

# Tabelle 6: Unterstützung & Anpassungen

Hier sind einige Beispiele für Dinge, bei denen du Unterstützung oder Anpassungen brauchen könntest. Markiere diejenigen, die für dich hilfreich sein könnten. Besprich sie bei Bedarf mit der Beratungsstelle für Studierende mit Behinderung an deiner Hochschule.

Problem	Mögliche Anpassung oder Unterstützung
Zu langsames oder unleserliches Schreiben per Hand.	Tippen auf einem Notebook. Notizen von Mitstudierenden kopieren. Evtl. Kann die Beratungsstelle für Studierende mit Behinderung helfen, Studierende dafür zu finden.
Schreiben und Zuhören zugleich ist nicht möglich.	Notizen von Mitstudierenden kopieren. Evtl. Kann die Beratungsstelle für Studierende mit Behinderung helfen, Studierende dafür zu finden.
Abstrakte Konzepte verstehen, ohne das konkrete Beispiele gegeben werden.	Sprich nach der Lehrveranstaltung mit der Dozent*in oder Tutor*in und bitte sie, ein Beispiel zu nennen.
Anweisungen interpretieren.	Bitte die Dozent*in oder Tutor*in um Präzisierung. Gib dein Verständnis der Aufgabenstellung wieder. Dann können sie dich korrigieren, bestätigen oder zusätzliche Informationen geben.
Sich auf Themen konzentrieren, die einen nicht interessieren.	Mach einen Wochenplan und plane Zeit für Aufgaben zu diesen Themen ein. Du brauchst wahrscheinlich mehr Zeit dafür als für interessante Aufgaben. Strukturiere deine Arbeit gut. Versuche, etwas Interessantes an der Aufgabe zu finden.
Ziele setzen und organisiert sein.	Erstelle einen Semester-Prüfungsplaner, und dann jede Woche einen Wochenplan. Möglicherweise kann eine Assistenz dir helfen.
Wissen, was man für eine Prüfung lernen muss.	Sprich mit deiner Tutor*in über eine geeignete Strategie, dich auf die Prüfungen vorzubereiten. Wenn du Studierende kennst, die diese Prüfung bereits geschrieben haben, frage sie ebenfalls.
Prüfungen in unbekanntem Räumen schreiben müssen.	Sprich mit der Beratungsstelle für Studierende mit Behinderung. Es sollte möglich sein, die Prüfung in einem anderen Raum zu schreiben oder den Raum
In einem großen Raum mit vielen Leuten abgelenkt sein bei der Prüfung.	Sprich mit der Beratungsstelle für Studierende mit Behinderung. Es sollte möglich sein, die Prüfung in einem kleineren Raum zu schreiben, mit weniger Leuten und weniger Ablenkung.
Nicht in der Lage sein, sich in großen Hörsälen zu konzentrieren oder etwas zu verstehen.	Setz dich so weit nach vorn wie möglich. Versuche neben Studierenden zu sitzen, die sich auf die Vorlesung konzentrieren.

Sich gestresst oder überwältigt vom Arbeitspensum fühlen.	Überprüfe deinen Semester-Prüfungsplan. Setzt du deine Prioritäten richtig? Such eine geeignete Beratungsstelle an der Uni auf (auch z.B. beim AStA) und sprich mit ihnen über das Problem. Überprüfe, ob es möglich ist, einen Kurs abzubrechen und im nächsten Semester zu machen.
Umgang mit Angst und Stress.	Sprich mit der psychologischen Beratungsstelle der Uni. Wenn Angst und Stress überhandnehmen, kann eine psychotherapeutische Unterstützung oder eine Assistenz angezeigt sein.