

2/2025

# Ausblick

**Habe ich Angst oder  
hat die Angst mich?**

Fachartikel

Seite 4

**Vom Donbas zur ICP: Mein Weg  
in die Sozialpädagogik**

Interview mit Liliia Huber

Seite 8

**Wo Zukunft wächst: unser neuer  
Schulstandort in Winznau**

Die Geschäftsleitung sieht nach vorne

Seite 14





## Inhalte

### 4 Tiefblick

Habe ich Angst oder  
hat die Angst mich?

Fachartikel

### 8 Anblick

Vom Donbas zur ICP:  
mein Weg in die Sozial-  
pädagogik

Interview mit Liliia Huber

### 10 Einblick

Wachstum begleiten,  
das weiterwirkt

Interview mit Magali Kümmerli

### 11 Rückblick

Generationenwechsel in der  
Leitung der ADHS-Ausbildung

Interview mit Ursula Ammann und  
Simone Pfeiffer

### 14 Ausblick

Wo Zukunft wächst:  
unser neuer Schulstandort  
in Winznau

Die Geschäftsleitung sieht nach vorne

### 16 Überblick

News und Agenda

## Lang ist's her und prägt doch sehr

Liebe Leserinnen und Leser

An biografischen Themen kommt man in der Sozialpädagogik nicht vorbei. Dass die eigene Auseinandersetzung mit unserer Biografie ein lebenslanges Thema bleibt, wurde uns im letzten halben Jahr in der Begleitung unserer Studierenden – aber auch in der Zusammenarbeit als Team – einmal mehr bewusst.

Umso schöner ist es, am Ende des Studiums zu sehen, welche gewaltigen Schritte und welche ehrliche Auseinandersetzung mit ihrer eigenen Biografie unsere Studierenden in den drei oder vier Jahren der Ausbildung gemacht haben.

Dass wir die Studierenden in diesen Prozessen persönlich begleiten und dafür auch viele Stellenprozente zur Verfügung haben, ist ein wertvoller Schwerpunkt der ICP, der das «P» für «persönlich» besonders betont. Passend dazu widmet sich der Fachartikel der Frage, warum Ängste in unserer Gesellschaft zunehmen und wie Fachpersonen Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen in solchen Situationen durch Gemeinschaft und Beziehung Halt geben können.

Diese Ausgabe zeigt eindrücklich, wie Fachlichkeit und persönliche biografische Erfahrung sich gegenseitig bereichern können. Eine unserer Studierenden aus der Ukraine gibt Einblick in ihre Ausbildung an der Höheren Fachschule für Sozialpädagogik – und darin, wie ihr eigener Weg in ein neues Land ihre professionelle Haltung stärkt. Eine Klassenbegleiterin schildert, wie sie biografische Erfahrungen reflektiert und achtsam in ihre pädagogische Arbeit einbringt.

Biographiearbeit ist nur eines der vielen Themen, die unser Ausblick aufgreift. Wir wünschen Ihnen viel Freude beim Lesen und Entdecken.

Herzlich

Stefanie Reusser  
Schulleiterin, Co-Geschäftsleitung



Aus- und Weiterbildung mit  
**Vitamin C**

## Ausbildung in Sozialpädagogik HF

### Nächste Info-Veranstaltungen

- 20.01.2026, ICP Wissen, 09.15–14.30 Uhr  
mit Schnuppermöglichkeit
- 21.01.2026, online, 17.00–18.30 Uhr

Informationen und Anmeldung  
Tel. 062 293 50 01, admin@icp.ch



icp.ch

### Impressum

Herausgeber:  
Höhere Fachschule  
für Sozialpädagogik ICP  
Froburgstrasse 266  
CH-4634 Wissen  
062 293 50 01  
admin@icp.ch, www.icp.ch

Redaktion:  
Emanuel Fritschi  
Gestaltung:  
Dissenter, Winterthur  
Auflage:  
1500 Ex., zweimal jährlich



## Fachartikel

# Habe ich Angst oder hat die Angst mich?

Angststörungen zählen zu den häufigsten psychischen Erkrankungen in der Schweiz. Sozialpädagogische Fachkräfte stehen vor der Aufgabe, diese Entwicklung fachlich wie auch spirituell zu verstehen und angemessene Unterstützungskonzepte zu entwickeln.

## Epidemiologie und aktuelle Entwicklungen

Daten aus verschiedenen Studien wie auch Krankenkassenanalysen belegen einen deutlichen Anstieg von Angststörungen unter Jugendlichen und jungen Erwachsenen. In den letzten zehn Jahren hat sich die Zahl der Betroffenen zwischen 15 und 29 Jahren mehr als verdoppelt.

Auch die stationären Behandlungszahlen verdeutlichen die Dramatik: Bei Mädchen zwischen 15 und 17 Jahren wurden 2022 rund ein Drittel mehr Angststörungen behandelt als noch 2019<sup>1</sup>. Die Corona-Pandemie hat diesen Trend verstärkt, doch bereits vorher war ein kontinuierlicher Anstieg zu beobachten.

Neben klassischen Symptomen wie Panikattacken, generalisierter Angst und sozialer Phobie treten vermehrt Mischformen auf. Viele junge Menschen berichten von diffusen Ängsten, die sich nicht klar benennen lassen. Sie fühlen sich überfordert, haben Angst vor Versagen, sozialem Ausschluss oder der Zukunft im Allgemeinen.

