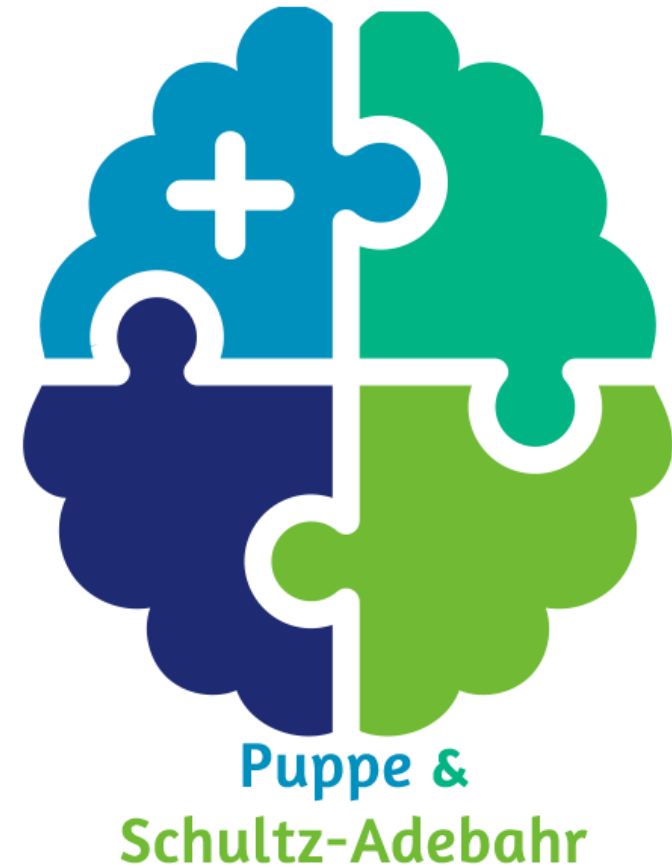


Workshop Teil 1:
**Neurodiversität im
Beratungskontext:
Einführung und
Bedarfsanalyse**

08.06.2023



Fragen sind willkommen! Bitte unterbrecht mich jederzeit

Ablauf:

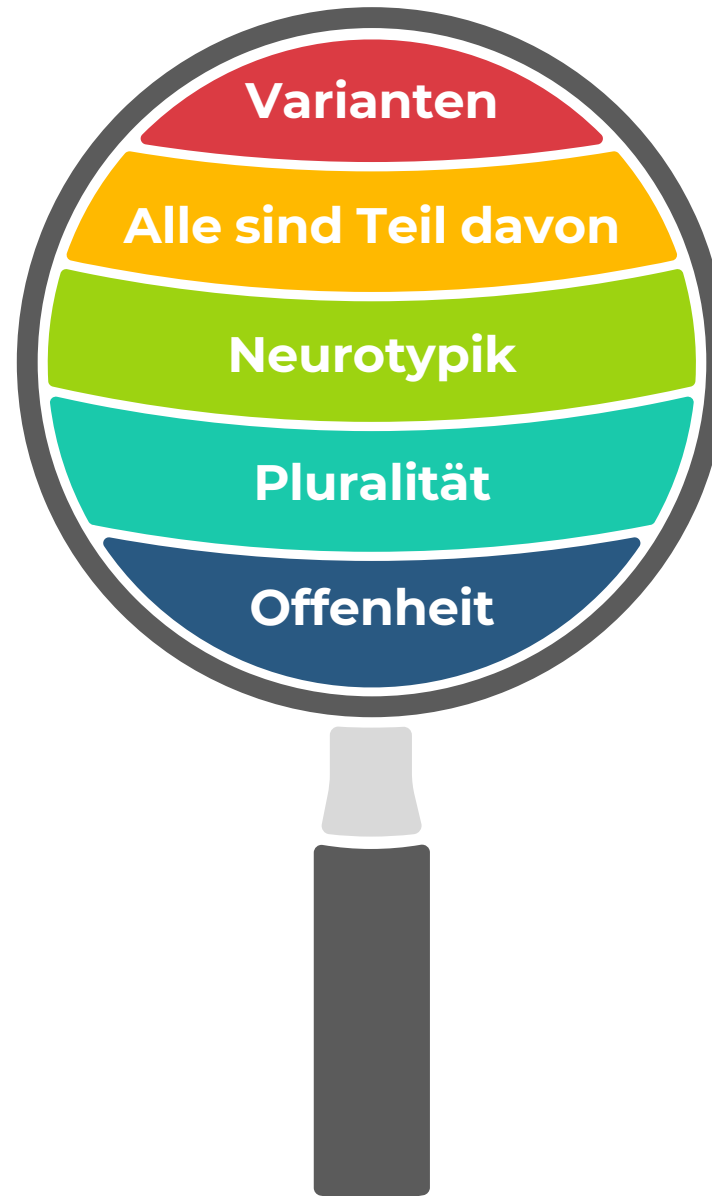
1. Klärungen: Neurodiversität im Allgemeinen und im Besonderen
 1. Neurodiversität und Biodiversität
 2. Praxis
 1. Beispiele
 2. Behinderung, Normierung und Krankheit in der Psychologie
 3. Neurodiversität: Historische Entwicklung
 4. Wahrnehmungen
 1. Plurale Perspektiven
 2. Realitäten
 5. Schnittmengen
 6. Kritik
 7. Exemplarische Beschreibungen:
 1. Autismus Spektrum Störung
 2. AD(H)S
 3. Legasthenie/Dyskalkulie

PDF zur Powerpoint:

<https://einfachpe.de/workshop/>

Download-Link bei Klick auf das Neurodiversitätssymbol

Neurodiversität



Neurobiologische
Betrachtung, keine
Defizite, Analogie zu
Biodiversität

Alle Menschen sind
neurodivers

Neuro-Minderheiten
nicht neurotypisch

Keine Störung,
Pluralität

Alternative Sicht auf
die Welt

Neurodiversität: Vielfalt neurologischer Baupläne

Ohne Widerspruch:

Autismus (ASS), AD(H)S, Legasthenie, Dyskalkulie,
Dyspraxie, Tourette

Ohne medizinische Qualität:

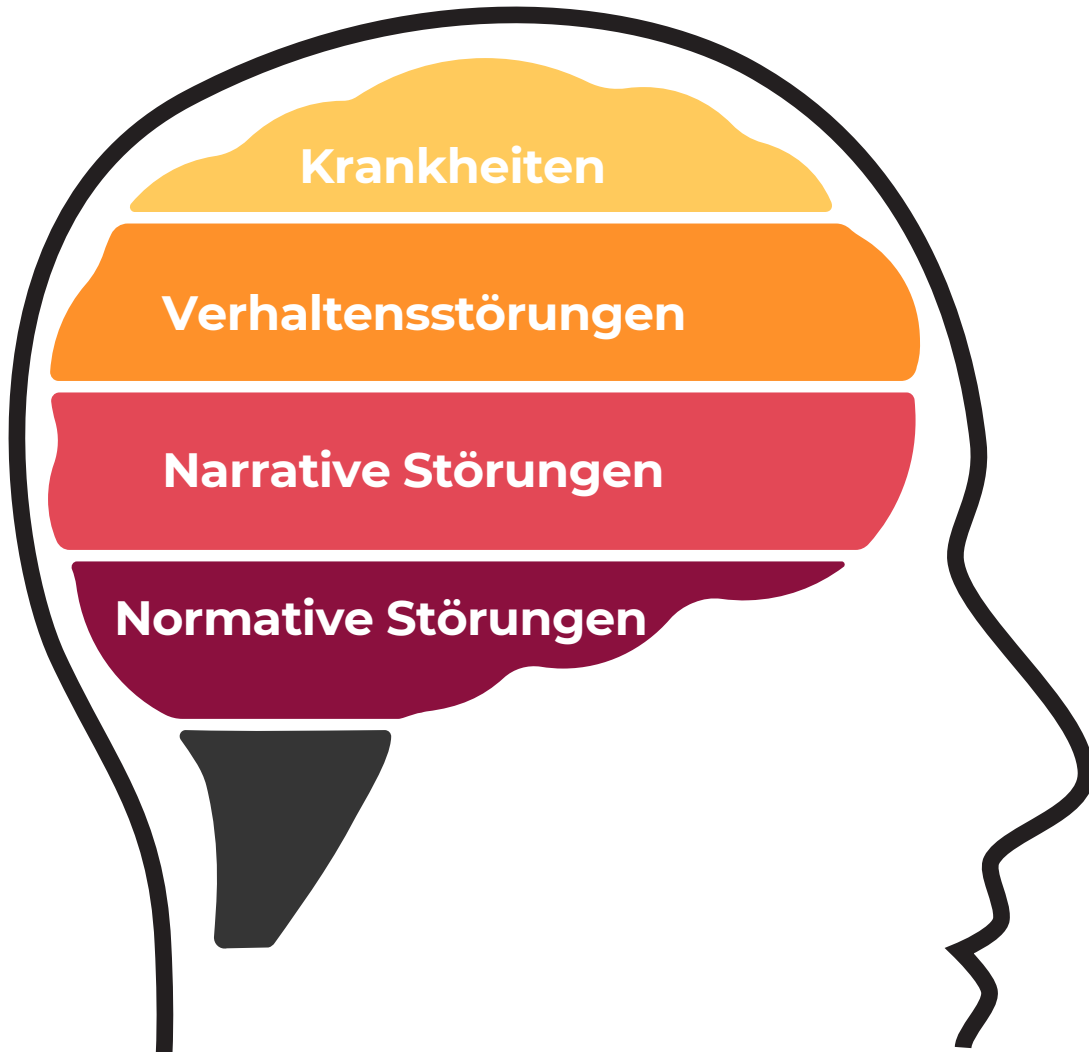
Alexithymie, Hochbegabung, Hochsensibilität,
Synästhesie

In der Diskussion:

