

November 2025

Liebe Empfänger*innen des Newsletters Inklusion,

... und schon wieder sind die ersten Ferien im neuen Schuljahr vorbei! Nun geht es mit großen Schritten auf Weihnachten zu. Diese Zeit ist für alle, die mit Kindern arbeiten, anstrengend, aber hoffentlich auch schön. Ich hoffe, Sie finden dennoch etwas Zeit, um den Newsletter zu lesen.

Dieses Mal gibt es viele Beiträge zum Thema AD(H)S, was vor allem den interessanten Beiträgen von Dr. Martin Winkler, einem ADHS-Spezialisten und selbst Betroffenen, zu verdanken ist.

Unter der Rubrik „Schule und Inklusion“ habe ich für diese Ausgabe so viele Beiträge gesammelt, dass ich sie in die zusätzlichen Rubriken „Schulbegleitungen“ und „Tipps und Materialien für die Schule“ zusammengefasst habe.

Ich wünsche Ihnen wie immer, dass Sie etwas für sich und Ihre Arbeit in diesem Newsletter finden und dass er für Sie bereichernd und inspirierend ist!


Susanne Rothmaier

Schulberaterin SBBZ und Referentin Inklusion
Stiftung Katholische Freie Schule
Bischof-von-Keppler-Str. 5
72108 Rottenburg

Förderschwerpunkt Körperlich-Motorische Entwicklung

******Preisgekrönter Roman über die „Krüppelkommune“ von Hartroda**

Der Roman „Gesellschaft mit beschränkter Hoffnung“ von Karsten Krampitz erzählt die Geschichte von vier Jugendlichen mit Behinderung, die sich kaum bewegen können, Ende der 70er Jahre. Sie beschließen: Wir brechen aus. Von Rente und Pflegegeld wollen sie sich Pfleger finanzieren, ein Haus bekommen sie von der Kirche – das alte Pfarrhaus in Hartroda im Altenburger Land. Dort gründen sie eine Kommune, die völlig aus der Zeit und aus dem Land gefallen ist. Die einen bekommen Hilfe, die anderen Asyl – vor der Schinderei im Staatsbetrieb und einem Leben im stupiden Kreislauf von Arbeiten, Saufen und Schlafen. Eine Gemeinschaft der Gleichen, in der alles geteilt wird – Geld, Bücher, Platten und Bier, aber auch alle Gebrechen. Eine Gemeinschaft der Aussortierten, die sich mit Witz und Chuzpe das Udenkbare erkämpft: ein selbstbestimmtes Leben, vielleicht sogar Freiheit.

[Gesellschaft mit beschränkter Hoffnung](#)

Förderschwerpunkt Hören

******SORDA – Der Klang der Welt**

Ab dem 30. Oktober 2025 läuft der Film „SORDA – Der Klang der Welt“ in den deutschen Kinos. Ángela ist gehörlos, Héctor hört, und sie sind ein junges, fröhliches Paar, das sich auf die Geburt ihres ersten Kindes freut. Es soll Ona heißen, ein Mädchen. Doch je näher der Geburtstermin rückt, desto unruhiger wird Ángela. Wie soll sie sich um Ona kümmern in einer Welt, die nicht für sie gemacht ist? Wird Ona hören wie Héctor oder sein wie sie? Ihre kleine, geschützte Welt bekommt Risse. Sie müssen es noch einmal versuchen – in der Welt, wie sie ist und wie sie sein könnte.

Link zur Vorschau:

<https://youtu.be/fbacAxMe8KQ?si=6FAGkw8zaG10hsTr>

Neurodiversität/Neurodivergenz

****Gewichtsdecken bei ADHS-Kindern

Wie Gewichtsdecken Eltern von Kindern mit ADHS helfen, durchzuatmen. Eine neue skandinavische Studie zeigt deutliche Effekte und bietet praktische Tipps für den Alltag.

[Gewichtsdecken bei ADHS-Kindern](#)

****ADHS und positive Gefühle

Wenn Freude kippt: Warum positive Gefühle bei ADHS-Kindern manchmal zu sozialen Problemen führen. Positive Emotionen bei ADHS-Kindern sind oft sehr intensiv – doch manchmal verwandelt sich Freude in Konflikte. Erfahre, warum positive Emotionen mit sozialen Problemen verbunden sind und wie Eltern ihre Kinder im Alltag unterstützen können.