«Laut der Schweizerischen Gesundheitsbefragung 2022 leiden etwa 20 % der Jugendlichen zwischen 15 und 24 Jahren an einer behandlungsbedürftigen Angststörung.»<sup>4</sup>

## Ursachen und Risikofaktoren

Die Gründe für die Zunahme von Angststörungen sind vielfältig:

- **Digitale Medien:** Ständige Erreichbarkeit, Vergleiche in sozialen Netzwerken, Cybermobbing und der Druck, sich ständig zu präsentieren. Jugendliche mit hoher Bildschirmzeit berichten signifikant häufiger von psychischen Problemen<sup>2</sup>.
- **Gesellschaftlicher Druck:** Hohe Erwartungen an schulische und berufliche Leistungen, aber auch an das soziale Leben.
- **Abnehmender Zusammenhalt:** Zunehmende Trennungen, fehlende stabile Bezugspersonen, gesellschaftliche Polarisierungen und das Gefühl, nicht mehr Teil einer stabilen Gemeinschaft zu sein schüren Ängste vor dem Verlust von Zugehörigkeit.
- **Krisenhaftes Weltgeschehen:** Kriege, Klimakrise, wirtschaftliche und politische Unsicherheiten führen zu einem Gefühl der Ohnmacht.

Diese Faktoren wirken oft zusammen und verstärken sich gegenseitig.

Die Forschung betont inzwischen, dass gesellschaftliche Faktoren das Risiko für psychische Erkrankungen bei jungen Menschen entscheidend beeinflussen – eine Individualisierung der Ursachen, wie sie lange Zeit üblich war, greift zu kurz<sup>3</sup>.

## Symptome und Auswirkungen

Angststörungen äussern sich bei jungen Menschen häufig anders als bei Erwachsenen. Neben klassischen Symptomen wie Herzrasen, Schweissausbrüchen oder Schwindel zeigen sich oft auch Rückzugsverhalten, Konzentrationsstörungen, Reizbarkeit und psychosomatische Beschwerden. Die schulische und berufliche Entwicklung kann erheblich beeinträchtigt werden.

## Herausforderungen für die Sozialpädagogik

Sozialpädagog:innen sind oft die ersten, die mit den Auswirkungen von Angststörungen in Kontakt kommen. Sie beobachten junge Menschen im Zusammenleben, erkennen Veränderungen im Verhalten und können wichtige Vertrauenspersonen sein. Die Herausforderungen liegen darin, die feinen Signale wahrzunehmen, angemessen zu reagieren und den Betroffenen Halt zu geben. Je früher eine Angststörung erkannt und behandelt wird, desto besser ist die Prognose. Viele Jugendliche schämen sich für ihre Ängste und versuchen, sie zu verbergen.

## Perspektiven und Handlungsansätze einer christlichen Sozialpädagogik

Christliche Sozialpädagogik sieht den Menschen als einzigartiges Geschöpf Gottes mit einer unverlierbaren Würde. Sie rechnet damit, dass Gott weit über begrenzte

menschliche Fähigkeiten hinauswirken kann und sucht dieses Wirken bewusst. Das hilft, immer neue Perspektiven zu finden, auch in schwierigen Situationen. Aus dieser Haltung heraus ergeben sich konkrete Handlungsansätze:

## Beziehung als Fundament

Im Mittelpunkt steht die Beziehung. Junge Menschen erleben häufig, dass sie mit ihren Ängsten «uncool» wirken oder nicht dazugehören. Die Botschaft, dass jeder Mensch wertvoll und von Gott geliebt ist – unabhängig von Leistung oder psychischer Gesundheit – wirkt entlastend und stärkt das Selbstwertgefühl.

«Eine Beziehung <auf Augenhöhe> ist für Professionelle viel leichter herzustellen, wenn sie sich ihrer eigenen Ängste bewusst sind.»

## Ressourcenorientierung

Statt Defizite zu betonen, werden die Stärken und Fähigkeiten der jungen Menschen in den Blick genommen. Was gelingt mir trotz der Ängste? Welche Herausforderungen





### Vergebung und Neuanfang

Fehler und Scheitern gehören zum Leben. Die Botschaft von Vergebung und Neuanfang entlastet und ermutigt, auch nach Rückschlägen wieder aufzustehen. Dies kann helfen, den Perfektionsdruck zu relativieren.

Der christliche Glaube eröffnet eine Perspektive der Hoffnung, die über das Hier und Jetzt hinausreicht. Wer auf einen Sinn hoffen kann, auch wenn er momentan nicht erkennbar ist, kann in Krisen und Unsicherheit Kraft schöpfen, um mit Ängsten umzugehen.

### Konkrete spirituelle und existenzielle Hilfen zur Angstbewältigung

Angst und Furcht im Alltag, aber auch klinische Angststörungen sind meist eng mit existenziellen Fragen verbunden, zum Beispiel:

- Was gibt mir ein Gefühl von Geborgenheit/ Gehaltensein?
- Was hilft mir, mich selbst anzunehmen – auch in schwierigen inneren Zuständen und Gefühlen?
- Wie finde ich Kraft, Zuversicht oder Hoffnung?
- Was sind meine Ziele? Was gibt mir ein Gefühl von Sinn?

Daher ist das Thematisieren von existenziellen und spirituellen Fragen bei Ängsten besonders hilfreich und wichtig. Welche Art Hilfe für die konkrete Person Sinn ergibt, muss mit ihr gemeinsam herausgefunden werden!

### Angst akzeptieren und Geborgenheit bei Gott suchen

Solange wir in der Welt sind, haben wir es mit Ängsten zu tun. Durch Christus haben sie aber nicht mehr das letzte Wort! So können wir üben, uns zu Gott hinzuflüchten und Ihm das Herz auszuschütten. In vielen Fällen ist es möglich, mit den jungen Menschen einen «inneren sicheren Ort» von Geborgenheit und Schutz aufzubauen, den dieser jederzeit und besonders in Angstsituationen

**«Das Gefühl, Teil einer tragenden Gemeinschaft zu sein, wirkt Ängsten entgegen und fördert die psychische Gesundheit.»**

im Leben habe ich gemeistert? Was habe ich dabei gelernt? Wer oder was hat mir geholfen, die schlimmsten Stürme zu überstehen? Diese Perspektive gibt Mut und fördert das Erleben von Selbstwirksamkeit.