Zwangsstörungen, Bipolarität, Schizophrenie,
Epilepsie, Down Syndrom

Chronische Erkrankungen mit
neuropsychologischen Funktionseinschränkungen





Neurologie & Psychiatrie

Krankheiten

z.B.: Schizophrenie, Suchterkrankungen

Verhaltensstörungen


z. B.: Ess- oder auch Angststörungen

Narrative Störungen

z.B.: Selbstwertproblematiken

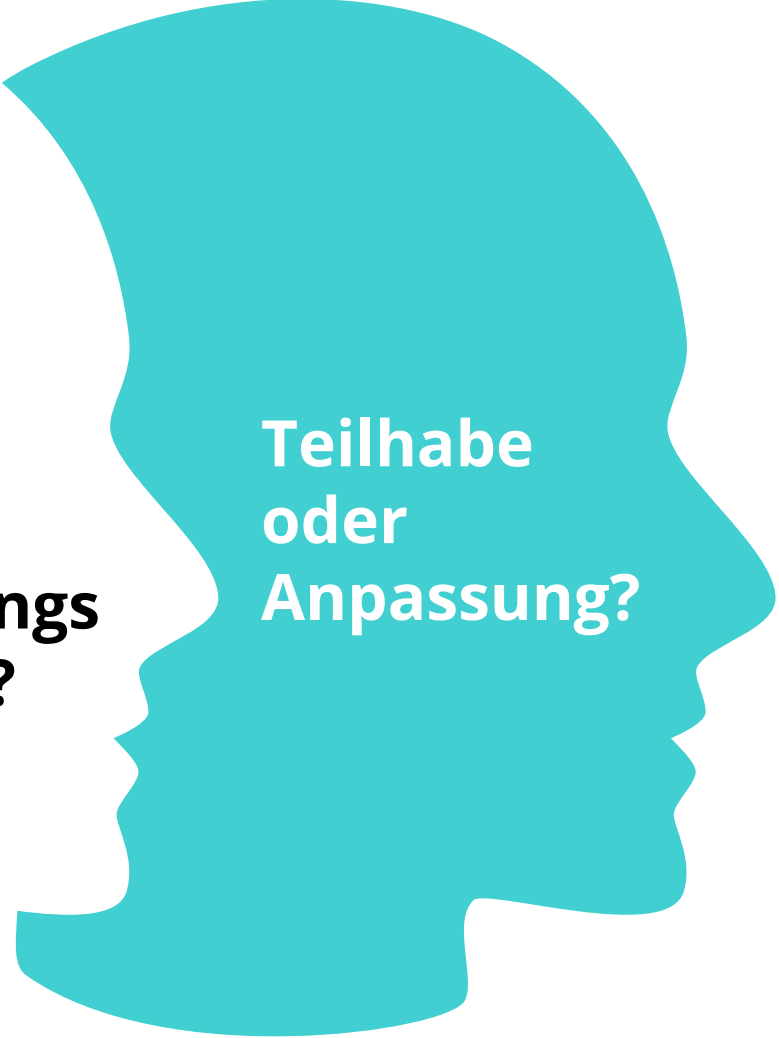
Normative Störungen

z.B.: AD(H)S, ASS



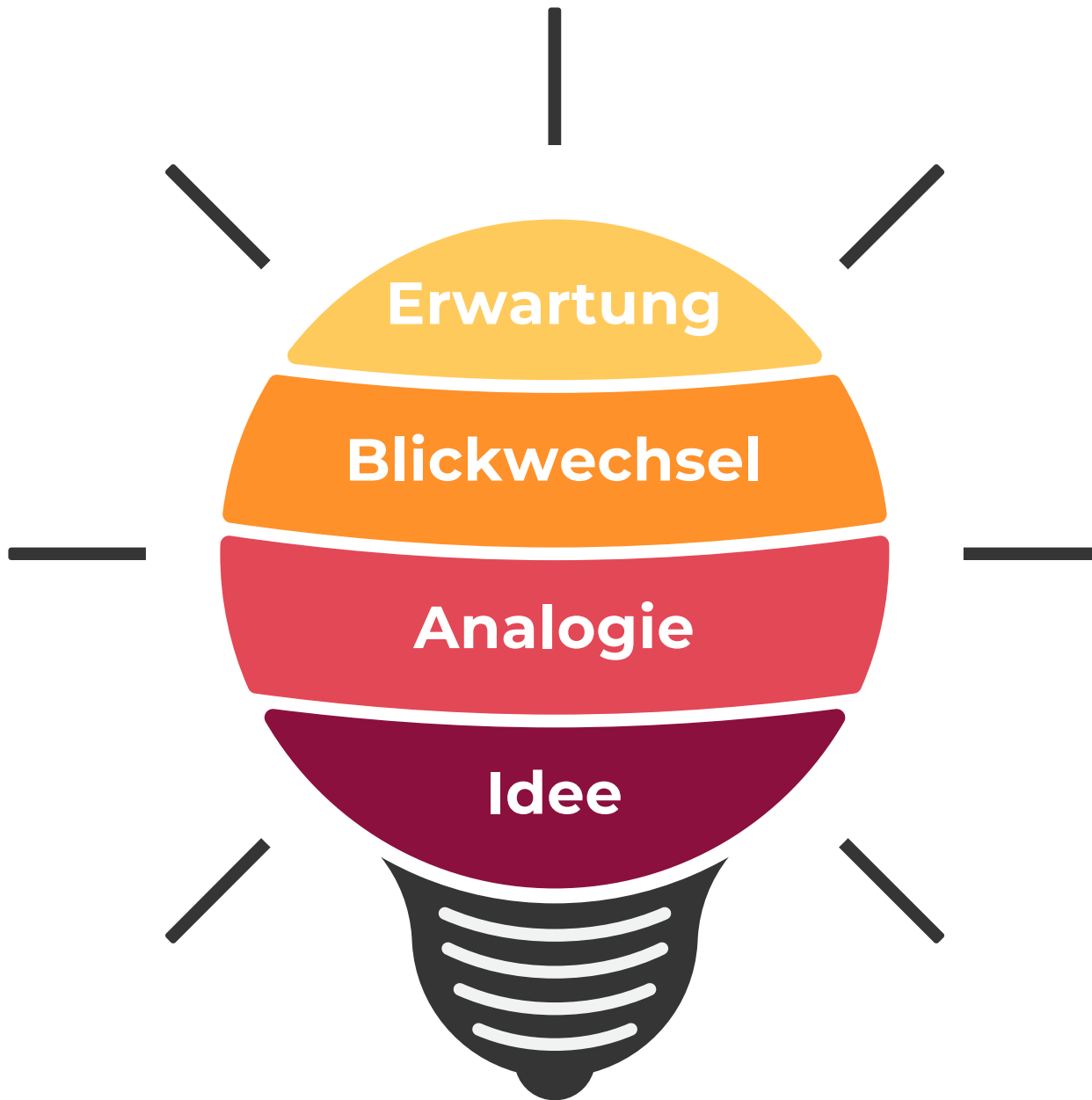
**Was ist die
Norm?
Was ist
normal?**

**Was ist
krank?
Was ist
behandlungs
bedürftig?**



**Teilhabe
oder
Anpassung?**

Neurodiversitäts- bewegung



1993

**Jim
Sinclair:**
"Don't
Mourn for
Us"

1997

Harvey Blume:
„Autistics freed
from face to
face encounters
are
communicating
in cyberspace“

1998

Judy Singer:
„Neurodi-
versität“



„Es besteht die berechtigte Hoffnung, dass die Neurodiversitätsbewegung innerhalb der Behindertenbewegung eine ähnliche Power entwickeln könnte wie „Black is beautiful“, „Gay is good“ und „Sisterhood is powerful“ in den 1960er- und 70er-Jahren.“

Gefühle: Nicht ernst
genommen,
unverstanden,
„Maskierung“
unter dem Radar

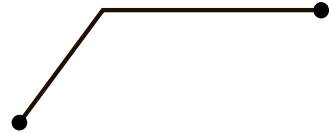
Pathologisierung
von
Neurominderheiten
führt zu psychischer
Störung

**Neurodiver-
sität ist
Normalität**

Machtungleich-
heiten,
Privilegien,
Unterdrückung

Neurodiversität
kann zur
Behinderung
werden, wenn die
Gesellschaft
behindert

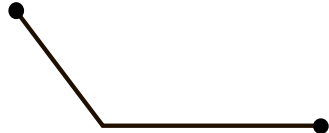
Plurale Perspektiven



Feld zu komplex



Feld zu heterogen



Trivialisierung

Neurodiversität: Realität I

Missverständnisse, Ausgrenzung und Diskriminierung von der dominierenden gesellschaftlichen Mehrheit.

Die Symptome können so stark beeinträchtigen, dass die Personen auf intensive Betreuung angewiesen sind.

Auch ein unauffälliges und selbstständiges neurodiverses Leben kostet mehr Kraft als in der Neurotypik.

Das allgemeine Wissen in der Gesellschaft ist noch sehr begrenzt.

Neurodiversität: Realität II

20 Prozent der
Highschool-
Schüler*Innen in
USA
neurodivergent

Viele
Lehrkräfte/
Vorgesetzte
fühlen sich
überfordert

Organisationen
sollen inklusiv
sein

ND Personen
werden
stigmatisiert

Schnittmengen

Genderqueer



**IT,
Psychologie/
Soziologie &
Grafik-
Design**

Prekäre Selbständigkeit/
Freelance-Tätigkeiten

EXEMPLARISCHE BESCHREIBUNGEN:

**AUTISMUS SPEKTRUM
STÖRUNG**

AD(H)S

**DYSKALKULIE &
LEGASTHENIE**



Die Summe der Dinge ist mehr als ihre Teile

Alle Phänomene kommen auch bei neurotypischen Personen vor, jedoch nicht in dieser Stärke und diesen Kombinationen mit so vielen und vielfältigen Ausprägungen



SENSORIK

„Meine Umwelt nehme ich ungefiltert wahr und bin häufig überfordert von der Vielzahl an Sinnesreizen, die auf mich einströmen. Denn ich empfinde vieles intensiver als andere Menschen: Geräusche, Gerüche, Licht. Meinem Gehirn bleibt kein noch so kleines Detail verborgen und es macht dabei keinen Unterschied, ob sich etwas direkt in meiner Nähe oder viele Meter weiter entfernt abspielt. Es kommt alles in gleicher Intensität bei mir an.“

Andreas, 46 Jahre, selbständiger Designer und Journalist

ROUTINEN

„Im Spiegelschrank im Badezimmer hängt eine Liste für den Ablauf der Abendroutine: Zähneputzen. Zahnseide benutzen. Pyjama anziehen. Da guckt er immer drauf und es hilft ihm.“

Dorothee, Ehefrau eines Autisten

STIMMING

"Wenn sich ein autistischer Mensch zum Beispiel spüren möchte, dann kann er*sie ja nicht vor seinem*ihrem Rechner sitzen und die ganze Zeit hin und her schaukeln, dann maskiert er besser.“

Kristina, Coach

EMOTIONEN

„Ich wusste nicht, wie ich meine Gefühle oder meine Stimmung über meine Körperoberfläche hinausbringen konnte.“

Im Sportunterricht fiel mir ein Ball auf den Finger und es tat ziemlich weh. Der Lehrer hat gefragt: ‚Matthias, was ist denn los?‘ ‚Der Ball ist mir auf den Finger geknallt.‘ ‚Tut es weh?‘ ‚Ja.‘ ‚Tut es sehr weh?‘ Wieder kam von mir nur ein kurzes ‚Ja‘. Der Lehrer kam schließlich zu dem Ergebnis: ‚Komm, ist ja nichts, spiel weiter.‘ Und daraufhin habe er tatsächlich mit gebrochenem Finger weitergespielt.“

Matthias, Psychologe



Autismus



Tiefgreifende
Entwicklungsstörung mit
Symptomen in sozialer
Interaktion und
sozialer Kommunikation,
Prävalenz 1 von 36?,
Genetische Ursache

Autismus

II

6 MIMIK

„Wenn ich etwa Kommilitonen oder dem Professor Ergebnisse meiner Arbeiten vorstelle, fällt es mir schwer zu erkennen, ob sie kritisch, fragend oder nachdenklich gucken.“

Nathalie, 22 Jahre

5 SPEZIALINTERESSEN

„Am liebsten spielte ich allein, höchstens aber mal mit Jungs. Und ich hatte Spezialinteressen. Mich faszinierten Lexika. Als ich zehn war, las ich über Monate ein zehnbändiges Lexikon durch. Später klassifizierte ich teilweise stundenlang Wolken nach deren Größe, Art und Beschaffenheit.“

Nathalie, 22 Jahre



8 SHUTDOWN

„Ich kann meine Überforderung halt nicht immer zeigen. Ich versuche dann immer, noch so lange es geht zu funktionieren und alles aufrechtzuerhalten. Bis ich zusammenbreche. Bis nichts mehr geht. Bis ich mich in einem Shutdown befindet Das ist eine emotionale Implosion. Ich breche innerlich zusammen und kann nicht mehr mit meiner Umwelt kommunizieren und mich teilweise nicht mehr bewegen.“

