DGSF
Deutsche Gesellschaft für Systemische Therapie, Beratung und Familientherapie

ISTB
Therapie und Organisationsentwicklung GmbH

ADHS Kongress Herbst 2026: 06.11.2026 10:00 – 18:00 Uhr

ADHS im Lebensverlauf – von Kindheit, Pubertät bis ins Erwachsenenleben

Entwicklungswege verstehen, Übergänge begleiten, Alltag gestalten

ADHS verändert sich im Laufe des Lebens, von der Kindheit über die Pubertät bis ins Erwachsenenalter und an den Arbeitsplatz. Dieser Fachtag nimmt den gesamten Entwicklungsbogen in den Blick und zeigt, wie sich Symptome, Selbstbild und Beziehungen über die Zeit wandeln. Im Fokus stehen sensible Übergänge: Schule, Pubertät, Ausbildung, Studium und Berufsleben. Die Teilnehmenden erhalten neurobiologische, psychologische und systemische Perspektiven sowie konkrete Hilfen für Beratung, Therapie, Pädagogik und Coaching.

ADHS ist kein statisches Phänomen, sondern zeigt sich in jeder Lebensphase anders. Während in der Kindheit oft Unruhe und Aufmerksamkeitsprobleme im Vordergrund stehen, verschiebt sich der Schwerpunkt im Jugendalter hin zu innerer Anspannung, Identitätsfragen und erhöhtem Risikoverhalten. Im Erwachsenenalter treten dann Themen wie Selbstorganisation, Beziehungen, berufliche Leistungsanforderungen und Burnout-Gefährdung hinzu.

Dieser Kongress richtet den Blick bewusst auf Übergänge: vom Kindergarten in die Schule, von der Kindheit in die Pubertät, vom Jugendalter in Ausbildung, Studium und Arbeitswelt. Wir fragen: Wie verändern sich Symptome, Deutungen und Diagnosen? Welche Rolle spielen Familie, Schule, Peers, Betriebe und Fachkräfte? Und wie können wir Menschen mit ADHS so begleiten, dass aus Problemgeschichten Entwicklungswege mit Handlungsspielraum werden?

Mit Beiträgen aus Neurobiologie, Entwicklungspsychologie, systemischer Beratung und Praxisbeispielen aus Schule, Jugendhilfe, Therapie, Coaching und Arbeitswelt erhalten die Teilnehmenden fundiertes Wissen und konkrete Tools für ihren Alltag.

Dieser Kongress ist durch die Psychotherapeutenkammer Hessen mit 8 Fortbildungspunkten anerkannt.

Kongress-Ablauf:

10:00 – 10:30 Uhr: Ankommen und Eröffnung Einführung ins Thema „Lebensverlauf und Übergänge bei ADHS“.

10:30 – 11:30 Uhr: ADHS in Kindheit und Schule: Prof. Dr. Michael Jung nimmt in seinem Vortrag die Lebens- und Lernwelt von Grundschulkindern mit ADHS in den Blick. Er verbindet aktuelle fachliche Erkenntnisse mit seiner langjährigen Erfahrung aus der

Arbeit mit Kindern und Familien und fragt danach, wie ADHS im schulischen Alltag verstanden und begleitet werden kann.

11:45 – 12:45 Uhr: Pubertät: Wenn das Gehirn gleichzeitig Baustelle und Hochleistungsmotor ist. Jörg Kleinschmidt erklärt, wie Neurobiologie, Hormone, Belohnung, Schlaf und Gender ADHS in dieser sensiblen Entwicklungsphase beeinflussen.

13:00 – 14:00 Uhr: ADHS im Erwachsenenleben und am Arbeitsplatz: Neurodivergent leben und arbeiten. Sarah Lauer stellt vor, wie ADHS das Arbeitsleben beeinflusst und welche Möglichkeiten bestehen, Neurodiversität als Stärke zu erkennen und als Arbeitgeber hilfreiche Strukturen aufzubauen.13:00 – 14:00 Uhr: Mittagspause

14:00 – 15:00 Uhr: Mittagspause

15:00 – 17:00 Uhr: Workshops (jeweils 60 Minuten)

Workshop 1: AD(H)S im Schulalltag – ressourcenorientiertes Gruppentraining „Tricky Teens“ von Doris Reveland und Jana Bastian. Das Programm richtet sich an Jugendliche zwischen 13 und 16 Jahren mit ADhS und verbindet systemisch-lösungsorientierte Ansätze mit Verhaltenstherapie, um strukturiert soziale Kompetenzen, Lernstrategien und das Selbstwertgefühl der Teenager altersentsprechend zu fördern, sowohl im therapeutischen als auch im schulischen Setting. (Referentinnen: Vita Krumwiede + Anja Kirschning)