### Spiritualität als Ressource

Spirituelle Angebote wie Gebet, Meditation, Psalmen oder Dankbarkeit können helfen, Angst zu relativieren und neue Zuversicht zu gewinnen. Die Bibel zeigt: Auch glaubende Menschen – selbst Jesus – kannten Angst. Statt Ablenkung helfen Sammlung und Stille, zur Ruhe zu kommen und Gottes Weg mit uns neu zu sehen. Schweigen auszuhalten und nicht sofort Lösungen anzubieten, ist oft wichtiger als gut gemeinte Ratschläge.

### Gemeinschaft und Zugehörigkeit

Angst isoliert, Gemeinschaft trägt. Kirchliche und sozialpädagogische Gruppen bieten einen Raum, in dem jugendliche Gemeinschaft erleben, sich gegenseitig stärken und ihre Erfahrungen teilen können. Kunst, Musik, Theater oder Bewegung in Gemeinschaft bieten alternative Ausdrucksformen für Gefühle, die schwer in Worte zu fassen sind. Kreative Angebote fördern die Selbstwahrnehmung und helfen, Ängste zu verarbeiten.

wieder aufsuchen kann. In der Gegenwart Gottes kann die Bedrohung einen neuen Stellenwert erhalten. Auch durch das Verhalten des Helfers kann der Klient die Liebe Gottes erfahren.

### Sorgen bewusst auf Gott werfen

Was ist (ängstliche) Sorge und was (sinnvolles) Planen? Wenn ich Sorge wahrnehme, kann ein willentliches «Werfen» der Sorge auf Gott sehr entlastend sein. Gott sein Vertrauen auszusprechen, kann uns helfen, aus inneren Sätzen wie «Alles, nur das nicht» oder «Nein, um keinen Preis!» herauszutreten. Das sind Sätze, die Angst schüren, was passieren könnte, wenn «das» trotzdem eintritt!

### Habe ich Angst – oder hat die Angst mich?

Angst kann so stark werden, dass sie den Betroffenen ganz beherrscht. Man ist Sklave der Angst, gehorcht ihr völlig.

Ein wichtiger Schritt kann sein, sich bewusst gegen das Beherrschtwerden durch die Angst zu entscheiden und ihr mit Jesus oder einem anderen vertrauenswürdigen Begleiter an der Seite ins Gesicht zu schauen. Wie Jesus im Garten Gethsemane angesichts seiner eigenen Todesangst. Dabei beginnt ein Prozess, in dem Angst oft kleiner wird. Aus «Die Angst hat mich» kann «Ich habe gerade Angst» werden – was bereits entlastet.

### Angstfixiert oder ressourcenorientiert?

Allerdings sollte die Angst nicht Hauptthema der Gespräche werden. Wichtiger sind Strategien zur Überwindung der Angst und Aufbau von Vertrauen. Bildlich ausgedrückt: Aus der Enge der Angst heraus stellt Gott meine Füße auf weiten Raum (Ps.31). Es gilt, die Mitarbeit des jungen Menschen zu gewinnen, ihm zu eigenen Erfolgserlebnissen verhelfen. Ressourcen aufspüren, Teilerfolge sehen und dafür danken, das ist sehr hilfreich.

### Quellen:

<sup>1</sup> <https://www.deutschlandfunkkultur.de/psychisch-krank-kinder-jugendliche-100.html>

<sup>2</sup> <https://www.swr.de/wissen/psychische-gesundheit-zunehmend-schlechter-102.html> <https://www1.wdr.de/nachrichten/studie-jugendliche-deutschland-gen-z-afd-102.html>

**«Durch Flucht und Vermeidung wird die Angst aufrechterhalten und immer weiter genährt.»**

### Ausblick

Angststörungen bei jungen Menschen sind ein gesamtgesellschaftliches Problem, das sozialpädagogisches und spirituelles Verstehen und Handeln gleichermaßen herausfordert. Die Kombination aus fachlicher Kompetenz, empathischer Begleitung und spirituellen Ressourcen eröffnet vielfältige Wege, junge Menschen zu begleiten, zu stärken und ihnen Hoffnung zu geben, so dass sie auch in schwierigen Zeiten ihren Weg finden.

> Friedemann Alsdorf. Diplom-Psychologe, Psychotherapeut und Supervisor, verheiratet, drei erwachsene Kinder, vier Enkelkinder. Nach kürzeren Berufszeiten in der Psychiatrie und der Sonderpädagogik war ich neun Jahre therapeutischer Leiter einer christlichen Drogentherapie. Seit 1997 bin ich Referent, Supervisor und Ansprechperson für Ratsuchende mit Suchtproblemen bei der IGNIS Akademie. Mit der Schweiz bin ich langjährig verbunden als Stiftungsrat, Dozent und Konzeptentwickler bei der ICP – und durch meine Liebe zu den Bergen. Meine Leidenschaft ist, christlichen Glauben mit fachlichen Erkenntnissen und Methoden so zu verbinden, dass daraus praktische Hilfen für Klienten und Professionelle entstehen.