Nicole

7 KOMMUNIKATION

„Wenn ich zum Beispiel zu meinem Verlobten sage: Du hast aber zugenommen, dann ist bei ihm nicht die Annahme da: Sie sagt, ich sei dick, und sie mag mich nicht. Sondern dann ist die Annahme da: Das ist ein Fakt, der kommuniziert wird. Er wird mich gegebenenfalls fragen: Was meinst du denn damit? Und dann würde ich darauf antworten: Dein Körpergewicht ist angestiegen. Kann es sein, dass es dir gesundheitlich momentan nicht so gut geht? Oder: Müssen wir vielleicht ein bisschen mehr auf deine Ernährung achten? Und mein Partner würde das nicht als Angriff auffassen.“

Martina

WAHRNEHMUNG

„Kennen Sie die Momente, wenn Sie mit einer Freundin spazieren gehen, nur noch ihren geschwätzigen Mund sehen und sämtliche Worte zu einem Brei zusammenschmelzen, weil irgendwo weit hinten ein Auto hupt, die Klingel irgendeines Fahrrads nicht richtig festgeschraubt ist und ihr Klappern in die Welt schickt, neben Ihnen jemand telefoniert und diese Gesprächsfetzen genauso zu Ihnen durchdringen wie alles andere um Sie herum?“

Dazu kommen Gerüche und Farben. Ihre Freundin fragt jetzt etwas und hält inne, schaut Sie mit großen Augen an. Sie denken nur: Oh, ein Vogel, er fliegt so schön. Das wiederum löst eine Erinnerung aus der Kindheit aus, als Sie mit ihr zelten waren. Diese stößt andere an, die Gedanken fallen wie Dominosteine und Sie sagen ‚Ja, ich finde auch, wir sollten mal wieder Urlaub machen‘ und schießen völlig am Thema vorbei. Damit macht man sich keine Freunde, das kann ich Ihnen sagen.“

Mina, 45 Jahre

IMPULSIVITÄT

„Ich habe mich schon früh unter hohen Erfolgsdruck gesetzt und einen Ehrgeiz entwickelt, an dem ich oft gescheitert bin.“

Der Sport war in meiner Kindheit und Jugendzeit sehr wichtig und schön für mich, aber gleichzeitig habe ich auch sehr darunter gelitten. Zu gewinnen war toll, aber zu verlieren weniger. Das konnte ich nur schwer verkraften und habe dann zum Beispiel den Tennisschläger zertrümmert oder Ähnliches. Das war nicht so schön.“

Sven, 36 Jahre

UNSTRUKTURIERTHEIT

"Wenn ich keine Medikamente eingenommen habe, versuche ich dagegen, alles gleichzeitig zu erledigen und fange vieles an, schaffe es aber nicht, die Dinge ordentlich abzuschließen.“

Das ist ziemlich anstrengend.“

Sven, 36 Jahre



AD(H)S I

Unaufmerksamkeit,
Hyperaktivität und/oder
Impulsivität, Ablenkbarkeit,
Tagträumerei (Vitalität,
Divergenz und Spontanität)
Fokussierungsproblem,
überdurchschnittlich intensive
Wahrnehmung, Probleme
Selbst- und
Emotionsregulation,
Erwachsene: innere Unruhe,
Prävalenz 3-5 von 100, 1775
dt. Arzt

AD(H)S II

6 PROKRASTINATION

„Das passiert mir häufiger: Ich gebe mich der Situation hin, anstatt etwas mal kurz in Ordnung zu bringen, weil die Aufmerksamkeitsbündelung einer unglaublichen Anstrengung gleichkommt. Das kann in Diskussionen genauso vorkommen – schnell gebe ich klein bei oder weiche aus.“

Mara, 22 Jahre

5 ORIENTIERUNGSPROBLEME

„Ich scheine nie ganz da zu sein, bin so in Gedanken versunken, dass ich meine Umgebung oft nicht richtig wahrnehme. Mir ist es schon passiert, dass ich beim Fahrrad fahren plötzlich dachte: Wo bin ich, und wie bin ich hierher gekommen?“

Mara, 22 Jahre

4 KÖRPERLICHE UNRUHE

„Außerdem bin ich auch körperlich unruhig, ich muss immer wieder mal aufstehen und herumlaufen und habe das Gefühl, innerlich getrieben zu sein.“

Sven, 36 Jahre



8 EMOTIONALITÄT

„Ich leide an ADS. Ich lebe mit meinem offenen Reizfilter, einer ausgeprägten Impulskontrollschwäche, der emotionalen Stabilität einer Pusteblume und dem Goldfischgedächtnis seitdem ich ein kleines Kind bin.“

Mina, 45 Jahre

7 ZEITHORIZONT

„Ich nehme in meinem Leben nur sehr wenig Kontinuität wahr: Wenn ich erschöpft bin, fühlt sich das an, wie die endgültige Erschöpfung – das ist so, das wird jetzt für immer so bleiben. Wenn ich gerade voller Energie bin, fühlt sich das ebenso endgültig an – was ich in diesem Moment erlebe, ist absolut, alles andere existiert nicht. Momentane Ereignisse interpretiere ich als ‚das bleibt jetzt für immer so‘. Ich scheine den Kontext der Situation – d.h., was davor passierte – nicht in meine Vorhersage und mein Verständnis des Geschehens einzubeziehen.“

Mara, 22 Jahre

WAHRNEHMUNG

„Ich lese mir immer alles buchstabe nach buschtsbe laut und stotternd for und verlese mich dabei sehr heufig. Bei meiner art von legastenie bewegen und verschwimmen sich die buchstaben ineinander, das wiederhollte lesen meiner eingenen verfassten texte ist daher für mich genau so schwer wie das lesen richtig geschribeneer texte.“

Kai, 22 Jahre

GESCHWINDIGKEIT

„Beim schreiben ist es wie als ob ich das wort das erste mal in meinem leben sehe und schreiben würde. Machmal muss ich wirklich lange überlegen mit welchen buchsatben ich überhaupt anfang soll.“

Kai, 22 Jahre

RÄUMLICHE ORIENTIERUNG

„Mit rechts und lings tuh ich mich auch super schwer, zu dum aber das das L mit den handen machen die situvation auch nicht wirklich erleichtert. inn der fahrprüfung malte mein fahrlehrer mier ein L & R auf die hande, ich bog trotzdem 3 mal falsch ab.“

Kai, 22 Jahre

KREATIVITÄT

„Vielen legasteniker werden als sehr creativ gehalten da ihr gehirn anderst denkt, und sie auf unkonventionellernen arten lösungen finden. Es giebt dafür wissenschaftliche beweiße, aber wen man in vergangenheit kukt sind leute die meist creativ heraus stechen legasteniker.“

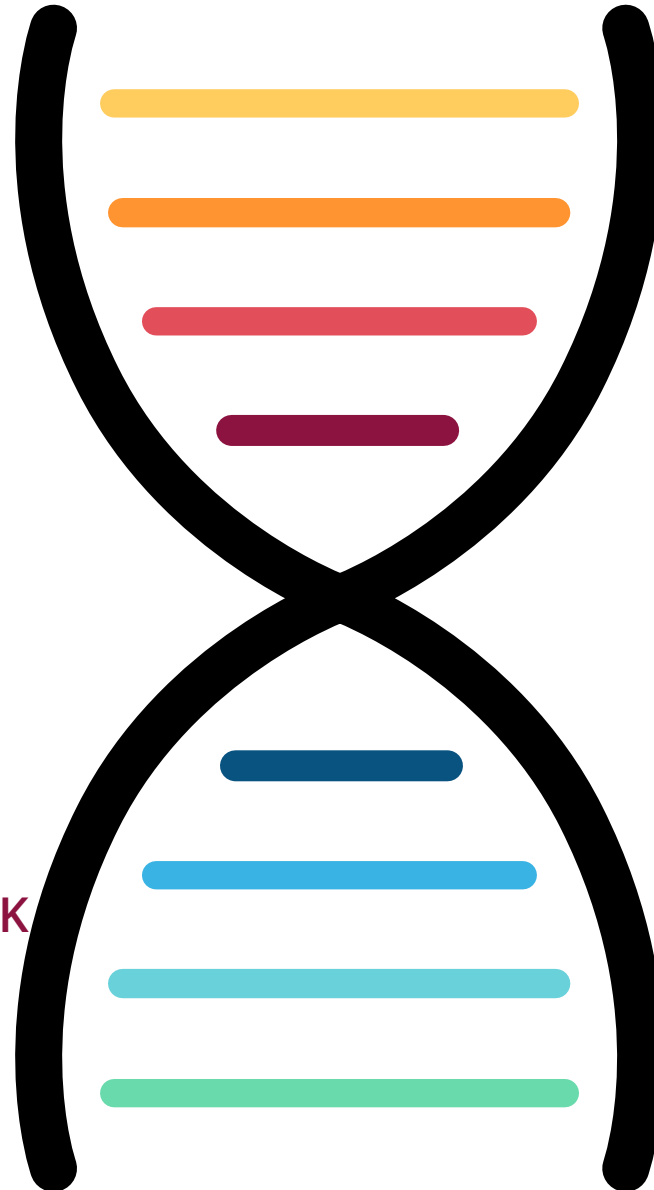
Kai, 22 Jahre



DYSKALKULIE & LEGASTHENIE I

Prävalenz jeweils 3-10%

DYSKALKULIE & LEGASTHENIE II



6 STIGMATISIERUNG

„Von Klassenkameraden und Bekannten wurde ich als dumm und faul abgestempelt und ich bekam ständig zu hören, ich solle mal mehr lernen. Viele dachten ich wäre Schuld an meinen Defiziten beim Lesen und Schreiben.“

Sonja, 28 Jahre

5 FREMDSPRACHENPROBLEMATIK

„Heute bin ich durch die Legasthenie im Alltag und Beruf kaum mehr beeinträchtigt, auch wenn ich mich vielleicht etwas mehr auf die Rechtschreibung konzentrieren muss, als andere.“

Sonja, 28 Jahre

8 MOTIVATION & EHRGEIZ

„In meiner Schulzeit habe ich negative Erfahrungen gemacht, die mich im Nachhinein nur noch mehr motiviert haben.“

Abdullah, 25 Jahre

7 DISKRIMINIERUNG

„Die Welt der Grammatik erschloss sich mir einfach nicht. Ich bekam außergewöhnliche Hausaufgaben, Strafarbeit, die darin bestanden haben, ein und dasselbe Wort zwanzigmal oder fünfzigmal hintereinander aufzuschreiben, damit ich mir die korrekte Schreibweise einprägen würde. Widerstand wurde mit leichten Schlägen auf den Hinterkopf begleitet. Ich habe mich so geschämt.“

Udo, 63 Jahre

Kein „Stell dich nicht so an!“ - noch nicht einmal gedacht!