[ADHS und positive Gefühle](#)

****ADHS: Balanceübungen als Unterstützung

Das Kleinhirn spielt bei ADHS und Autismus eine Schlüsselrolle: Wenn man an ADHS oder Autismus denkt, kommen selten Balance oder Koordination in den Sinn. Doch genau hier liegt ein unterschätzter Schlüssel. Das Kleinhirn steuert nicht nur Bewegungen, sondern auch Gefühle, Aufmerksamkeit und soziale Interaktion. Störungen in diesem Bereich können erklären, warum viele Betroffene nicht nur „tollpatschig“ wirken, sondern auch innerlich schnell aus dem Gleichgewicht geraten. Bottom-Up-Strategien – Balance trainieren und Selbstregulation stärken: Während klassische Therapien oft „Top-Down“ arbeiten (Psychoedukation, kognitive Verhaltenstherapie), bieten Bottom-Up-Ansätze enorme Chancen.

[ADHS: Balanceübungen als Unterstützung](#)

****(M)eine Resonanz-Schule

Der ADHS-Spezialist Dr. Martin Winkler beschäftigt sich mit dem Gedankenexperiment: Was wäre, wenn Schulen nach den Bedürfnissen neurodivergenter Kinder gestaltet wären?

[Resonanz-Schule](#)

****Lichttherapie bei ADHS: Schlafrhythmus und Symptome verbessern

Wie helles Morgenlicht den zirkadianen Rhythmus stabilisiert, Schlafprobleme lindert und ADHS-Symptome reduzieren kann. Praktische Tipps und Studien.

[Lichttherapie bei ADHS](#)

****Komplementäre Therapien bei ADHS: Was Eltern wirklich wissen sollten

Immer mehr Eltern suchen nach komplementären Therapieansätzen, die Symptome lindern oder Nebenwirkungen verringern können. Leider gibt es oft nicht genügend seriöse Studien, und die Anbieter sind selten wirklich auf ADHS oder Autismus spezialisiert. Stattdessen bieten sie ihre Methoden für eine Vielzahl von Symptomen und „Erkrankungen“ an. Eine neue Studie hat jetzt erstmals systematisch untersucht, wie wirksam und sicher traditionelle ostasiatische Medizin bei ADHS im Kindes- und Jugendalter ist.

[Komplementäre Therapien bei ADHS](#)

****ADHS: Differential statt Defizit

Dr. Martin Winkler beschreibt ADHS aus einem neuen Blickwinkel: Weg vom Defizit hin zum „Differential“. Damit meint er die Verteilung von Kraft dort, wo sie gebraucht wird.

[ADHS: Differential statt Defizit](#)

****Hans Asperger: Wie Medien und Medizin einen NS-Täter ehren

Die Autorin Sophie Liersch ist mit der Geschichte nationalsozialistischer Krankenmorde aufgewachsen – ihre Großtante Irma Sperling wurde 1944 in der Wiener Kinderfachabteilung „Am Spiegelgrund“ ermordet. Einer der Ärzte, die Kinder dorthin schickten, war Hans Asperger. Bis heute trägt eine Diagnose seinen Namen. Für Liersch ist das ein Skandal: Es zeigt, wie wenig Medizin und Medien ihrer historischen Verantwortung nachkommen und wie Täter noch immer

geehrt werden, während die Opfer im Schatten bleiben.

[Hans Asperger und die Verantwortung von Medien und Medizin](#)

Künstliche Intelligenz

****Aktion Mensch: Was Künstliche Intelligenz für Inklusion bedeutet

Kann KI die gesellschaftliche Teilhabe fördern und Menschen mit Behinderung unterstützen? Von barrierefreier Routenplanung bis zu Übersetzungen in einfache Sprache: Künstliche Intelligenz kann Menschen mit Behinderung im Alltag helfen. Falsch eingesetzt kann sie jedoch auch Diskriminierung und Ausgrenzung verursachen. Wir erklären, wie Künstliche Intelligenz und Inklusion zusammenhängen und was nötig ist, damit KI wirklich inklusiv ist.

[Künstliche Intelligenz und Inklusion](#)

Inklusion in der Schule

****Wie ich bei der Inklusion im Unterricht an meine Grenzen kam

Viele Lehramtsstudierende rechnen mit dem „Praxis-Schock“ – doch nicht immer trifft er dort, wo man ihn erwartet. Die Autorin berichtet im „Deutschen Schulportal“, wie sie nach ihrem Lehramtsstudium bei der Umsetzung von Inklusion an ihre Grenzen stieß und warum sie nun überzeugt ist: Wir brauchen eine ehrliche Inklusionsdebatte, denn ohne die nötigen Ressourcen bleibt das bildungspolitische Ideal eine leere Hülle.