<sup>3</sup> <https://www.swr.de/wissen/psychische-gesundheit-zunehmend-schlechter-102.html>

<sup>4</sup> Bundesamt für Statistik (BFS, 2024): Schweizerische Gesundheitsbefragung 2022



# Vom Donbas zur ICP: mein Weg in die Sozialpädagogik

## Liliia, woher kommst du und was hat dich zu einem Studium in Sozialpädagogik bewegt?

Ich komme ursprünglich aus der Donbas-Region in der Ukraine, die bereits 2014 vom russischen Militär angegriffen wurde. Zu dieser Zeit floh ich mit meiner Mutter und meinem Bruder für ein halbes Jahr zu meiner Tante nach Heidelberg. Seit der Grundschule hatte ich den Wunsch, Menschen zu helfen und Medizin zu studieren. Als ich in die Ukraine zurückkehrte, änderte ich meinen Plan. Ich entschied mich zunächst für ein Studium der Philologie. In dieser Zeit rückte mein ursprünglicher Traum, Medizin zu studieren, in den Hintergrund. In meinem letzten Bachelorsemester ging ich als Au-pair nach Konstanz, um meine Deutschkenntnisse weiter zu verbessern. Kurz darauf begann der erneute Angriff auf die

## «Ihre Worte gaben mir Kraft – manchmal fühlte es sich an, als verliehen sie mir Flügel.»

Ukraine. Meine Mutter floh gemeinsam mit meinen Grosseltern in die Schweiz, wo bereits meine Tante lebte. Durch ein Wunder erhielt ich die Erlaubnis, mich meiner Familie anzuschliessen und in der Schweiz zu arbeiten. Ich begann an einer Sonderschule zu unterrichten und fand so meinen Weg in die Soziale Arbeit. Damit kam ich meinem Kindheitstraum wieder näher: Menschen in schwierigen Lebenssituationen zu unterstützen.

## Welche persönlichen Erfahrungen prägen deine Arbeit als angehende Sozialpädagogin?

In der Ukraine begegnete ich vielen Menschen in sozialen, finanziellen und emotionalen Notlagen. Zahlreiche Familien leiden unter den Folgen von Alkoholsucht. Manche Kinder wachsen praktisch ohne Eltern auf, weil beide überarbeitet sind, um die Familie zu versorgen. Als Kind besuchte ich mit meiner Familie ein Kinderheim, in dem wir zu Weihnachten Geschenke verteilten. Die Bedingungen dort waren bedrückend: kaum Essen, kein Spielzeug, kaum Betreuung. Ihr Leben war erschütternd.

Noch heute schmerzt mein Herz, wenn ich daran denke. Trotz dieser schwierigen Umstände habe ich in der Ukraine kaum Menschen erlebt, die unter Depressionen litten oder keinen Lebenssinn mehr sahen. Mit solchem seelischen Schmerz wurde ich erst in Westeuropa, besonders in der Schweiz, konfrontiert. Dieser innere Schmerz scheint oft tiefer zu gehen als der körperliche, dem ich in meinem Herkunftsland häufiger begegnet bin. Was ich gelernt habe, ist die Bedeutung von Gemeinschaft mit lebensspendenden Menschen. Auch ich war in der Vergangenheit versucht aufzugeben, aber ich hatte Menschen, die mir halfen, die Hoffnung nicht zu verlieren.

Worte haben Macht: Sie können zerstören oder aufbauen. Deshalb ist es so wertvoll, wenn Menschen andere begleiten, zuhören, Orientierung geben und Halt bieten – besonders in unsicheren Lebensphasen. Ich möchte selbst so ein Mensch sein, durch den Gott Hoffnung schenkt. Die stärkste Ressource dafür ist mein Glaube an Jesus. Immer wieder erlebe ich, wie Gott übernatürlich in meinem

Leben wirkt – und hoffentlich durch mich auch in dem Leben anderer.

## Erkennst du Parallelen zwischen deiner Geschichte und den Biografien deiner Klient:innen?

Solche Erfahrungen mache ich eher selten, da ich mit Menschen arbeite, die vor ganz anderen Herausforderungen stehen. In der Quellenhofstiftung begleite ich stark traumatisierte Frauen im Alter von 16 bis 18 Jahren. Viele leiden unter Essstörungen, ADHS, seelischen Traumata, Depressionen und haben Klinikaufenthalte mit Suizidgedanken hinter sich. Auch wenn ich ihre Erlebnisse nicht selbst durchlebt habe, sehe ich das nicht als Hindernis. Ich bringe viel Empathie mit und finde immer wieder Zugang zu ihnen.

Die Arbeit mit ukrainischen Flüchtlingen wäre sicher eine andere, aber ebenso bereichernde Erfahrung. Eine Woche lang durfte ich bereits in einer Schulklasse mit geflüchteten ukrainischen Kindern unterrichten – eine

eindrückliche, schöne Erfahrung. Doch sie unterscheidet sich deutlich von der tiefen Beziehungsarbeit, die ich jetzt leiste.

## Welche Rolle spielen kulturelles Verständnis und Sensibilität in deiner täglichen Arbeit?

Jeder Mensch bringt seine eigene Lebensgeschichte und seine eigenen Werte und kulturellen Prägungen mit. Diese zu respektieren und verstehen zu wollen, ist für mich die Grundlage für eine vertrauensvolle Beziehung und eine wirksame Begleitung in der Sozialen Arbeit. Sensibel bleiben. Authentisch bleiben – auch wenn die Ansichten teils ganz anders sind. Ich habe selbst erlebt, wie unterschiedlich Normen, Erwartungen und Rollenbilder in verschiedenen Kulturen sein können. Diese Erfahrungen haben meinen Blick erweitert und mir gezeigt, wie entscheidend (kulturelle) Sensibilität, Offenheit und Empathie sind.

## Wie gehst du mit dem Spannungsfeld zwischen biografischer Prägung und persönlicher Verantwortung um?

Wir können nicht wählen, in welche Familie oder Kultur wir geboren werden. Viele erleben Schmerz, den andere kaum nachvollziehen können. Trotzdem tragen wir Verantwortung dafür, wie wir damit umgehen.

Heilung ist ein Prozess, und Hilfe anzunehmen kann ein wichtiger Schritt sein. Jeder Mensch wünscht sich, geliebt und angenommen zu werden. Dieses tiefe Bedürfnis

## «Ich glaube, in jedem Menschen steckt ein Potenzial, das sich entfalten will – hin zu dem, als den Gott ihn gedacht hat.»

begleitet uns alle. Ich glaube, in jedem Menschen steckt ein Potenzial, das sich entfalten will – hin zu dem, als den Gott ihn gedacht hat. Mein Wunsch ist es, Menschen auf diesem Weg zu begleiten und ihnen zu helfen, die Ressourcen in ihrer eigenen Biografie und ihr Potenzial zu entdecken.