**Viele NDs haben die
Wahrnehmung anders
als andere zu sein.**

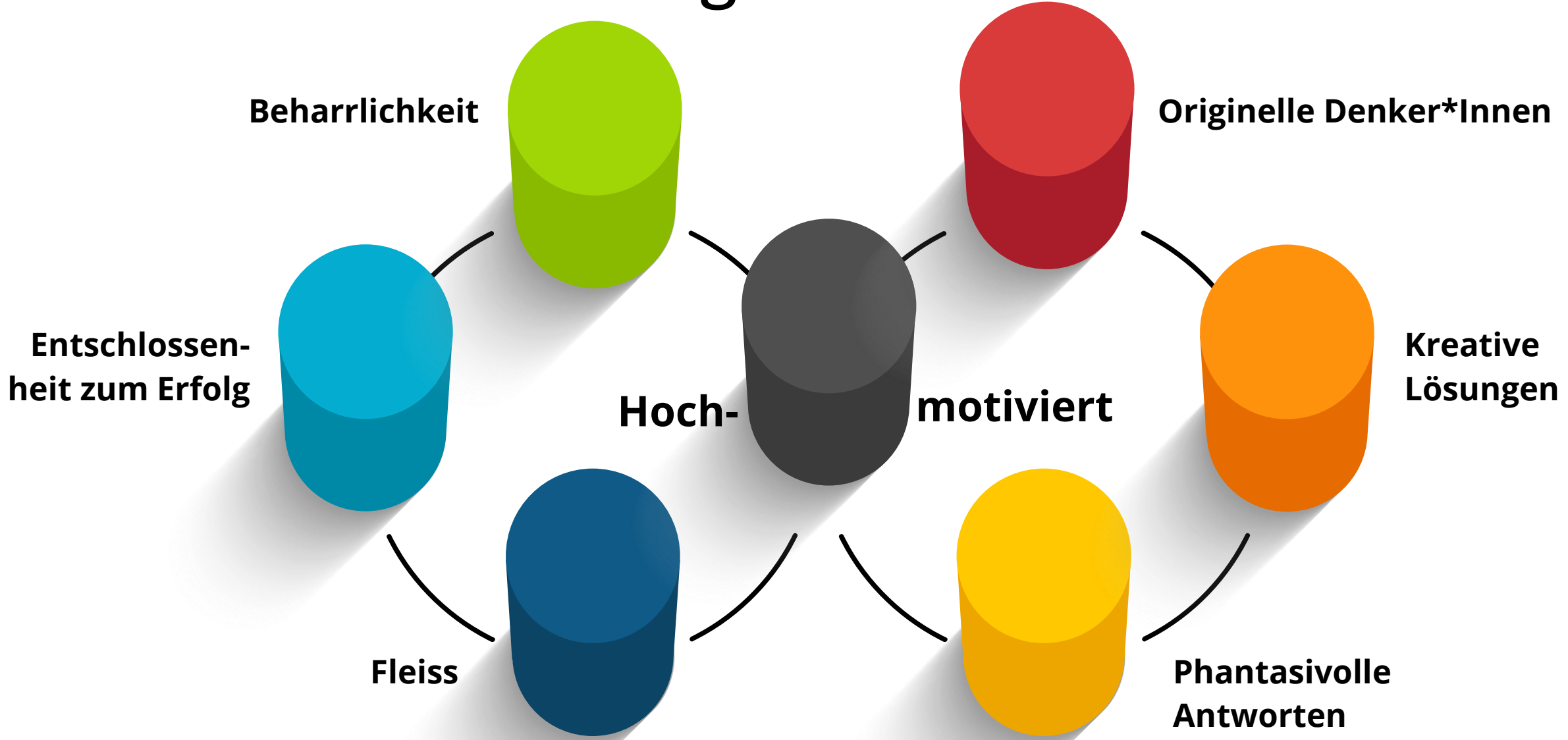
**Manchen verschafft eine
Diagnose Erleichterung.**

**Viele sind „Undercover“
und zahlen einen hohen
Preis dafür.**

**Scham ist ein ständiger
Begleiter.**

**NDs machen vielfältige
Diskriminierungserfahr-
ungen.**

Es gilt auch:





Neurodiversity

Workshop Teil 2:
**Neurodiversität im
Beratungskontext:
Vertiefung und
konkrete
Anwendung**

06.07.2023



Fragen sind willkommen! Bitte unterbrecht uns jederzeit

Ablauf:

1. Input: Setting
2. Fallvignette: Eine Studierende mit ADHS
-Pause-
3. Input: Beratungskompetenzen
4. Fallvignette: Ein Arbeitnehmer ohne Diagnose
-Pause-
5. Auswertung

PDF zur Powerpoint:

<https://einfachpe.de/workshop/>

Download-Link bei Klick auf das Neurodiversitätssymbol

Erfahrungen

Wo ist dir Neurodiversität begegnet?

Zusammenleben
im Wohnprojekt

Lebenerfahrung
Wohnprojekt

Arbeit Kontext
(erste Kontakt)
durch Mails...

Im Kontext
„Inklusionsprozesse“
an der Uni

Familie

ZU HAUSE
(Familie)

Mitorganisation eines Vortrags
zu Neurodiversität im Rahmen
eines Festivals
- Vortrag leider nicht geplant
- Gespräch anfragen und Referat in
zu schreiben

Partner mit
ADHS
(eventuell Dyskalkulie)

+
IRRITATION insbes.
IN GRUPPEN aber auch zu
HAUSE

im Beratungskontext
- bezeichnen sich
1) Ratsuchende als
neuro-divergent

Schwester mit
Legasthenie

FAMILIE
ADS (Trainer*)

- frage ich mich, ob
2) bei Ratsuchenden
Neurodivergenz Thema
sein könnte

im näheren Umfeld

- social media
- privat (familiär?)

im Beratungskontext

-> privat Tiendim Ads
Familie
-> beruflich Kolleg*in als
Berat*innehmer

Familie + priv Kontext
im Arbeitskontext
-> Beratungsarbeit

- Hospitation Beratung
sehr viele Themen,
schwierig Fokus zu finden

Bestimmt überall
und ständig, aber
meist unbewusst

feministische
Gruppe

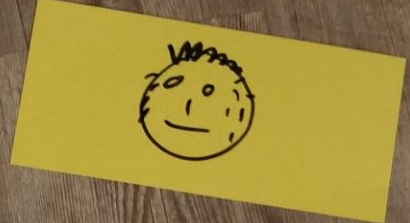
Beratungssituationen
zu
Diskriminierung/konflikten

Erfahrungen:
privat, im Alltag,
beruflich

Anderes:

Anderes
Impulse, Eindrücke

Danke ☺



Spannende
Gruppe ☺

eigene Verantwortung
↳ gute Auseinander-
setzung

?

Wenn es gelingt
in einem Kontakt zu
kommen, ist es sehr bereichernd?


mein Anspruch

geht die Klima-
anlage aus?

Grundlagenwissen

Fragen

Was möchtest du wissen?
Was ist dir unklar? Das ist offen.

- begriffliche + ^(was ist neurodivergenz + was nicht)
fachliche Grundlage
- Sensibilisierung ^(wie Beratung)

WAS BEFINDET SICH AUF
DEM SPEKTRUM ZU NEURO-
DIVERSITÄT?

Bleibt Neurodivergenz
ein Leben lang
bestehen? Ist es "schon
immer" in einer Person?

Was wird mit neurodivers
beannt? Was nicht?

~~Wie~~ Beratungssetting gestalten
um sprechen dazu, zu ermög-
lichen?

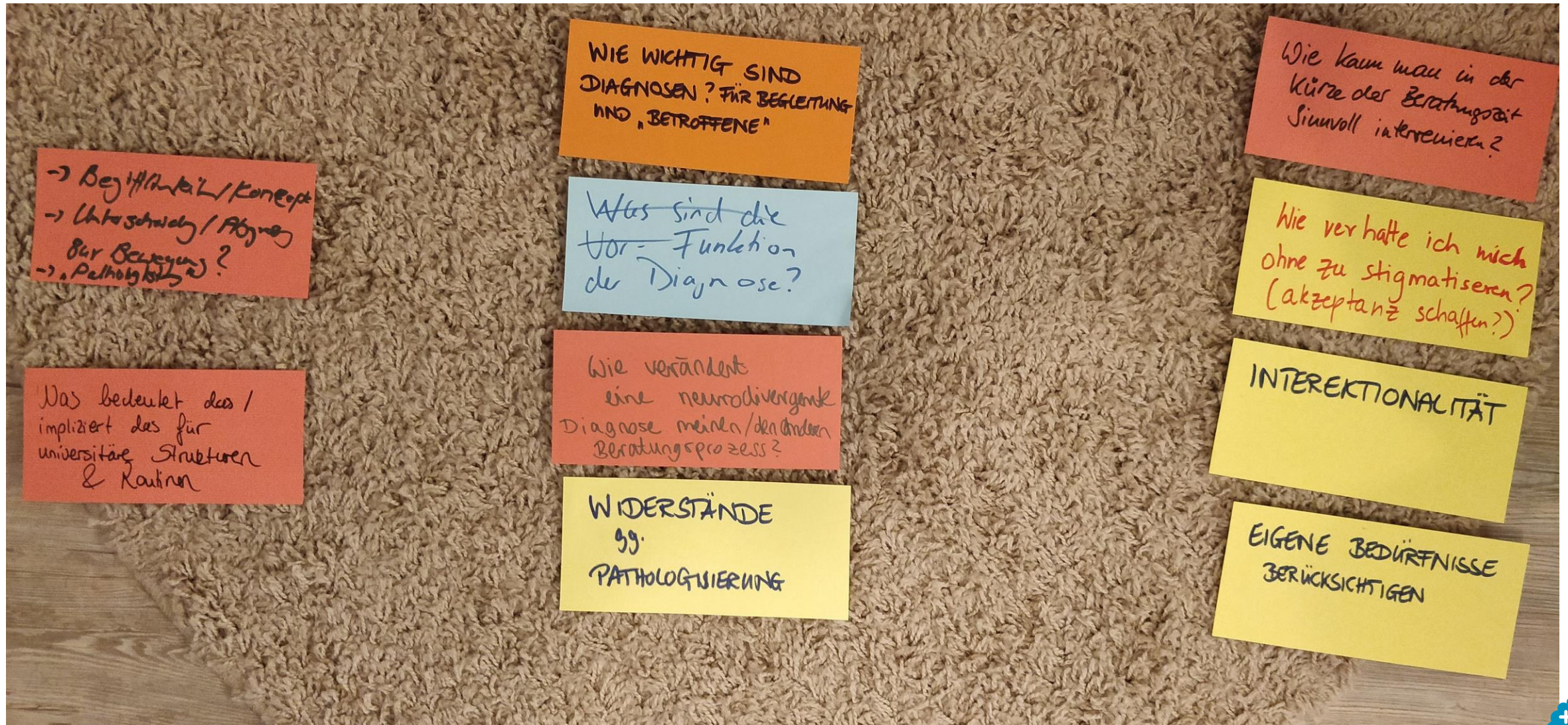
Wie ist die Abgrenzung
zu sogen. "psychischen Erkrankungen"?
Braucht es eine
Abgrenzung?

Narzistische
Persönlichkeits-
störung?

Überschneidung
Trauma-Response
/ Neurodiversität



Allgemeine Beratungskompetenzen und Abgrenzung zu Strukturen



Spezifische Beratungskompetenzen

^(mehr)
- Bewusstsein
- achtsamer Umgang
- "Werkzeuge"

Gerecht - ich
Werden - Rahmen
Konzepte

wie kann ich als neuro-
typische Person, & Men-
schen, die neurodivergent
sind, gut beraten?

