



ADHS und Bildung: Geschlechtsspezifische Einflüsse von Emotionsregulation und Stressbewältigung auf Leistung und Peerbeziehungen von Schülern mit ADHS –

Ein systematisches Literaturreview

Exposé zur Bachelorarbeit von Jenny Rosenkranz

Trotz einer weltweiten Prävalenz von 8% bei Kindern und Jugendlichen (Ayano et al., 2023) und den nachteiligen Effekten von ADHS auf den Bildungsverlauf (Arnold et al., 2020), gibt es noch keine systematische Überblicksarbeit zu den geschlechtsspezifischen Stressregulations- und sozioemotionalen Bewältigungsmechanismen im Bildungskontext.

„Die Aufmerksamkeitsdefizit-Hyperaktivitätsstörung [(kurz ADHS)] ist durch ein anhaltendes Muster [...] von Unaufmerksamkeit und/oder Hyperaktivität-Impulsivität gekennzeichnet, das sich unmittelbar negativ auf das schulische, berufliche oder soziale Funktionsniveau auswirkt.“ (World Health Organization, 2021)

Bisherige Befunde verdeutlichen, dass die Impulsivität als eines der Kerndefizite von ADHS (World Health Organization, 2021) negativ mit der Emotionsregulation (kurz ER) korreliert (Steinberg & Drabick, 2015). So stellen Shaw und Kollegen (2014, S.278) fest, dass „unter Jugendlichen mit ADHS [...] 38 % einer bevölkerungsbasierten Stichprobe Defizite in der Emotionsregulation [aufweisen]“.

Darunter fallen u.a. „eine geringe Hemmungskontrolle, geringe Aufmerksamkeitskontrolle und ein hohes Aktivitätsniveau“ (Steinberg & Drabick, 2015, S. 954). Frauen mit ADHS neigen eher dazu, Symptome wie emotionale Dysregulation zu zeigen (Flores et al., 2022). Viele Frauen mit ADHS erleben eine erhöhte emotionale Sensibilität und Reaktivität, e.g. intensive emotionale Reaktionen auf Stress sowie eine erhöhte Anfälligkeit für Angstzustände und Depressionen (Murray et al., 2023). Jungen mit ADHS zeigen außerdem im Lauf der Entwicklung Verbesserungen in Bezug auf die emotionale Regulation, während das Ausmaß der emotionalen Dysregulation bei Mädchen erhöht bleibt (Ronda, 2024). Dies hat auch Auswirkungen auf den Bildungskontext. Schüler, die gute ER-Strategien aufweisen haben einen Leistungsvorteil gegenüber denen, die dazu nicht in der Lage sind (Davis & Levine, 2013), da ER-Strategien beispielsweise positiv mit der Leistung bei Lese- und Mathematikaufgaben korrelieren (Andrés et al., 2017). Ein Repertoire an ER-Strategien könnte im Bildungskontext helfen, emotional anspruchsvolle akademische Erfahrungen zu überwinden (Ivcevic & Brackett, 2014).

Neben der Emotionsregulation spielt auch die Stressbewältigung im Bildungskontext eine zentrale Rolle. Stress trägt direkt oder indirekt zur Entwicklung und Verschärfung von ADHS-Symptomen bei. Eine frühzeitige Identifizierung stressbedingter Risiken kann gezielte Präventions- und Interventionsstrategien im Bildungskontext ermöglichen (Koppelmaa et al., 2024). Mädchen mit ADHS berichten im Vergleich zu Jungen häufiger über Stress und schlechtere Bewältigungsstrategien (Rucklidge, 2008). Mädchen mit ADHS weisen zudem oft hohe Stresswerte auf. Etwa 50 % gaben in einer Studie von Isaksson und Kollegen (2015) an, oft oder immer viel gleichzeitig zu tun, sich durch die Anforderungen der Schule unter Druck gesetzt zu fühlen und nicht

genug Zeit zu haben. Dies kann sich u.a. auch negativ auf die Peer-Beziehungen auswirken. Personen mit langanhaltenden hohen Stressniveaus neigen eher zu Konflikten und reagieren aggressiver innerhalb soziale Interaktionen (Sandi & Haller, 2015). Außerdem reagieren Menschen auf Stress, indem sie sich aus sozialen Situationen zurückziehen, was zu Isolation und verminderter sozialer Unterstützung führen und so Stress- und Angstgefühle verschlimmern kann (Sandi & Haller, 2015). Höhere wahrgenommene Stressniveaus sind obendrein mit schlechteren schulischen Leistungen verbunden (Pascoe et al., 2020).

