

# Inhalt

## Einleitung 13

### **1 Neurodivergenz: Ein Begriff mit neuer Perspektive 19**

Woher kommt's? 22

Achtsame Sprachwahl 25

»Aber die ist doch so lieb ...«:

über Geschlechterrollen 26

Ein Kopf voll Gold: Neurodivergenz als Stärke 28

### **2 Ja, nein, vielleicht? Der (lange) Weg zur Diagnostik 31**

Frühe Anzeichen und das Bauchgefühl 31

Knackpunkt Schulstart 38

In den Austausch gehen 39

Als Lehrkraft den Verdacht ansprechen 43

### **3 Ganz konkret: Woran erkenne ich ein neurodivergentes Kind? 49**

Kinder mit ADHS 51

Kinder im Autismus-Spektrum 56

Hochbegabte Kinder 61

Kinder mit AVWS 64

Kinder mit Dyspraxie 65

Kinder mit Legasthenie 66

Kinder mit Dyskalkulie 67

Kombi-Diagnosen 69

Exkurs: Hochsensibilität 70



#### **4 Diagnostik: Weil neurodivergente Kinder Antworten brauchen 73**

Ist eine Diagnose wirklich notwendig? 74

Wann ist ein guter Zeitpunkt für die Diagnostik? 86

Wie läuft die Diagnostik ab? 90

Wie können Eltern den Diagnoseprozess begleiten? 96

Wie geht es nach der Diagnosestellung weiter? 112

Was, wenn keine Diagnose gestellt wird? 114

»Moment mal, vielleicht bin ich auch ...?« 116

#### **5 Was Eltern neurodivergenter Kinder brauchen 119**

Schuldgefühle und herausfordernde Emotionen bearbeiten 120

Informationen sammeln und Netzwerke nutzen 123

Der eigenen Neurodivergenz begegnen 125

Die Elternpaarbeziehung stärken 128

Die Perspektive allein- oder getrennt erziehender Eltern 132

Entlastung schaffen 133

Das Gold im Blick behalten 139

#### **6 Was neurodivergente Kinder im Alltag brauchen 143**

Ein positives Selbstkonzept fördern 144

Essen, Schlafen, Anziehen –  
den Herausforderungen des Alltags begegnen 155

Besondere Situationen meistern 171

Emotionen begleiten und Regulierung  
unterstützen 175

Geschwister 182



Freundschaften 185  
Medien – Risiken und Chancen 186  
Außerfamiliäre Unterstützung nutzen 190  
Medikamente 193

## **7 Was neurodivergente Kinder in der Schule brauchen 197**

Den Schulstart begleiten 198  
Welche weiterführende Schule soll es sein? 207  
Sind Alternativschulen besser geeignet? 209  
Mit unserer Haltung fängt es an ... 210  
Als Lehrkraft die Lernumgebung gestalten 216  
Nachteilsausgleich und weitere  
Unterstützungsmaßnahmen 232  
Kreative Lösungen 239  
Das schulische Selbstkonzept stärken 240  
Exkurs: Neurodivergenz und das Growth Mindset 241  
Konfliktverhalten begegnen 244  
Kinder vor Mobbing schützen 253  
Die gute Zusammenarbeit zwischen Eltern und  
Lehrkräften 257  
Hausaufgaben – die Herausforderung meistern 261

## **8 Und wie geht's weiter? Ein Ausblick 273**

Empfehlungen 276  
Verwendete Literatur 281  
Dank 282  
Anmerkungen 284  
Über die Autorin 288