Wie kann ich meinem
Gegenüber gerecht werden?

If we ALL are Nemo
diverse - then how
do I support??

Was brauchen Klient*innen
von mir als Beraterin, um
sich voll und ganz gut
erklären zu können?

WAS BRAUCHE ICH ^(WISSEN, HÖRVERSTÄNDNIS, WERTSCHÄTZUNG)
UM RÄUME SO ZU GESTALTEN
DASS BEDÜRFNISSE VON NEURO-
DIVERGENTEN MENSCHEN BERÜCKSICHTIGT
WERDEN

Was kann ich in
Beratungen verbessern?
Kultur, Wirksamkeit von Fragen
Zusammenhang?

ANFORDERUNG
WERTSCHÄTZENDE
KOMMUNIKATION?

Wie Personen
erleichtern
Bedürfnisse zu äußern?

BARRIERE-
FREIHEIT ^(Bsp. ist)

ANGEMESSEN
VORKEHRUNGEN

Wie mache ich 'es'
richtig?
(Erste Kontakt; Support
usw.)

Was es noch braucht → Teil 2

Forderungen an die Arbeitswelt

Verweis-Beratung / Grenze

Stigmatisierung

„Methoden“-Koffer im Vorfeld
im Verlauf

Wie einen Rahmen schaffen
für alle (in einem Format) Fortbildung

Abwehr → Besprechbarkeit

räumliche Settings (Gruppe, 1:1)

Fallvignette

eigene Rolle reflektieren / eigene Emotionen

strukturelle Ablehnung → wie unterstützen

welche Interventionen braucht es

Depression

Was wir für heute vorbereitet haben:

Grundlagen -wissen

Settings

- Das brauchen neurodivergente Personen im Beratungskontext

Weiter- führendes

- Beratung in Bremen und anderswo

Fallvignette

- Einzelarbeit und im Plenum

Was wir für heute vorbereitet haben:

**Beratungs-
kompetenzen
allgemein**

Diagnostik

Umgang mit
Diskriminierung,
Stigmatisierung

Auftrag

Besprechbarkeit

Scham

Eigene Rolle

Was wir für heute vorbereitet haben:

Beratungs- kompetenzen spezifisch

Haltung

- Was braucht es von mir

Fremd-
sprache
lernen

- Körperlichkeit und andere spezifische Symptomaten

Fallvignette

- Gruppenarbeit und im Plenum

**Drei Hauptanforderungen an
Beratung neurodivergenter
Personen**

**Schlüsselkompetenzen im
Beratungskontext**

Leitfragen im Beratungskontext

**Wie soll dein Gegenüber aus
der Beratung rausgehen?**

**Wie möchtest du selbst aus
der Beratung rausgehen?
Was brauchst du dafür?**



Neurodiversity

Setting: Für alle gilt

reizarme
Um-
gebung

Klare,
strukturierte
Kommunikation

Transparente
Abläufe

Redun-
danz!

Vermei-
dung
irrele-
vanter
Informa-
tionen

Growth-
Mindset

Strategie-
offenheit

Wert-
schätz-
ung

Ist-Situation

Autismus in Studium und Arbeit

klare Abläufe notwendig

Auffälliges Verhalten

Länger und stärker resigniert=
Vermeidung und Ablenkung

Schwierigkeiten beim Anwenden
von fremden Strategien
Beeinträchtigung Motivation

Ängstlicher, schüchterner,
impulsiver, labiler, aggressiver

Lernen und Arbeiten
in Gruppen erschwert

Sinnentnehmendes Lesen schwächer

Weniger Anknüpfung an/Aktivierung von Vorwissen
(Beförderung von Kreativität?)_ Wissensaufbau

Hilfreich ist:

Direkte Instruktionen &
klare Anweisungen

Emotionstraining

Wissensabruf durch unterstütztes
Erinnern und Wiedererkennen fördern

Growth-Mindset ,
einstreuen einfacher Aufgaben,
Auswahlmöglichkeiten schaffen

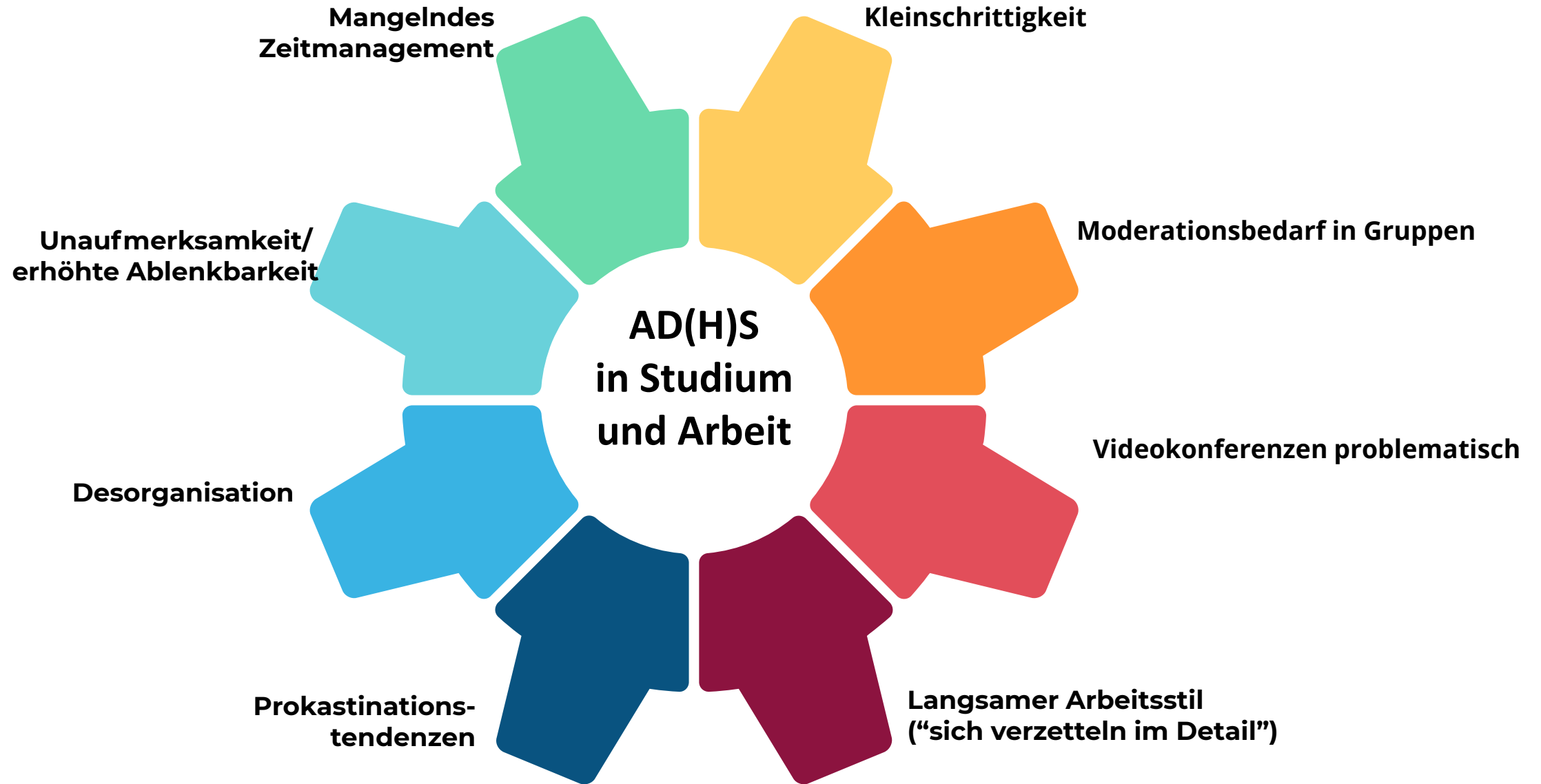
**Autismus
in Studium
und Arbeit**

Repetitive Aufgaben anbieten

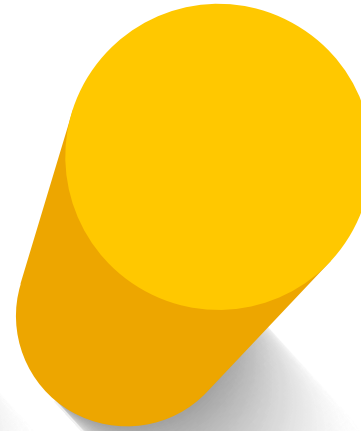
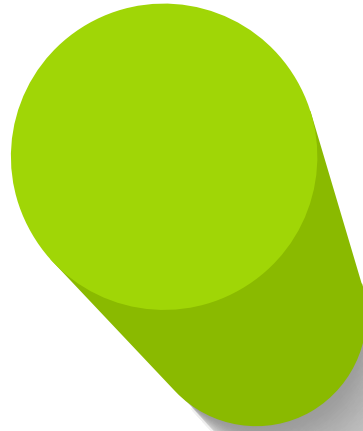
Strategieoffenheit anbieten

Positive Verstärkung

Vermeidung irrelevanter Informationen

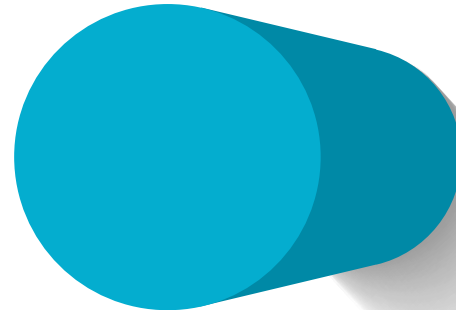


**Ausgleich
neurodiversitätsbedingter
Nachteile und
Mehraufwendungen**

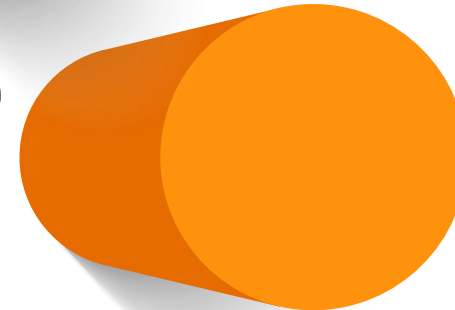


**Anpassung bezüglich der
Form und der
Rahmenbedingungen,
nicht der Ziele oder des
Beurteilungsmaßstabes**

faire Beurteilung



**(Nachteils-)
Ausgleich**



**Chancengleichheit,
Ausdruck des
Gleichbehandlungs-
grundsatzes**

**Digitale Hilfsmittel zur
sozialen Inklusion**



**Zeitverlängerung bei
zeitabhängigen Leistungen**

Wo finde ich Beratung?



Vor Ort/Selbsthilfe:

<https://www.netzwerk-selbsthilfe.com/>

Internet:

Instagram, youtube, reddit usw.



Bundesverband Legasthenie & Dyskalkulie e.V.:

<https://www.bvl-legasthenie.de/>

AD(H)S:

<https://adhs-deutschland.de/>
<https://www.adhs-hb.de/>

Autismus:

<https://www.autismus.de>
<https://www.autismus-bremen.de/>



Erwachsene ▶ Psychiatrie/Sucht ▶ Sozialpsychiatrische Beratungsstellen

Sozialpsychiatrischer Dienst

Regionale Beratungsstellen

DRUCKEN

SENDEN

- Sozialpsychiatrischer Dienst im Behandlungszentrum Süd →
- Sozialpsychiatrischer Dienst im Behandlungszentrum Mitte →
- Sozialpsychiatrischer Dienst im Behandlungszentrum West →
- Sozialpsychiatrischer Dienst im Behandlungszentrum Ost →
- Sozialpsychiatrischer Dienst im Behandlungszentrum Nord →

Die **fünf Beratungsstellen des Sozialpsychiatrischen Dienstes** (Süd, Mitte, West, Ost, Nord) für erwachsene psychisch kranke und suchtkranke Menschen sind seit dem 1.10.2003 in die regionalen psychiatrischen Behandlungszentren (BHZ) des Klinikum Bremen-Ost gGmbH und des Klinikum Bremen-Nord gGmbH integriert.

