

Christine Schubart
NeuroDiversity from a Female Perspective
Weiblich, Migrantin* und neurodivers
Intersektionale Perspektiven
in der Jugendsozialarbeit
BAG EJSa Kacheltalk
12.03.2026



NEURODIVERSITY from a
FEMALE PERSPECTIVE

HEUTE

- YES Innovation & Research e. V.
- 1. Einstieg – Neurodivergenz aus weiblicher Perspektive
Wortwolke und erste Einordnung
- 2. Projektkontext ‚NeuroDiversity from a Female Perspective‘
Ziele und Projektsäulen
- 3. Wenn Neurodivergenz auf Migration trifft
Intersektionale Lebensrealitäten
- 4. Konsequenzen für Jugendsozialarbeit
Was bedeutet das für Praxis, Teams und Organisationen?



Was bedeutet Neurodivergenz für junge Frauen* – wenn Geschlecht, Migration und Neurodivergenz zusammenkommen – und was heißt das für unsere Praxis?

YES Innovation & Research e. V.

Stuttgart

christine.schubart@yesir.yes-forum.eu

<https://www.yes-forum.eu/yesir/>



Thematischer Einstieg

Geschlechterperspektiven auf Neurodivergenz bei Mädchen* und (jungen) Frauen* - eine Wortkette

Innere Unruhe – Angst – Impulsivität – Verknüpfung des Jetzt mit dem Morgen schwierig – Ablenkung vom Ziel – Muster unzusammenhängender und unorganisierter Aktivitäten, körperlich und/oder gedanklich – Aufgaben können so motivierend sein, dass es fast unmöglich ist sie zu beenden – doppelt lesen müssen, weil Teile übersprungen wurden – ohne Fristen geht nichts und gleichzeitig werden sie gehasst – schwieriges Organisationsvermögen – schnell gelangweilt sein – ‚fuchteln‘ in den Haaren – die Langsamkeit anderer löst eine ‚Allergie‘ aus – Ausruhen bringt keine Erholung – Ruhe ist nicht auszuhalten – loslegen statt ‚ewig‘ zu diskutieren – Sätze anderer beenden – sofort raus damit – Essanfälle als Erwachsene – ADHS und Essstörungen – kein Zutrauen in die eigenen Fähigkeiten – ein kurzfristiges, unzuverlässiges Belohnungssystem, ohne echte Befriedigung – Alltagsfrustration weil soviel liegen geblieben ist –

Reizüberflutung - Innere Unruhe - Hyperfokus – Gedankensprünge – Maskieren -
Dazugehören wollen - immer ein bisschen anders - **ständig beobachten, wie**
andere reagieren - soziale Codes entschlüsseln müssen - **Sprache** wechseln. -
 zwischen **Kulturen übersetzen** - nicht verstanden werden - zu direkt - zu sensibel -
 zu viel - **Missverständnisse** - Anpassung - Perfektionismus - Erschöpfung - doppelte
 Anstrengung - **doppelte Unsichtbarkeit** - Mädchen* sollen angepasst sein –
Migrant*innen sollen dankbar sein - Neurodiverse sollen sich zusammenreißen -
 zwischen **Erwartungen** - zwischen Rollen - **zwischen Welten** - Blickkontakt? - Small
 Talk? - Ironie? - **Unausgesprochene Regeln** - **mehrsprachiges Denken** - **kulturelle**
Codes - familiäre Verantwortung - Schule versteht mich nicht - Diagnosen fehlen -
 Verhalten wird falsch gedeutet - Schwierig - Unmotiviert - Drama - **kulturelles**
Problem - stattdessen vielleicht: neurodivergent – überfordert - unverstanden. -
 Rückzug - Einsamkeit - Selbstzweifel.
 Aber auch: **Kreativität.** - **Muster erkennen.** - **Hyperempathie.** - **Gerechtigkeitssinn.**

....

