concentreren, timemanagement, hulp te vragen, faalgevoelens en faalangsten. Daarnaast ervaren studenten regelmatig, onder andere van studieloopbaanbegeleiders, gevoelens van onbegrip, irritatie en weinig betrokkenheid met betrekking tot de diagnose AD(H)D en de gevolgen ervan. Er zijn ook positieve ervaringen met studieloopbaanbegeleiders die meedenken, begrip tonen en helpen met de planning. Wat de studenten met AD(H)D aangeven voornamelijk nodig te hebben, is dat de studieloopbaanbegeleiders kennis nemen van de diagnose. Kennis hebben van de diagnose betekent dat de studieloopbaanbegeleiders inzien en begrijpen dat de diagnose AD(H)D een alles doordringend en duurzaam gedragspatroon veroorzaakt. Deze kennis leidt mogelijk tot meer begrip voor de studenten. De studenten hebben het nodig dat de studieloopbaanbegeleiders initiatief nemen voor het contact, structuur bieden, het leerproces in de gaten houden en hen motiveren. De verantwoording voor deze begeleiding ligt enerzijds bij de studieloopbaanbegeleiders. Zij hebben als taak om studenten te begeleiden in hun studieproces, gesprekken te voeren en aandacht te hebben voor de student als persoon. Anderzijds is het de verantwoording van de studenten om open te staan voor hulp, initiatief te nemen, zelfinzicht te hebben en te kunnen functioneren op het niveau van het Hoger beroepsonderwijs.

Passende begeleiding voor de studenten met AD(H)D kan door de studieloopbaanbegeleiders als volgt worden geboden:
🗸 Kennis opdoen: zowel met betrekking tot de diagnose van de student en de problemen die dit tijdens de studie op kan leveren, als van mogelijke doorverwijsroutes.
🗸 Structuur en overzicht bieden door het begeleiden en controleren van planningen.
🗸 Regelmatig afspraken maken met de student voor begeleidingsgesprekken.
🗸 Betrokken zijn: de student motiveren en bemoedigen; geloof hebben in de student.





Oude Kerkweg 100

6717 JS Ede

Postbus 80

6710 BB Ede

**T** (0318) 696300

**F** (0318) 696396

**E** info@che.nl

**I** www.che.nl

1. Diagnostic Statistical Manual of Mental Disorders 4th Edition [↑](#footnote-ref-1)
2. Hoogcreativiteit is een onderdeel van hoogbegaafdheid als dit succesvol samengaat met analytische en praktische intelligentie. Het onderdeel creativiteit heeft een sterke overlap met symptomen van AD(H)D en daarom hier benoemd. Dit betekent dus niet automatisch dat mensen met AD(H)D hoogbegaafd zijn. Overigens worden hoogbegaafde mensen door deze overeenkomsten vaak onterecht gediagnosticeerd met ADD. (*Sternberg*, geraadpleegd op internet, www.hoogbegaafd.slo.nl, op 22 mei 2012*; Gifted or ADD*?, geraadpleegd op internet, www.borntoexplore.org, 22 mei 2012) [↑](#footnote-ref-2)
3. Gebaseerd op de cursus ‘omgaan met ADHD’ voor volwassenen, Ambulante Zorg Eleos. [↑](#footnote-ref-3)