Durch die konsequente Regionalisierung der psychiatrischen Versorgung unter dem Leitbild "Persönliche Hilfen vor Ort" und die Zusammenführung von Ressourcen bislang getrennter Institutionen soll die psychiatrische Versorgung weiter verbessert werden.

Mit der Ausgliederung des Sozialpsychiatrischen Dienstes sind die bisherigen Leistungen der Sozialpsychiatrischen Beratungsstellen nach dem Gesetz über Hilfen und Schutzmaßnahmen bei psychischen Krankheiten (PsychKG) und dem Gesetz über den Öffentlichen Gesundheitsdienst im Lande Bremen (ÖGD) nicht entfallen. Es ändert sich jedoch die organisatorische Struktur: Die regionalen Sozialpsychiatrischen Beratungsstellen für erwachsene psychisch kranke und suchtkranke Menschen bilden gemeinsam mit den regionalen Institutsambulanzen und den stadtteilbezogenen stationären und teilstationären Klinikbereichen neue regionale psychiatrische Behandlungszentren.

Zu den **Angeboten des Sozialpsychiatrischen Dienstes** in den Behandlungszentren gehören:

- die Beratung psychisch kranker oder suchtkranker Menschen und ihrer Angehörigen
- die Einleitung von Hilfen und Schutzmaßnahmen nach dem PsychKG,
- die Fallführung und Hilfeplanung/Begutachtung bei Eingliederungshilfemaßnahmen wie Betreutes Wohnen und Heimwohnen.

Sprechzeiten Sozialpsychiatrischer Dienst Montag bis Freitag: 08:30 bis 17:00 Uhr

Mitte ▶ 800 582 - 10
Nord ▶ 6606 - 1234
Ost ▶ 408 - 1850
Süd ▶ 22 21 30
West ▶ 22 21 410

Kriseninterventionsdienst (KID)

Montag bis Freitag 15:00 bis 23:00 Uhr
Wochenende/Feiertag 08:30 bis 17:00 Uhr
☎ (0421) 800 582 - 33

Beratung

<https://www.gesundheitsamt.bremen.de/sozialpsychiatrische-beratungsstellen-1733>

Hilfe in schwierigen Zeiten.
Wir sind für Sie da.

Die nächtliche telefonische Krisenberatung

0421 - 957 00 310



Psychiatrische Hilfe in der Nacht

Das besondere Unterstützungsprojekt für Menschen mit einer psychischen Erkrankung in Bremen

[Link zum Buten un Binnen Beitrag](#)

Das Projekt Nachtwerk ist ein Angebot zur psychiatrischen Soforthilfe für Menschen in psychischen Krisen und Belastungssituationen. Betroffene, Mitbetroffene und Angehörige erhalten hier qualifizierte Beratung und Unterstützung.

Zögern Sie nicht, rufen Sie an!





Wir hören Ihnen zu, klären mit Ihnen gemeinsam die Situation und zeigen Wege aus der Krise auf.

Beratung

<https://www.nachtwerk-bremen.de/>

Angebote des Nachtwerks-Bremen

Wir nehmen Sie auf – so wie Sie sind. Hören zu, beraten, finden neue Wege oder bieten einen sicheren Ort für die Nacht.

 <p>Krisentelefon Die nächtliche telefonische Krisenberatung für Betroffene. ></p>	 <p>Nachtcafé Hier an diesem Ort sind Sie nicht alleine. ></p>	 <p>Über uns Wer steckt hinter dem Nachtwerk-Bremen? ></p>
 <p>Häufige Fragen Hier finden Sie Antworten auf Fragen, rund um das Nachtwerk-Bremen. ></p>		

Beratung

<https://www.nachtwerk-bremen.de/>

Beratungsschwerpunkte

 Autor: Winkelmeier  20.12.2010

Thema in der Beratung können ganz unterschiedliche Anliegen sein:

So geht es häufig um Fragen des Behinderten- oder Sozialrechts, etwa wenn es um die Finanzierung eines benötigten Hilfsmittels oder die Beantragung von Leistungen aus der Pflegeversicherung geht. Mindestens genauso wichtig in der Beratung kann aber auch die Unterstützung im Umgang mit der eigenen Behinderung sein, z.B. wenn jemand durch Krankheit oder Unfall plötzlich mit dem Thema „Behinderung“ selbst ganz direkt konfrontiert ist.

Unsere Beratungsschwerpunkte sind:

- Leben mit Behinderung
- Finanzierung und Organisation von Pflege / Assistenz
- Persönliches Budget
- Wohnungsbeschaffung und -anpassung
- Schule / Ausbildung / Arbeit
- Auszug aus dem Elternhaus / Heim
- Hilfsmittel
- Hilfe zum Lebensunterhalt / Grundsicherung
- Eingliederung (soziale / berufliche)
- Rechtliche Betreuung
- Anerkennung als Schwerbehinderter / Nachteilsausgleiche
- Schutz vor Diskriminierung

So unterschiedlich die Menschen sind, die in unsere Beratungsstelle kommen, so verschieden sind auch die Anliegen und Beratungsabläufe.

Manchmal reicht es aus, Informationen weiter zu geben, z.B. welche Stelle für einen Antrag zuständig ist oder welche Schritte dafür im Einzelnen notwendig sind. Oft kann eine Beratung sich aber auch über einen längeren Zeitraum erstrecken.

Untermenü

[Leitbild](#)

[Beratungsschwerpunkte](#)

[EUTB](#)

[Teilhabetreff Bremen-Nord](#)

[Corona und Behinderung](#)

[Hilfreiche Informationen](#)

Informationsportal & Beratungen

<https://www.slbremen-ev.de/beratungsschwerpunkte.html>

Beratung

Sozialberatung

Kontakt

Psychologische Beratung

Aktuelles

Kontakt & Standorte

Unser Team

Weiterführende Hilfen und Links

Hilfe in akuten Krisen

Beratungsarten

Internationale Studierende

Podcast

OnLine-Beratung

Redeangst

Prüfungsangst

Arbeitsstrukturierung

Psychische Erkrankung und Studium

Studieren mit Aufmerksamkeitsstörung

Studieren mit Legasthenie

Suchtgefährdung

Selbsthilfe

Psychologische Beratung

Studieren ist nicht immer leicht...

Das Studium kann eine faszinierende Zeit mit vielen neuen Erfahrungen sein. Und es kann Belastungen mit sich bringen, denen Sie sich allein nicht immer gewachsen fühlen.

Themen, die in unserer Beratung häufig vorkommen, sind:

- Arbeitsschwierigkeiten, Konzentrationsprobleme und Schreibblockaden
- Prüfungs- und Versagensängste
- Orientierungslosigkeit und Zukunftsangst
- Überforderung
- Kontaktschwierigkeiten
- Familiäre Konflikte, z. B. mit den Eltern
- Selbstwertproblematik
- Partnerschaftsprobleme
- Trennungen und Verluste
- Krisensituationen

Bei diesen und anderen studienbezogenen und persönlichen Problemen verstehen wir uns als AnsprechpartnerInnen für Sie. Für die jeweiligen Themen, mit denen Sie zu uns kommen, unterstützen wir Sie mit unterschiedlichen Angeboten.

Als Studierende können Sie die Beratung in der Psychologischen Beratungsstelle jederzeit – also auch in den Semesterferien – **kostenfrei** und unbürokratisch in Anspruch nehmen. Selbstverständlich unterliegen alle Mitarbeiterinnen der **Schweigepflicht**.

<https://www.stw-bremen.de/de/beratung/psychologische-beratung>



Sozialberatung

Die Sozialberatungsstelle unterstützt alle ratsuchenden Studierenden, Studieninteressierte und Absolvent:innen, die in persönlichen, sozialen und finanziellen Angelegenheiten Unterstützung und Informationen benötigen, die eng mit dem Studierendenstatus und Studierendenleben verbunden sind.

Eine Beratung für alle...

Die Sozialberatung klärt mit Ihnen Ihren Beratungsbedarf und unterstützt Sie aktiv bei der Suche nach Lösungen für verschiedene Themen, die das Studium betreffen und beeinflussen:

- **Studienanfang, -wechsel oder -abschluss**
Erstsemesterinfos, finanzielle Absicherung
- **Studieren und Leben mit Kindern**
Schwangerschaft und Elternzeit, Leistungen für studentische Eltern
- **Erschwernisse wegen einer chronischen Erkrankung oder Behinderung**
- **Aufenthalts- und sozialrechtliche Fragen von ausländischen Studierenden**
- **Veränderungen der Finanzsituation**
- **Jobben und Sozialversicherung**
- **Antragsverfahren sowie Voraussetzungen von (Sozial-) Leistungen** aus den Bereichen Wohngeld, Arbeitslosengeld II, Kindergeld, usw.
- **Krankenversicherung**
- **Rundfunkbeitrag(sbefreiung) und studentische Ermäßigungen**
- **Unterstützung in Umbruchsituationen**
- **Soziale Absicherung im Übergang Studium – Beruf**

In meiner Lotsenfunktion empfehle ich Ihnen bei Bedarf auch andere spezielle Angebote der Hochschulen und Beratungsstellen.

Die Beratung ist kostenfrei. Die Gespräche werden vertraulich und unter Einhaltung der Schweigepflicht geführt.



Sonja Vleten
Sozialberaterin

Beratung

Sozialberatung

Kontakt

Psychologische Beratung

Aktuelles

Kontakt & Standorte

Unser Team

Weiterführende Hilfen und Links

Hilfe in akuten Krisen

Beratungsarten

Internationale Studierende

Podcast

OnLine-Beratung

Redeangst

Prüfungsangst

Arbeitsstrukturierung

Psychische Erkrankung und Studium

Studieren mit Aufmerksamkeitsstörung

Studieren mit Legasthenie

Suchtgefährdung

Selbsthilfe

<https://www.stw-bremen.de/de/sozialberatung>

Beratung

KIS Kontakt- und Informationsstelle für Studierende mit Behinderung oder chronischer Erkrankung

KIS Kontakt- und Informationsstelle für Studierende mit Behinderung oder chronischer Erkrankung

KIS Kontakt- und Informationsstelle für Studierende mit Behinderung oder chronischer Erkrankung



Die **KIS** ist ein Beratungsangebot für Studierende mit einer sichtbaren oder nicht-sichtbaren körperlichen oder psychischen Beeinträchtigung

KIS berät zu

- Nachteilsausgleich im Studium
- Studienorganisation
- Finanzierung
- Härtefallregelung und Nachteilsausgleich bei der Studienplatzbewerbung
- Unterstützungsangebote

Die Beratung der **KIS** ist **vertraulich, unabhängig** und **kostenlos**

© KIS

Auf der Internetseite [Studieren mit Beeinträchtigung](#) finden Sie viele Informationen und Unterstützungsangebote zusammengefasst.