## Wie hilft dir das Studium, deine Erfahrungen zu reflektieren und weiterzuentwickeln?

Ich bin sehr dankbar, dass die Ausbildung so viele Möglichkeiten zur gezielten Reflexion bietet. Jede:r kann dabei so tief gehen, wie es für ihn oder sie passt. Besonders

## «Verletzungen hinterlassen Spuren – oft ein Leben lang. Doch als Erwachsene können wir neue Sichtweisen und Haltungen entwickeln.»

schätze ich, dass die Schule grossen Wert auf persönliche Entwicklung legt. Fachliche Kompetenzen allein reichen nicht – jede:r kann lernen, was 4 × 4 ergibt. Persönliche Kompetenzen sind gerade in der Sozialpädagogik zentral – unsere Haltung ist entscheidend! Bei der ICP steht dieser Aspekt im Fokus.



## Wie bist du auf die ICP gestossen?

Für mich war es wichtig, eine Schule zu finden, die meine Werte teilt – an der ich authentisch sein und mich persönlich weiterentwickeln kann. Schon vor Studienbeginn arbeitete ich an meinem jetzigen Arbeitsplatz, wo mir mehrere Kolleg:innen, die selbst dort studiert haben, die Schule sehr empfohlen haben. Heute kann ich sagen: Es war definitiv die richtige Entscheidung.

Interview mit Magali Kümmerli

# Wachstum begleiten, das weiterwirkt

Als Sozialpädagog:in ist man selbst das wichtigste Werkzeug.

## Wie sieht ein typischer Arbeitstag als Klassenbegleiterin aus?

Den gibt es so nicht – jeder Tag bringt Neues. Wenn ich z.B. während eines Moduls drei Tage vor Ort bin, sind diese geprägt von Gesprächen mit Studierenden, der Begleitung ihrer Persönlichkeitsentwicklung, dem Korrigieren von Arbeiten, Kommentieren von Reflexionen sowie administrativen Aufgaben.

## Was begeistert dich an der Arbeit mit angehenden Sozialpädagog:innen besonders?

Die Möglichkeit, Menschen individuell auf ihrem Weg zu begleiten und sie gezielt dabei zu unterstützen, theoretisches Wissen in konkrete Handlungskompetenzen für den Berufsalltag zu übertragen.

## Gibt es Momente, die dich besonders beeindruckt haben in der Begleitung von Studierenden?

Ja, die gibt es immer wieder, besonders wenn Studierende mutig ihre Komfortzone verlassen. Zu sehen, wie Studierende ihre Unsicherheiten überwinden und daran wachsen, etwa wenn sie nach Mobbing Erfahrungen frei vor einer Gruppe sprechen, erfüllt mich mit grosser Freude und Respekt.

## Gab es Situationen in deinem eigenen Leben, die dich auf diese Rolle vorbereitet haben?

Ja, viele. Seit meinem Abschluss als Sozialpädagogin vor 30 Jahren habe ich in verschiedenen Arbeitsfeldern Erfahrungen gesammelt und mich stetig weitergebildet. Jede

berufliche und persönliche Erfahrung hat mich – direkt oder indirekt – auf diese Aufgabe vorbereitet.

## Was für Ansprüche hast du an dich selbst in deiner Arbeit?

Meine Aufgaben mit bestem Wissen und Gewissen anzugehen und jedem Studierenden wertschätzend auf Augenhöhe zu begegnen und sie individuell in ihren Lernfeldern zu begleiten.



## Welche Kompetenzen findest du für angehende Fachpersonen besonders zentral?

Reflexionsfähigkeit, Authentizität, Wertschätzung und Lernbereitschaft. Als Sozialpädagog:in ist man selbst das wichtigste Werkzeug.

## Wie stellst du dir die Sozialpädagogik der Zukunft vor?

Ich wünsche mir Fachpersonen, die gesellschaftlich engagiert sind und Menschen auf Augenhöhe begleiten – partizipativ, achtsam und mit dem Ziel, Selbstbestimmung zu fördern. Die Studierenden von heute gestalten genau diese Zukunft mit.

**«Wer sich selbst kennt und bewusst handelt, kann auch andere besser unterstützen und Entwicklung ermöglichen.»**

Ein Interview zur Stabübergabe

# Generationenwechsel in der Leitung der ADHS-Ausbildung

Nach neun erfolgreichen Jahren übergibt Ursula Ammann – bisherige Ausbildungsleiterin des Zertifikatskurses zum ADHS-Coach – die Verantwortung in die Hände von Simone Pfeiffer. In diesem Interview blicken wir zurück auf prägende Momente, erfahren mehr über den Übergabeprozess und werfen einen Blick in die Zukunft der Ausbildung. Ein Austausch über Erfahrungen, Werte und Visionen.

## Interview mit Ursula

**Ursula, mit viel Herzblut, Fachwissen und Engagement hast du den Zertifikatskurs zum ADHS-Coach geprägt und begleitet. Was nimmst du aus dieser Zeit mit?**

Alles! Es waren sehr viele Menschen, die ich auf ihrem Weg begleiten konnte, viele Begegnungen mit unseren wunderbaren Dozierenden, viele Gespräche am Rand. Ein Immer-am-Ball-Bleiben sowohl didaktisch, konzeptionell und natürlich auch an aktuellem Fachwissen. Ich war ja schon 2009 beim ersten Kurs als Dozentin und Supervisorin mit an Bord – dass Roland mich in seine Nachfolge berufen hat, war mir Herausforderung und Ehre zugleich. Es ist eine Zeit, die ich als reinen Segen betrachte!

