

Neurodivergenz betrifft mehr als “nur” Verhalten



GANZHEITLICH VERSTEHEN

Zentrale neurodivergente Wirkbereiche



Soziale Interaktion & Beziehungsgestaltung

- Masking
- soziale Unsicherheit
- Energieverbrauch
- implizite soziale Regeln
- Gruppendynamiken
- Bindungs- und Beziehungserfahrungen



Kommunikation & soziale Informationsverarbeitung

- wörtliches vs. implizites Sprachverständnis
- Ironie, Metaphern, Zwischentöne
- Verarbeitungsgeschwindigkeit
- Gesprächsstrukturierung
- Ausdruck eigener Bedürfnisse
- Missverständnisanfälligkeit
- selektiver Mutismus/ Sprachblockaden bei Überlastung



Reizverarbeitung & Sensorik

- Geräuschsensitivität
- visuelle Reizüberflutung
- Berührungsintensität
- Geruchs- oder Geschmackswahrnehmung
- Körperwahrnehmung (Interozeption)
- Schmerzverarbeitung



Exekutive Funktionen & Alltagssteuerung

- Planung
- Organisation
- Zeitgefühl
- Priorisierung
- Aufgabenbeginn
- Impulssteuerung
- Entscheidungsfindung
- kognitive Flexibilität



Emotionale Regulation & Stressverarbeitung

- hohe Stresssensitivität
- verzögerte Emotionsverarbeitung
- starke innere Intensität
- Shutdown/ Meltdown-Dynamiken
- chronische Erschöpfung
- Burnout-Risiko



Identität & Selbstkonzept

- späte Diagnose
- “Warum bin ich anders?”
- internalisierte Defizitnarrative
- Erschöpfung durch jahreslange Masking
- Identitätsentwicklung
- Selbstakzeptanz