Wie Sie die KIS erreichen


Sprechzeiten nur nach persönlicher Vereinbarung

Die **KIS** bietet Beratungen sowohl in **Präsenz**, per **Telefon** oder per **Video** an. Schreiben Sie bei Beratungsbedarf gerne eine Email oder rufen Sie an. Hinterlassen Sie bitte eine Nachricht, wenn Sie einen Rückruf wünschen.

Die Beratung per Video findet per BigBlueButton statt, eine sichere Videoverbindung. BigBlueButton benötigt keine zusätzliche Software und funktioniert auf den meisten Computern, Tablets und Smartphones.

Kontakt

KIS Kontakt- und Informationsstelle für Studierende mit Behinderung oder chronischer Erkrankung

Dr. Ingrid Zondervan
kis@uni-bremen.de 

0421 218 61050

www.uni-bremen.de/kis

Celsiusstraße
Gebäude F.V.G., Raum M0130

Sprechzeiten nur nach
persönlicher Vereinbarung

**03.07.-05.07.2023 ist die KIS
nicht besetzt!**

Besuchsadresse

Celsiusstraße
Gebäude F.V.G.
Raum M0130

Postadresse

KIS, Dezernat 6
Universität Bremen
Postfach 330440
28334 Bremen

<https://www.uni-bremen.de/kis-kontakt-und-informationsstelle-fuer-studierende-mit-behinderung-oder-chronischer-erkrankung>



Rat & Hilfe

Studieren mit Beeinträchtigung

Ein Studium stellt Studierende mit einer Behinderung oder einer chronischen Krankheit oft vor besondere Herausforderungen. Doch die HSB hilft Ihnen, Barrieren zu überwinden. Hier finden Sie Unterstützungsmöglichkeiten und Beratungsangebote.

Kontakt und Beratung

Beratungsstelle "Inklusives Studieren"

Die Beratungsstelle "Inklusives Studieren" der Zentralen Studienberatung unterstützt und berät Sie bei Fragen rund um das Studium mit gesundheitlicher Beeinträchtigung. Angefangen bei der Bewerbung um einen Studienplatz, über den Studienverlauf hinweg bis hin zum Abschluss.

Beratungstermine sind telefonisch, per E-Mail oder persönlich in der Hochschule (unter Einhaltung der Hygiene-Vorschriften) nach individueller Absprache möglich. Bitte nehmen Sie telefonisch (0176 15140137) oder per E-Mail an inklusivstudieren@hs-bremen.de Kontakt mit uns auf.

Wir beraten Sie unter anderem zu folgenden Themen:

- Härtefallregelung und Nachteilsausgleich bei der Bewerbung um einen Studienplatz
- Unterstützungsangebote (Eingliederungshilfen; Gruppenangebote)
- Studienorganisation
- Finanzierung des Studiums
- Nachteilsausgleiche bei Prüfungen
- Förderprogramme
- Externe Hilfen

Kontakt



Elena Maria Bahloul

+49 421 5905 2059

+49 176 15140137

E-Mail

<https://www.hs-bremen.de/studieren/beratung-und-unterstuetzung/studieren-mit-beeintraechtigung/>

Gemeinsam weiterkommen: Gruppen für Studierende

Kennen Sie das auch – das lange Warten auf einen Therapieplatz? Die Angst davor, das Studium nicht schaffen zu können? Die Erschöpfung resultierend aus der Doppelbelastung von Studium und gesundheitlicher Beeinträchtigung? Die vielen Fragen dazu, wie ihre gesundheitlichen Nachteile innerhalb des Studiums ausgeglichen werden können? Das Gefühl des zunehmenden Verlustes der Selbstwirksamkeit und der Unzugehörigkeit zu ihren Kommiliton:innen? ...

Tatsächlich sind Sie damit nicht allein! Laut der 21. Sozialerhebung des Deutschen Studentenwerks haben 11 % der Studierenden eine oder mehrere studienerschwerende gesundheitliche Beeinträchtigungen – Tendenz steigend.

Seitens der Beratungsstelle *Inklusives Studieren* liegt es uns am Herzen, Sie bestmöglich durch Ihr Studium zu begleiten. Unter dem Motto „Hilfe zur Selbsthilfe“ bieten wir Ihnen mit unseren drei Selbsthilfegruppen die Möglichkeit, sich – innerhalb eines geschützten Umfeldes – vertrauensvoll mit anderen Studierenden auszutauschen und sich gegenseitig zu unterstützen.

Wie unterscheiden sich die Gruppen?

+

Ziele der Gruppen

+

Selbsthilfegruppe für
Studierende mit
Beeinträchtigung

Gesprächsgruppe
Studieren mit Autismus
(z.B. Asperger)

Neu: Selbsthilfegruppe im
Peer-to-Peer-Format –
Gemeinsam Studieren
ermöglichen

<https://www.hs-bremen.de/studieren/beratung-und-unterstuetzung/studieren-mit-beeintraechtigung/>

Übergang vom Studium in den Beruf

[Zum Inhalt springen](#)

Career Service der HSB – Bewerbung und Beeinträchtigung

Sie studieren mit einer Beeinträchtigung und sind sich nicht sicher, wie Sie Ihre Bewerbung gestalten sollen? Dann schauen Sie doch mal auf die Seiten des Career Service der HSB und vereinbaren ein persönliches Beratungsgespräch. Ihre Ansprechpartnerin ist Frau Dr. Monika Blaschke.

→ [Career Service](#)

<https://www.hs-bremen.de/studieren/beratung-und-unterstuetzung/studieren-mit-beeintraechtigung/vom-studium-in-den-beruf/#c27443>

UNGEREINTESSION UNGENASTHENIE SKLEROTISCH STUDIUM BEH ERNUNG UND STU D BEHINDERUNG GESSTÖRHEGMA

Informationen für Studieninteressierte und Studierende
mit Behinderungen und chronischen Krankheiten

PDF

<https://www.bvl-legasthenie.de/ausbildung-beruf/studium.html>



PDF

<https://www.studierendenwerke.de/themen/studieren-mit-behinderung/schnelleinstieg-fuer-studierende>

PDF

STUDIERN

MIT

BEHINDERUNG

„Geht nicht!“ – Gibt es nicht!

<https://www.fernstudieren.de/im-studium/studieren-mit-behinderung/>

STARTSEITE

KOMBABB

DATENBANK

AKTUELLES

www.kombabb-internetportal-nrw.de

Herzlich Willkommen beim kombabb-Kompetenzzentrum NRW!

Sie sind / Du bist von einer (nicht-)sichtbare Behinderung / chronischen Erkrankung betroffen und planen / planst zu studieren oder studieren / studierst bereits? Sie finden / Du findest Dich im Hinblick auf Deine Fragestellungen in der folgenden Illustration wieder?



<https://www.kombabb-internetportal-nrw.de/>



Neurodiversity

Fallvignette:

Studierende mit Diagnose

Einzelarbeit

Diagnostik



Es geht um Beratung für
gute Bedingungen

Dafür brauchst du eine
individualisierte Diagnostik

Was braucht mein
Gegenüber?

Umgang mit Diskriminierung und Stigmatisierung



**Affirmativ: bejahend und
bestärkend: Vielfalt ist die Basis**

**Ostrazismus: Das Unsichtbarmachen
eines Merkmals im sozialen Raum**

Korrekte Sprache

Auftrag und Besprechbarkeit



Wie lautet mein Auftrag?

Habe ich den Auftrag,
aufdeckend zu arbeiten?

Diskreditierbare Anteile
– unfreiwilliges Outing

Scham / Beschämung



Scham ist eine Emotion

Beschämung erfolgt
immer durch andere.

Es geht um Zugehörigkeit
durch soziale Anerkennung

4 Grundbedürfnisse

(nach Klaus Grawe/Seymor Epstein)

Annahme und
Zugehörigkeit
(Ich bin richtig,
wie ich bin
und gehöre
dazu)

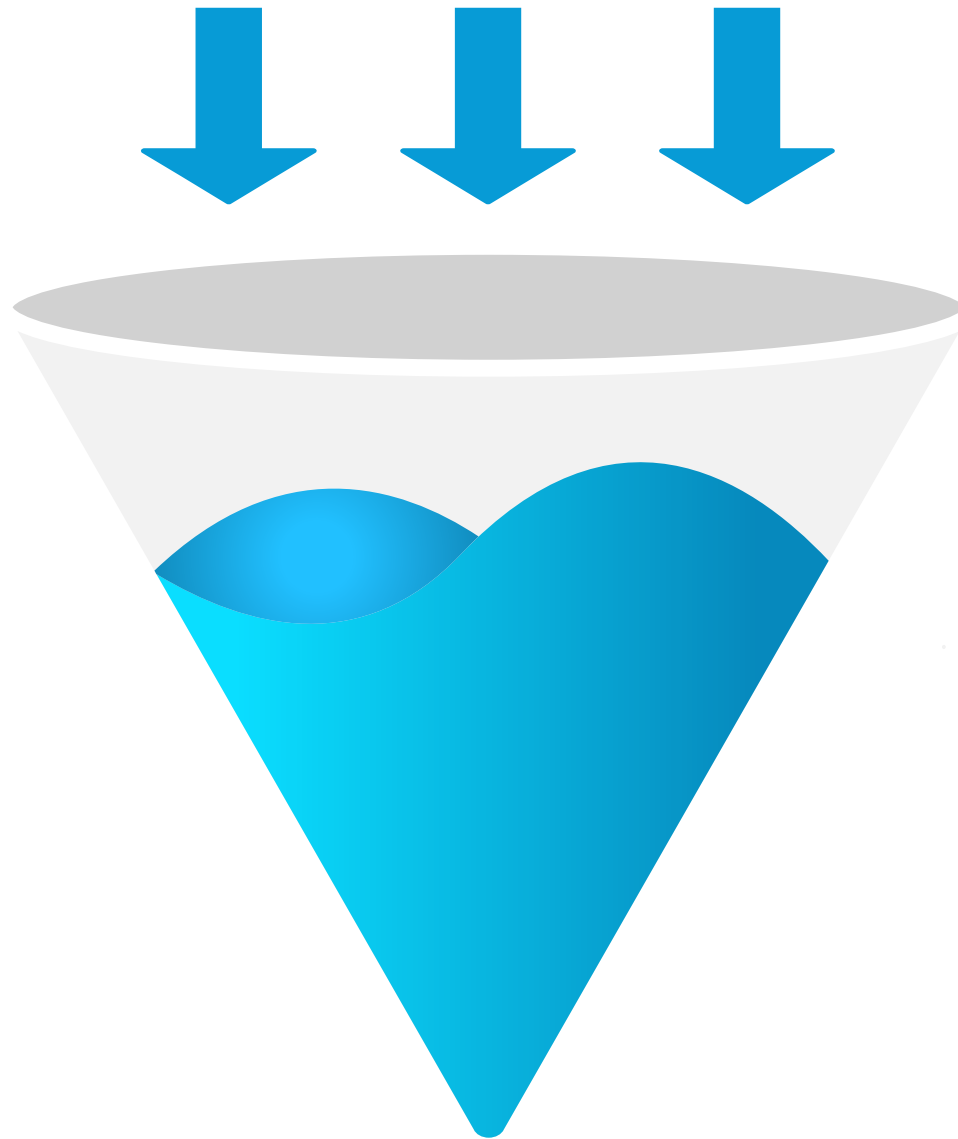
Autonomie
und Kontrolle

Selbstwert-
erhöhung

Unlust
vermeiden
und Lust
gewinnen

-> Anerkennung (Axel Honneth): Rechtlich, sozial und emotional

Nimm ernst und unterstütze!