## Was waren deine wichtigsten Ziele, als du die Rolle der Ausbildungsleiterin übernommen hast?

Unsere Ausbildung muss fachlich und didaktisch immer topaktuell sein und sehr alltagsbezogen. «Theorie ohne Praxis ist fruchtlos, Praxis ohne Theorie ist grundlos» – diese Aussage von mir war mein Motto.



**«Dass unsere Ausbildung inzwischen von der Schweizerischen Fachgesellschaft ADHS und von der IV als Leader empfohlen wird, gibt einen Hinweis darauf, wie gut unsere Dozierenden und unser Abschluss sind.»**

## Welche besonderen Highlights oder Meilensteine gab es in deiner Amtszeit?

Ein erstes Highlight und zugleich ein Meilenstein war sicher die total freie Hand, die ich bei der Übernahme zur Neugestaltung des Kurses bekam. Ein solches Vertrauen berührt und beflügelt! Daneben sicher das sehr menschliche Unterwegssein mit unseren herausragenden Dozierenden. Da staunte ich immer wieder, wie leicht sich so hochrangige Fachpersonen gewinnen liessen, sich bei uns zu investieren.





### Welche Entwicklungen oder Trends im Bereich ADHS-Coaching hast du in den letzten Jahren beobachtet?

Seit meinem ersten Ausbildungsgang 2009 hat ADHS einen Mainstream-Charakter bekommen. Es ist hip, ADHS zu haben. Gerade auf sozialen Medien werden z. T. fragwürdige Theorien zum Umgang mit ADHS empfohlen. Zudem drängen immer mehr Mitbewerber auf den Markt, die z. T. krude Versprechen oder unfachliche Ausbildungen anbieten – da graust mir manchmal schon. Umso wichtiger erscheint mir, dass unsere Ausbildung weiterhin so hervorragend positioniert ist. Die Zusammenarbeit im Ausbildungsbereich mit der IV und mit Professoren der Unis und FHs gibt da eine langfristige Absicherung.

### Was macht der Gedanke an die Pension mit dir? Freust du dich auf diese Zeit?

Ja unbedingt! Nicht, weil ich genug habe von der Arbeit, sondern weil ich es genieße, in einem Moment zurückzutreten, in dem dies (fast) alle noch bedauern. Dass ich

zudem Teil im Mitdenken und Mitgestalten der beiden neuen Ausbildungsgänge und in der Berufung meiner beiden tollen Nachfolgerinnen sein durfte, empfinde ich als grosses Vorrecht! In unserer Coaching-Praxis werden wir noch ca. fünf Jahre mit zunehmend reduzierendem Pensum weiterarbeiten. Loslassen in Etappen finde ich wunderbar. So habe ich meinen letzten Einsatz im SLS mit den Studierenden gefeiert, indem wir in der letzten Stunde alle zusammen Eis essen gegangen sind. Nach der letzten Lehrsupervision habe ich mich mit einem Buch aufs Sofa gelegt und mich schlicht gefreut. Nicht weil es vorbei war, sondern weil ich überall so tolle Menschen getroffen habe!

### Was möchtest du Simone weitergeben?

Mach dein bzw. euer Ding daraus – Sandra ist ja mit an Bord und wird im nächsten Ausblick vorgestellt.

**«Viele Bausteine des Lehrgangs behalten wir bei und sind dankbar für die tollen Dozierenden, die uns trotz Pensionierung von Ursula erhalten bleiben. Zusätzlich freuen wir uns auf neue Dozierende und Elemente, die unsere beiden Lehrgänge ergänzen und bereichern werden. Wir verraten noch nicht alles, nur so viel: Es wird noch interaktiver!»**

### Interview mit Simone

#### Simone, was hat dich motiviert, die Rolle als Ausbildungsleiterin der ADHS-Lehrgänge bei der ICP zu übernehmen?

Als ich vor einigen Jahren als Schulsozialarbeiterin die Ausbildung zum ADHS-Coach begann, hatte ich nicht erwartet, dass es mir dermassen den Ärmel reinziehen würde! Neben meiner Anstellung an einer Primarschule habe ich schrittweise begonnen, meine eigene Coaching-Praxis aufzubauen und habe diese Arbeit von Beginn an geliebt. Als Ursula mich 2021 fragte, ob ich im ADHS-Coaching-Lehrgang als Dozentin mitarbeiten möchte, musste ich nicht lange überlegen, obwohl ich grossen Respekt vor dieser Aufgabe hatte. Schritt für Schritt bin ich dann reingewachsen, durfte neue Aufgaben als Lehrsupervisorin übernehmen, Fallarbeiten mit beurteilen und wurde schliesslich Anfang 2024 Co-Leiterin für den damaligen Parallelkurs.

Das Thema ADHS fasziniert mich weiterhin und ich freue mich sehr, dass ich nun die Verantwortung für diesen spannenden Lehrgang übernehmen und ihn zusammen mit meiner grossartigen Kollegin, Sandra Wüst, weiterentwickeln darf. Ursulas Fussstapfen sind nicht auszufüllen – wir haben daher entschieden, unsere eigenen anzulegen.

#### Was bringst du an Erfahrung oder Perspektive mit, die du in die Ausbildung einbringen möchtest?

Die Bildungs- und Berufslandschaft hat sich verändert. Ebenso gewandelt haben sich unsere Studierenden und ihre Bedürfnisse an eine fachlich fundierte und praxisbezogene Weiterbildung. Deswegen bieten wir neu zwei Lehrgänge an. Bei der Ausgestaltung des neuen Lehrgangs für ADHS-Praxisbegleiter:innen war mir meine Erfahrung im schulischen Bereich sehr hilfreich. Als Sozialarbeiterin ist mir eine systemische und gut vernetzte Arbeitsweise sehr wichtig. Gerade bei komplexen Situationen ist es mir ein grosses Anliegen, dass Rollen geklärt und Zuständigkeiten definiert werden. Neben all dem grossen fachlichen Knowhow, welches unsere herausragenden Dozent:innen vermitteln, erachte ich den Praxistransfer und die Reflexion über die eigene Arbeitsweise als ganz zentrale Aspekte in jeder Weiterbildung. Mein Methoden-Repertoire aus meinen eigenen Weiterbildungen bereichern meine Coachingarbeit und ich hoffe, dass ich unsere Studierenden dafür gewinnen kann, sich stets weiterzubilden und damit weiterzuentwickeln. Lernen begeistert mich!