Alltagsfrustration weil soviel liegen geblieben ist – Ich kann dich nicht deuten (Mimik, Körperhaltung) – Erschöpfung, Einsamkeit und Selbstzweifel – Gefühl des Fremdseins – Meltdown(s), seelische Kernschmelze – Overload(s) – Shut-down, mein Not-aus – meine Ehrlichkeit bringt mich immer wieder in Schwierigkeiten – ich fühle mich schnell verletzt, weil ich mich so schlecht ausdrücken kann – bloß kein Small-Talk – Emotionen wirken körperlich – Planänderungen sind eine Katastrophe – zickig – Dramaqueen – Blickkontakt ist unangenehm – auch wenn ich dich nicht anschau, bin ich an dir interessiert – der innere Kontrollturm filtert schwächer, das erschöpft mich – Hyperempathie und soziale Ängste – Zahlen, Reihenfolgen, Buchstaben ... gehören zusammen und haben Farben

Projekt Design des Projektes ,NeuroDiversity from a Female Perspective‘

8

Laufzeit: 12/2024 – 11/2027

Deutschland, [YES IR](#) im Lead, IB Dresden, AvalTea Spanien, IEKEP Griechenland, Jongerenwerk Barkema & de Haan Niederlande

5 Arbeitspakete, 2 Partnermeetings

Einen Beirat, Critical Friends – junge betroffene Mädchen* und Frauen*

1 Arbeitspaket zur Schaffung einer gemeinsamen Wissensbasis

1 Fachkräfte-Training, 1 gemeinsames Training mit jungen Betroffenen

Geplante Veröffentlichungen:

- Checklisten mit methodischen Hinweisen und Empfehlungen für die Praxis und für Organisationen; Erklär-Video(s)
- 1 – 2 Veröffentlichungen des Beirates/Critical Friends

Drei Projektsäulen

1. Die Seite der **Angebote für betroffene Mädchen* und junge Frauen*** im Sinne der Jugend(sozial)arbeit im Kontext geschlechtsspezifischer Arbeit und unter Beachtung von Diversität
2. Partizipation im Projekt –
nicht ÜBER sondern MIT – Advisory Board – Critical Friends
3. Teams, Kolleg*innen und Organisationen

Geschlechterperspektiven auf Neurodivergenz bei Mädchen* und (jungen) Frauen*

Zentrale Aspekte und ihre Folgen

- ADHS – ADS – Autismus – AuADHS
- Erkennen und Diagnostik und der Einfluss von bestehenden Geschlechter-rollen und gesellschaftlichen Erwartungen
- Lebensphasen und Hormone
- Emotionen und psychosoziale Folgen
- Komorbiditäten und Fehldiagnosen
- Folgen

Intersektionale Perspektiven - 1

- Sprache = Zugang zu Rechten und Unterstützung
- Soziale Codes verstehen (Blickkontakt, Ironie, Small Talk)
- Körpersprache und implizite Regeln entschlüsseln
- Neue Kommunikationsstile lernen
- Permanente Unsicherheit: „Mache ich es richtig?“



Für neurodivergente Mädchen* und Frauen* wird Migration damit zu einer besonderen Form der Anpassungsarbeit.

Wenn Migration, Geschlecht und Neurodivergenz zusammenkommen

Multiple parallele Anpassungsanforderungen

- Neue Kultur verstehen
- soziale Erwartungen entschlüsseln
- Geschlechterrollen erfüllen
- Neurodivergente Wahrnehmung regulieren



**Verstärktes Masking
Hohe Mentale Erschöpfung**

Zugang zu Unterstützungssystemen - warum neurodivergente Migrantinnen oft spät erkannt werden

- Sprachbarrieren
- Fehlende Informationen über Hilfesysteme
- Unsicherer Aufenthaltsstatus
- Kulturelle Fehlinterpretationen



**„Integrationsproblem“ – „Sprachproblem“ – „Familiäre Probleme“
anstelle von Diagnostik auf Neurodivergenz**

Rollenverschiebungen in Familien

Kinder/Mädchen* müssen früh Verantwortung übernehmen

- Schnellerer Spracherwerb
- Übersetzen für Eltern, Behörden/Schule
- Vermittlung zwischen Kulturen