Rollenreflexion

Wie lautet mein Auftrag?

Was brauche ich, um andere beraten zu können?

Wahrnehmen, was ist (gibt es einen Impuls einen zynischen Kommentar abzugeben, dann bin ich dabei, zu beschämen – weil eine Person nicht so ist, wie ich denke, dass sie sein sollte)

Ggf. Räume schaffen für das Bedauern von Unterschieden

Haltung

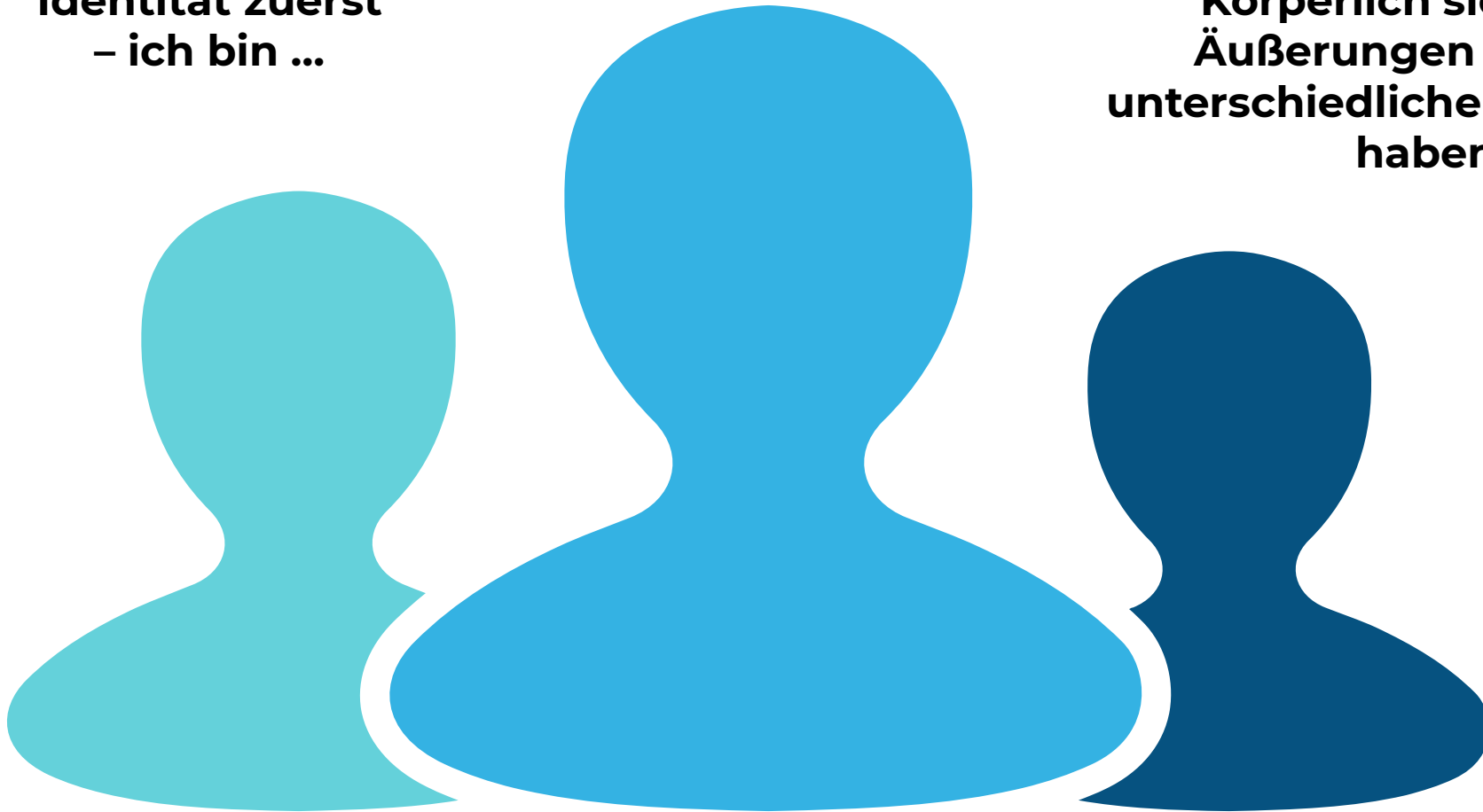
Affirmativ

**Was als funktional und als
Lebensqualität verstanden wird,
definiert die Person selbst.**



Fremdsprache

**Identität zuerst
– ich bin ...**



**Körperlich sichtbare
Äußerungen können
unterschiedliche Bedeutung
haben**



**Nimm dich
und andere
ernst!**

Bentner, A. & Jung, J.P. (2022): Resilient durch Krisen. Heidelberg: Carl-Auer.

Spezifische Beratungs- kompetenzen

Klare und
individuelle
Absprachen

Erkennen, wie viel
Input dein Gegenüber
verarbeiten kann

Feste
Ansprechpersonen

Wiederholtes Fragen
nicht kommentieren,
dazu einladen

Wenn sich jemand nicht
erinnern kann: nur mit dem
Arbeiten, was aktuell abrufbar ist

Wenn eine Person z.B. mit
den Fingern spielt, dich
nicht anschaut – sie kann dennoch,
oder gerade deswegen, gut zuhören

Pause machen bei
Bedarf (oder zu gemeinsam
festgelegte Zeiten)

Stelle spezifische Fragen
(Anstelle von: Wie wars heute? Hat dir
die Pause gut getan? Was war besonders
hilfreich?)

Umgang mit
Körperlichkeit: Grenzen
an Nähe, Abstand, Begrüßung

Fallvignette:

Arbeitnehmer ohne Diagnose

Gruppenarbeit



Neurodiversity

Literatur:

- Armstrong, T. (2012): *Neurodiversity in the Classroom: Strength-Based Strategies to Help Students with Special Needs Succeed in School and Life*. ASCD, Alexandria, Virginia USA.
- Armstrong, T. (2015): The myth of the normal brain: embracing neurodiversity. *AMA journal of ethics*, 17: 4, 348-352.
- Borowski, Sonja (2021): *Es ist normal, verschieden zu sein: Einblicke in ein Leben mit Dyskalkulie und/oder Legasthenie anhand von 30 Biografien*. BoD-Books on Demand.
- Honeybourne, Victoria (2018): *The Neurodiverse Classroom: A Teacher's Guide to Individual Learning Needs and How to Meet Them*. Jessica Kingsley Publishers, London & Philadelphia.
- Steven K. Kapp (Hrsg.): *Autistic Community and the Neurodiversity Movement: Stories from the Frontline*. Palgrave Macmillan, Singapur 2020, S. 330ff.
- Kaufmann, Liane; Kucian, Karin; von Aster, Michael; Weiss, Elisabeth M.; Schweiger-Wachsmuth, Desiree; Christiansen, Hanna (2022) Partizipation von Studierenden mit neurokognitiven Beeinträchtigungen am Beispiel von ADHS und spezifischen Lernstörungen. *Zeitschrift für Neuropsychologie*. 33 (4), S. 213-225.
- Klaus, Matthias *Echt behindert! – der Podcast zu Barrierefreiheit und Inklusion Folge 35: Neurodiversität – Vielfalt statt Krankheit vom 09.12.2021*. URL: <https://p.dw.com/p/43nFN> am 08.03.2023.
- Pletschko, Thomas; Kaufmann, Liane (2022): Teilhabe in Schule und Studium trotz neuropsychologischer Funktionseinschränkungen. *Zeitschrift für Neuropsychologie*. 33 (4), S. 211-212.
- Silberman, Steve (2016): *Geniale Störung. Die geheime Geschichte des Autismus und warum wir Menschen brauchen, die anders denken*. DuMont, Köln.
- Trott, Clare (2015): *The neurodiverse mathematics student*. Loughborough University. Chapter. <https://hdl.handle.net/2134/17250> am 08.03.2023.
- Vanecek, Jana (2022): Neurodiversität – Ein Kontrast zu pathologisierenden Betrachtungsweisen von ADHS. *Psychiatrische Pflege* (2022) 7, S. 7-8.
- Wittwer, Jörg (2021): Autismus: Ein Überblick über Lernvoraussetzungen und Fördermaßnahmen. *Zeitschrift für Pädagogische Psychologie* (2022), 36 (1-2), S. 19-36.
- Zimpel, André (2021): Neurodiversität ist mehr als ein Verhaltensproblem. *Klasse leiten* Nr. 14 / 2021. Themenheft Chancengerechtigkeit und Inklusion, S. 24-25.

Internetressourcen als Quelle für Erfahrungsberichte:

Adxs.org: <https://www.adxs.org/de/page/242/erfahrungsberichte-von-betroffenen> am 05.06.2023

AOK.de: <https://www.aok.de/bw-gesundnah/psyche-und-seele/leben-mit-autismus-die-geschichte-eines-betroffenen> am 05.06.2023 am 05.06.2023

BR.de: <https://www.br.de/nachrichten/wissen/zum-welt-autismus-tag-wie-autisten-die-welt-wahrnehmen,RLimnzp> am 05.06.2023

Focus.de: https://www.focus.de/familie/lernen/lernstoerungen/aufmerksamkeitsdefizitsyndrom-leben-mit-ads_id_7198608.html am 05.06.2023

Gesundheitsinformation.de: <https://www.gesundheitsinformation.de/ich-hatte-das-gefuehl-anders-zu-sein.html> am 05.06.2023

Gesundheitsinformation.de: <https://www.gesundheitsinformation.de/ich-haette-nie-adhs-vermutet.html> am 05.06.2023

Spiegel.de: <https://www.spiegel.de/gesundheit/psychologie/autismus-menschen-mit-asperger-syndrom-berichten-ueber-ihren-alltag-a-877992.html> am 05.06.2023

Stern.de: <https://www.stern.de/lifestyle/leben/tag-der-legasthenie--erfahrungen-eines-22-jaehrigen-mit-lese-rechtschreib-schwaeche-30728424.html> am 05.06.2023

ZDF.de: <https://www.zdf.de/nachrichten/panorama/autismus-spektrum-stoerung-asperger-erfahrungsbericht-100.html> am 05.06.2023 am 05.06.2023

Zeit.de: <https://www.zeit.de/zett/2020-07/masking-menschen-im-autismus-spektrum-erzaehlen-vom-stress-sich-im-alltag-anpassen-zu-muessen> am 05.06.2023

Zeit.de: <https://www.zeit.de/zett/2020-08/ehe-mit-einem-asperger-autisten-der-autismus-meines-mannes-bereichert-mein-leben> am 05.06.2023

Zeit.de: <https://www.zeit.de/zett/2020-08/worauf-es-menschen-im-autismus-spektrum-in-beziehungen-ankommt-diversitaet-barrierefreiheit-liebe> am 05.06.2023

Zeit.de: <https://www.zeit.de/zett/2020-09/wie-menschen-im-autismus-spektrum-ihre-gefuehle-ausdruecken> am 05.06.2023

am 05.06.2023

Zeit.de: <https://www.zeit.de/zett/politik/2021-01/menschen-mit-behinderung-ablesplaining-diskriminierung-wuerde-erfahrungen-gesellschaft> am 05.06.2023