#### Was liegt dir besonders am Herzen in Bezug auf die ADHS-Coach-Ausbildung?

ADHS ist heute in aller Munde – das ist manchmal hilfreich, manchmal weniger. Mir ist es besonders wichtig, dass unsere Inhalte fachlich fundiert, nach Möglichkeit wissenschaftlich erprobt und in jedem Fall für die Arbeitsrealität unserer Studierenden hilfreich sind. Wir brauchen gute Fachpersonen für die Begleitung und Unterstützung von ADHS-Betroffenen – ausgestattet mit Fachkompetenz, viel Freude und einer guten Prise Humor.

#### Gibt es Aspekte, die du neu denken oder weiterentwickeln möchtest?

Sandra und ich haben einen grossen Gestaltungsspielraum für die neuen Lehrgänge erhalten, was ganz wunderbar ist. Ursula hat uns bei der Planung beraten und Etienne Wolf hat unterstützt. Sandra und ich sprudeln vor Ideen und ergänzen uns bisher ganz wunderbar.

#### Gibt es eine Botschaft, die ihr gemeinsam an die bisherigen oder zukünftigen Teilnehmenden richten möchtet?

ADHS ist ein faszinierendes Thema mit vielfältig besonderen und bunten Menschen. Bleibt da weiterbildungsmässig immer up to date – ihr wisst ja: «Wissenschaft heisst Wissenschaft, weil Wissen schafft...» (Bonmot von Ursula).

Coaching im Bereich ADHS ist spannend, bereichernd – und zugleich herausfordernd. Wer in diesem Feld arbeitet, braucht eine gute Selbstfürsorge. Dazu gehört der fachliche (und emotionale) Austausch unter Kolleg:innen, regelmässige Supervision und bewusste Auszeiten, um neue Energie zu tanken. Das wünschen wir euch von Herzen!





Wo Zukunft wächst: unser neuer Schulstandort in Winznau

## Die Geschäftsleitung blickt nach vorne: fünf Jahre nach dem Umbau

**Emanuel:** Fünf Jahre nach dem Umbau sehe ich einen Ort vor mir, an dem unser Hauptauftrag – Christliche Soziale Arbeit zu fördern und zu lehren – spürbar gelebt wird.

In der naturnahen Umgebung fühlen sich Menschen willkommen – zum Lernen, zum Denken, zum gemeinsamen Wachsen.

**Stefanie:** Die modernen, lichtdurchfluteten Räume fördern eine lebendige Lernkultur und laden zum Austausch ein. Schon beim Betreten des Gebäudes ist spürbar, dass wir unseren Werten – **innovativ, christlich, persönlich** – treu sind. Diese Werte zeigen sich in der Architektur und vor allem auch in der Art und Weise, wie wir miteinander umgehen.



### Der neue Standort als Lern- und Lebensraum

**Etienne:** Der neue Standort eröffnet uns ganz neue Möglichkeiten. Unsere Weiterbildungsangebote können direkt auf demselben Areal durchgeführt werden – das spart Wege und schafft zusätzlich Nähe. Besonders be-

geistert mich die Umgebung: Die Natur rundherum lädt zu Begegnungen, Reflexionsspaziergängen und gemeinsamen Aktivitäten ein. Ein kleiner Campus – ein Raum der persönlichen Begegnung, geprägt von Fachlichkeit und zukunftsorientiertem Denken.

**Stefanie:** Im Unterschied zur bisherigen Einmietung auf der Froburg – wo das Zusammenleben mit anderen Schulen oft herausfordernd war – steht uns ein eigenes Gebäude zur Verfügung. Mit viel mehr Gestaltungsspielraum und Flexibilität. Die Kombination aus ruhiger, naturnaher Lage und guter Erreichbarkeit durch den ÖV ist ideal. Geplant ist ein kleiner Campusinnenhof, der den Austausch und das Miteinander fördert. Winznau ist nicht nur eine logistische Verbesserung, sondern ein weiterer Meilenstein in der Entwicklung unserer Schule – wir arbeiten weiterhin an neuen, kreativen Lernformen.

**«Der neue Standort hat sich zu einem lebendigen Treffpunkt entwickelt, an dem Studierende, Weiterbildungsteilnehmende, Dozierende und kirchliche Akteure zusammenkommen, voneinander lernen und sich auf hohem fachlichem Niveau austauschen.»**



### Beteiligung und Mitgestaltung – gemeinsam unterwegs

**Emanuel:** Uns ist wichtig, dass alle Beteiligten gehört und einbezogen werden. Deshalb setzen wir auf klare Informations- und Mitwirkungsformate in regelmässigen Etappen. So entsteht Akzeptanz, Identifikation und vor allem Qualität, getragen von vielen verschiedenen Perspektiven.

### Ein Umbau mit persönlicher Bedeutung

**Emanuel:** Für mich ist dieser Umbau ein Herzensprojekt. Es ist eine besondere Chance, die Zukunft der ICP aktiv mitzugestalten. Ich bin überzeugt: Gott lenkt und wir dürfen unseren Beitrag leisten. Solche Gelegenheiten bekommt man nicht oft im Leben.