Ziel meiner Bachelorarbeit ist es demnach einen systematischen Überblick über den bisherigen Kenntnisstand zu den geschlechtsspezifischen Unterschieden in Stressreaktionen sowie sozioemotionalen Bewältigungsstrategien bei Schülern mit ADHS zu erstellen und zu untersuchen, wie sich diese Faktoren auf ihre Peerbeziehungen und akademische Leistungen auswirken.

Literatur

- Andrés, M. L., Stelzer, F., Canet Juric, L., Introzzi, I., Rodríguez-Carvajal, R., & Navarro Guzmán, J. I. (2017). Regulación emocional y desempeño académico: revisión sistemática de sus relaciones empíricas. *Psicología em Estudo*, 22(3), 299. <https://doi.org/10.4025/psicoestud.v22i3.34360>
- Arnold, L. E., Hodgkins, P., Kahle, J., Madhoo, M., & Kewley, G. (2020). Long-term outcomes of ADHD: Academic achievement and performance. *Journal of Attention Disorders*, 24(1), 73–85. <https://doi.org/10.1177/1087054714566076>
- Ayano, G., Demelash, S., Gizachew, Y., Tsegay, L., & Alati, R. (2023). The global prevalence of attention deficit hyperactivity disorder in children and adolescents: An umbrella review of meta-analyses. *Journal of Affective Disorders*, 339, 860–866. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2023.07.071>
- Davis, E. L., & Levine, L. J. (2013). Emotion regulation strategies that promote learning: Reappraisal enhances children's memory for educational information. *Child Development*, 84(1), 361–374. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2012.01836.x>

- Flores, J., Caqueo-Urizar, A., López, V., & Acevedo, D. (2022). Symptomatology of attention deficit, hyperactivity and defiant behavior as predictors of academic achievement. *BMC Psychiatry*, *22*(1), 61. <https://doi.org/10.1186/s12888-022-03714-8>
- Isaksson, J., Nilsson, K. W., & Lindblad, F. (2015). The Pressure–Activation–Stress scale in relation to ADHD and cortisol. *European Child & Adolescent Psychiatry*, *24*(2), 153–161. <https://doi.org/10.1007/s00787-014-0544-9>
- Ivcevic, Z., & Brackett, M. (2014). Predicting school success: Comparing conscientiousness, grit, and emotion regulation ability. *Journal of Research in Personality*, *52*, 29–36. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2014.06.005>
- Koppelmaa, K., Yde Ohki, C. M., Walter, N. M., Walitza, S., & Grünblatt, E. (2024). Stress as a mediator of brain alterations in attention-deficit hyperactivity disorder: A systematic review. *Comprehensive Psychiatry*, *130*, 152454. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2024.152454>
- Murray, A., Speyer, L., Thye, M., Stewart, T., Obsuth, I., Kane, J., Whyte, K., Devaney, J., Rohde, L. A., Ushakova, A., & Rhodes, S. (2023). Illuminating the daily life experiences of adolescents with and without ADHD: Protocol for an ecological momentary assessment study. *BMJ Open*, *13*(9), e077222. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2023-077222>
- Pascoe, M. C., Hetrick, S. E., & Parker, A. G. (2020). The impact of stress on students in secondary school and higher education. *International Journal of Adolescence and Youth*, *25*(1), 104–112. <https://doi.org/10.1080/02673843.2019.1596823>
- Ronda, A. C. D. (2024). ADHD-related sex differences in emotional symptoms across development. *Adolescent Psychiatry*.
- Rucklidge, J. J. (2008). Gender differences in ADHD: Implications for psychosocial treatments. *Expert Review of Neurotherapeutics*, *8*(4), 643–655. <https://doi.org/10.1586/14737175.8.4.643>
- Rucklidge, J. J., & Tannock, R. (2001). Psychiatric, psychosocial, and cognitive functioning of female adolescents with ADHD. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, *40*(5), 530–540. <https://doi.org/10.1097/00004583-200105000-00012>
- Sandi, C., & Haller, J. (2015). Stress and the social brain: Behavioural effects and neurobiological mechanisms. *Nature Reviews Neuroscience*, *16*(5), 290–304. <https://doi.org/10.1038/nrn3918>
- Shaw, P., Stringaris, A., Nigg, J., & Leibenluft, E. (2014). Emotion dysregulation in attention deficit hyperactivity disorder. *American Journal of Psychiatry*, *171*(3), 276–293.

<https://doi.org/10.1176/appi.ajp.2013.13070966>

Steinberg, E. A., & Drabick, D. A. G. (2015). A developmental psychopathology perspective on ADHD and comorbid conditions: The role of emotion regulation. *Child Psychiatry & Human Development*, 46(6), 951–966. <https://doi.org/10.1007/s10578-015-0534-2>

World Health Organization (Hrsg.). (2021). *International statistical classification of diseases and related health problems* (11th ed.). <https://icd.who.int/browse/2024-01/mms/en#821852937>