Besonders häufig bei Mädchen*: zusätzliche emotionale Belastung, eigene Bedürfnisse treten zurück und werden z. T. verlernt

Schule als Schlüsselort

Chance:

- frühe Wahrnehmung von Schwierigkeiten
- Zugang zu Unterstützung

Problem:

- starke Normorientierung
- Verhalten wird schnell interpretiert als Disziplinproblem
- Integrationsproblem
- familiäres Problem



Neurodivergenz bleibt häufig unsichtbar

Lebensrealitäten von Migrantinnen*

- Beobachten
 - Vergleichen
 - Anpassen
- Ständiges Lernen sozialer Codes
- Ein Leben in ständiger Anspannung
 - Die Zugehörigkeit ist an Bedingungen geknüpft
 - Fragile Akzeptanz



Erhöhte Maskierung, chronische Erschöpfung, Identitätskonflikte, spätere Diagnosen

Migrantinnen* ohne Aufenthaltsstatus

- Leben ohne Aufenthaltsstatus
- Permanenter Alarmzustand
- Keine formalen Rechte
- Ausschluss von Schutzsystemen
- Arbeiten und Wohnen ohne Schutz und Verträge



Besondere Risiken für Frauen*: Ausbeutung, sexuelle Gewalt, Abhängigkeit, Abhängigkeit von informellen Netzwerken

3fache Unsichtbarkeit

- **Neurodivergenz**
- **Weiblich**
- **Migrantin***



Hohe Anpassungserwartung – späte Unterstützung – hohes Risiko für Erschöpfung und Fehlinterpretationen

Konsequenzen für die Jugendsozialarbeit – WIR müssen lernen

19

- Neurodivergente Mädchen mit Migrationserfahrung früher zu erkennen
- Unterstützung nicht an Diagnosen zu koppeln
- Räume zu schaffen, in denen Masking nicht notwendig ist
- Und Räume der Entlastung schaffen
- Betroffene als Expertinnen* ihrer Lebensrealität einzubeziehen



Inklusion bedeutet auch: Organisationen und Systeme müssen sich verändern

Intersektionalität ist mehr ... und Inklusion keine Frage der Anpassung ²⁰

- Frühzeitige Diagnosen
- Erkennen – Verstehen – Handeln
→ in Schule, Jugendarbeit,
- An der 1. und 2. Schwelle in das Berufsleben
- → In unseren Organisationen



**Inklusion ist eine Frage von: Sichtbarkeit, Zugang und Teilhabe.
Und sie beginnt dort, wo die Lebensrealitäten von Mädchen* und
Frauen* ernst genommen werden.**

Literaturhinweise

... eine Auswahl

Stephan Harrison, Dr. Judith Rommel:

Understanding and Supporting Neurodivergence: A Handbook of Practical Strategies to Help Autistic, ADHD, Dyslexic, and Other Unique Minds Thrive at Home, Work, and in Relationships (Neurodiversity).

Katrin Köller & Irmela Schautz:

Richtig Anders, Anders richtig.

Manon Mannherz, Isemen Ditrich, Christa Koentges:

Die Welt autistischer Frauen und Mädchen. Warum sie anders genau richtig sind.

Dr. Astrid Neuy-Lobkowitz:

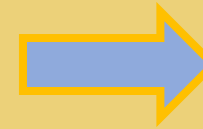
Weibliche AD(H)S. Wie Frauen mit AD(H)S erfolgreich, selbstbewusst und stabil leben können.

Judy Singer:

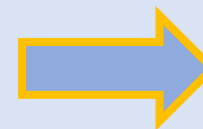
NeuroDiversity: The Birth of an Idea

Lotta Borg Skoglund:

Mädchen und Frauen mit ADHS. Überraschend anders.



Die Ergebnisse des Desk Researchs zu Projektbeginn sind unter folgendem [Link](#) zu finden.



Viele interessante Autorinnen* auf Instagram!

DANKE für DEINE/IHRE Aufmerksamkeit!

Fragen? Ich freue mich über jede Kontaktaufnahme!

christine.schubart@yesir.yes-forum.eu
<https://www.yes-forum.eu/yesir/>