**Etienne:** Ja, das sehe ich genauso. Es ist eine grosse Chance, der ICP innen wie aussen ein neues Gesicht zu geben. Wir können Dinge neu denken – von Licht- und Farbkonzepten bis hin zur digitalen Infrastruktur. All das beeinflusst auch unser didaktisches Arbeiten nachhaltig. Gleichzeitig ist das Projekt eine echte Herausforderung: Der Schulbetrieb läuft weiter, es gibt unzählige Entscheidungen zu treffen, und es muss an vieles gleichzeitig gedacht werden. Aber die Vorfreude auf den neuen Ort und das, was wir dort schaffen können, ist riesig.

**Stefanie:** Für mich ist es ein Wechselbad zwischen Vorfreude und zusätzlicher Belastung. Der Umbau bringt viele neue Aufgaben mit sich, aber auch die Perspektive auf einen Lernort, der wirklich zu uns passt. Nach drei intensiven Jahren in der Schulleitung voller Veränderungen freue ich mich darauf, mit der Schule in ruhigere Fahrgewässer zu kommen und wieder mehr Stabilität im Alltag zu erleben.

**«Jede Spende hilft uns, Räume zu schaffen, in denen Menschen wachsen, sich begegnen und lernen können. Es ist ein gemeinsames Werk – und wir laden Sie herzlich dazu ein, Teil davon zu werden.»**

### Ein Umbau, der auch finanziell getragen werden muss

**Emanuel:** So gross die Freude über den neuen Standort ist – ein solches Projekt ist mit erheblichen finanziellen Aufwänden verbunden. Als private Bildungsinstitution ohne staatliche Trägerschaft sind wir auf Unterstützung angewiesen, um die baulichen und infrastrukturellen Investitionen tragen zu können.

**Etienne:** Mit den verfügbaren Mitteln müssen wir sorgfältig haushalten und wollen dennoch einen Ort schaffen, der die besondere ICP-Atmosphäre ausstrahlt. Die Steuerbefreiung, die einen Steuerabzug ermöglicht, kam da genau zum richtigen Zeitpunkt. Als «kleine» Schule sind wir auf Spenden angewiesen – jede Spende trägt dazu bei, das Projekt Neuer Schulstandort Winznau innovativ und zukunftsorientiert zu realisieren.

### Möchten Sie dieses Projekt mittragen?

Wir freuen uns über jede Form von Unterstützung – sei es durch eine Spende, ein Mitwirken oder das Weitertragen unserer Vision.

Mehr über unser neues Zuhause und unsere Arbeit finden Sie auf [www.icp.ch](http://www.icp.ch)

### via Banküberweisung

CH56 8080 8006 9794 2244 2  
Raiffeisenbank Region Glatt  
Bahnhofstrasse 1  
CH-8304 Wallisellen



### via TWINT

- QR-Code mit der TWINT App scannen
- Betrag und Zahlung bestätigen





## Spannende Einblicke in die Praxis:

Nach Mitte Mai präsentierte die Ausbildungsklasse im 2. Jahr eindrucksvolle Fallarbeiten – ein vielfältiger Einblick in die sozialpädagogische Praxis.

## Diplomphase auf Hochtouren:

Anfang Juni stellten die Studierenden der hfs21 ihre Diplomarbeiten vor, anfangs Mai folgte die mündliche Diplomprüfung und Mitte Juni die Präsentationen der Projektarbeiten der hfs22. Beide Klassen meisterten diese Etappen mit grossem Engagement.

## Gemeinsam reflektieren und visionieren:

Anfang August nahmen wir ICP-Mitarbeitenden an der Retraite teil. Es gab Raum für Rückblick, Austausch und Visionen, auch im Hinblick auf den geplanten Umbau des neuen Standortes, den wir vor Ort besichtigen konnten.

## Ein emotionaler Abschied:

Am 15. August feierten wir die Diplomierung der hfs21. Mit einem lachenden und einem weinenden Auge verabschiedeten wir eine tolle Klasse, die wir sehr vermissen werden.

## Neuer Lehrgang erfolgreich gestartet:

Am 23. August startete der neue Zertifikatslehrgang ADHS-Praxisbegleiter:in. Die grosse Nachfrage zeigte sich in den rasch ausgebuchten Teilnehmerplätzen.

## Umbau konkretisiert sich:

Ebenfalls im August begann das Bauplanungsteam mit der Erarbeitung der konkreten Umbaupläne für den neuen Standort. Das war ein bedeutender Schritt Richtung Zukunft.

## Qualität bestätigt:

Am 26. August fand das SQS-Audit statt. Wir freuen uns sehr, dieses mit dem Prädikat «Exzellenz» bestanden zu haben.

## Neues Studienjahr gestartet:

Am 1. September durften wir 29 neue Studierende im Studiengang HF Sozialpädagogik willkommen heissen. Das ist ein weiterer erfreulicher Zuwachs, der den positiven Entwicklungstrend der letzten Jahre bestätigt.

## Höhere Fachschule für Sozialpädagogik ICP

Froburgstrasse 266  
CH-4634 Wisen (SO)

062 293 50 01  
admin@icp.ch  
icp.ch



# Agenda

8. November 2025

## Start Zertifikatslehrgang zum ADHS-Coach

TDS Aarau

20. Januar 2026

## Infoveranstaltung mit Schnuppermöglichkeit

Wisen, Fachschule Froburg

21. Januar 2026

## Infoveranstaltung

Online

28. Januar 2026

## Start New Leader – Teamleiter

Ländli Oberägeri

24. Februar 2026

## Aufnahmeverfahren

Wisen, Fachschule Froburg

25./26. Juni 2026

## Umzug nach Winznau

Fachschule Winznau

20. August 2026

## PA-Tag

Fachschule Winznau

30. Oktober 2026

## Dozierendentag

Fachschule Winznau



Instagram: hf\_icp



LinkedIn: Höhere Fachschule für Sozialpädagogik ICP