Workshop 2: ADHS und Arbeitsplatz – individuelle Strategien und organisationale Lösungen: Selbstmanagement-Tools, Reizreduktion, klare Kommunikation, Anpassungen von Arbeitszeiten und Aufgaben, Rolle von Führung und Kolleg:innen. (Referentin Sarah Lauer)

Workshop 3: Großbaustelle Pubertät: Was passiert eigentlich im Gehirn? ADHS in der Pubertät ist mehr als Ablenkbarkeit und Impulsivität. In diesem neurobiologischen Deep Dive gehen wir den Mechanismen auf den Grund: Was passiert im Belohnungssystem? Welche Rolle spielen Dopamin und Noradrenalin? Wie verändern Pubertätshormone, Schlaf und zirkadiane Rhythmen die Regulation von Aufmerksamkeit, Motivation und Emotion? (Referent: Jörg Kleinschmidt)

Workshop 4: Diagnostik und Differenzialdiagnostik über die Lebensspanne: Was ändert sich in den Kriterien? Wie vermeidet man Fehldiagnosen (z.B. Persönlichkeitsstörung, Depression) und verpasste Diagnosen im Erwachsenenalter? (Referentin Dr. Nathalie Brunkhorst-Kaan)

17:00 – 17:45 Uhr: Fachgespräch „Lebenslang ADHS? Übergänge, Brüche und neue Chancen“ Kontinuität der Versorgung, Brüche an Übergängen, Rolle von Schule, Betrieben und Systemik

17:45 – 18:00 Uhr: Abschluss Resümee, Ausblick, Raum für Vernetzung.

Informationen zu den referierenden Personen folgen. Wenn Sie auf dem Laufenden gehalten werden wollen, abonnieren Sie gerne HIER unseren Kongress-Newsletter:

Kosten: 195 Euro (DGSF Mitglieder 175 Euro) inkl. Pausengetränke und Snacks
Veranstaltungsort: Maria-Montessori-Allee 10, 63457, Hanau
Anmeldung: https://istb-rheinmain.de/adhs-kongress-herbst-2026-adhs-im-lebensverlauf-von-kindheit-pubertaet-bis-ins-erwachsenenleben/

Informationen zu den referierenden Personen:

Dr. Nathalie Brunkhorst-Kaan (Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie): langjährige ärztliche Tätigkeit an der Uniklinik Frankfurt am Main mit klinischem und wissenschaftlichem Schwerpunkt auf die Behandlung affektiver Störungen und ADHS im Erwachsenenalter

Prof. Dr. Michael Jung (Professor für interdisziplinäre Therapiewissenschaften an der iba in Darmstadt und Heidelberg): ADHS, Pädiatrie, Physiotherapie, Sozialpädiatrische Arbeit

Anja Kirschning (Sonderpädagogin, Beraterin und Fachlehrkraft an der Julius-Leber-Schule in Hamburg mit den Fachrichtungen geistige, körperlich und motorische Entwicklung und Autismus-Spektrum-Störung): systemische Beraterin, systemische Kinder- und Jugendtherapeutin, Heilpraktikerin für Psychotherapie (HPG), Tricky-Teens-Trainerin (Ressourcenorientiertes Gruppentraining für Jugendliche mit ADHS)

Jörg Kleinschmidt (Arbeits- und Organisationspsychologe, Diplom-Sportwissenschaftler, Supervisor (DGSv)): Organisationsentwickler, Wirtschafts- und Familienmediator, Psychodramatherapeut, Transaktionsanalytiker, systemisches Aggressionsmanagement (SAM)-Ausbilder und Supervisor

Sarah Lauer (IT Solution Engineer Gigabit & ERG Lead Neurodiversity Community, NeuroAware Consulting, Speakerin & Peer Beraterin): Autismus im Beruf, Autismus bei Erwachsenen, Neurodiversität, ADHS und Beruf, Neurodivergenz, Neuroinklusion, Neurodiversität am Arbeitsplatz, Neurodiversität im Beruf, neurodiverse Teams

Vita Krumwiede (Fachlehrkraft für Musik und Religion an der Julius-Leber-Schule in Hamburg): Musiktherapeutin und Supervisorin (i.A.) Chorleiterin Tricky-Teens-Trainerin (Ressourcenorientiertes Gruppentraining für Jugendliche mit ADHS)