[Inklusion im Unterricht](#)

Schulbegleitung

****Kostenfreie Online-Fortbildung für Schulbegleitungen

Die Virtuelle Hochschule Bayern (vhb) bietet ein praxisnahes, kostenfreies Online-Angebot zum Thema Individualbegleitungen, also Schulbegleitungen, an. Es gibt keine Zugangsvoraussetzungen. Das Angebot kann flexibel besucht werden, und bei erfolgreichem Abschluss erhalten die Teilnehmenden ein Zertifikat. Ziel ist es, Teilhabeassistenzen (Schulbegleitungen) in ihrer wichtigen Tätigkeit zu stärken – mit Impulsen zu Kommunikation, Rollenverständnis und ressourcenorientiertem Arbeiten. Inhalte des Kurses: - Reflexion der eigenen Rolle als Teilhabeassistent und Entwicklung einer inklusiven Haltung - Rechtliche Grundlagen: Gesetze, Rechte und Pflichten sicher anwenden - Erfolgreiche Zusammenarbeit mit Lehrkräften und Eltern gestalten - Vertrauensvolle Beziehungen aufbauen, Konflikte lösen und Ressourcen aktivieren - Grundlagen zu verschiedenen Beeinträchtigungen, insbesondere Autismus - Strategien zur Stressbewältigung und Förderung der eigenen Resilienz. Den Flyer zum Kurs finden Sie hier:

[Teilhabeassistenten](#)

****Digitaler Fachtag Schulbegleitung

Am 20. November 2025 lädt der Bundesfachverband Schulbegleitungen zu seinem digitalen Fachtag ein, der zentrale Fragen der Zusammenarbeit zwischen Schulbegleitungen und Schulen behandelt. Den fachlichen Auftakt bildet eine Keynote von Dr. Marian Laubner und Dr. Tabea Rief: „Aushandlungsprozesse und Erwartungen an Kooperation: Wie Schulbegleitung und Lehrkräfte zusammenarbeiten können“. Anschließend erwarten Sie praxisnahe Workshops, die unterschiedliche Aspekte der Kooperation beleuchten – von Schnittstellen im Schulalltag bis zu strukturellen Fragen und Strategien für eine gelingende Zusammenarbeit. Teilnahmegebühren: Mitglied-Ticket: 50 € | Gast-Ticket: 100 €.

[Digitaler Fachtag Schulbegleitung](#)

****Kostenlose Online-Sprechstunde für Schulbegleitung

Jeden 2. Mittwoch im Monat von 14:00 bis 15:00 Uhr bietet der Bundesfachverband für Schulbegleitung eine kostenlose Online-Sprechstunde via Zoom für alle an (Mitglieder und Nicht-Mitglieder). Die Sprechstunde bietet Raum für Informationen rund um den Verband und die

Schulbegleitung, offene Fragen zu aktuellen Themen, Ihre Ideen, Impulse, Vorschläge, konstruktive Kritik und Feedback sowie spontane Gespräche und persönliches Kennenlernen. Ziel ist es, gemeinsam weiterzudenken, Probleme zu lösen, Netzwerke zu stärken und die Qualität der Schulbegleitung aktiv mitzugestalten. Anmeldung per E-Mail oder über die Homepage verwaltung@bufa-schulbegleitung.de.
[Online-Sprechstunde für Schulbegleitung](#)

Tipps und Materialien für Schule

****Materialien der Polizei

Die Polizeiliche Kriminalprävention der Länder und des Bundes hat eine umfangreiche Materialsammlung zu verschiedenen Themen (z.B. Internetkriminalität, Jugendschutz) zusammengestellt, die mit Hilfe einer Filterfunktion verfeinert und kostenlos bestellt oder heruntergeladen werden kann.

[Materialien der Polizei](#)

****Materialien Cybersicherheit

Das Bundesamt für Sicherheit in der Informationstechnik stellt Materialien für Pädagoginnen und Pädagogen, Eltern und andere Bezugspersonen zum Thema Cybersicherheit zur Verfügung.

[Materialien zur Cybersicherheit](#)

...und Entwürfe für Lern- und Unterrichtseinheiten.

[Entwürfe für Lern- und Unterrichtseinheiten](#)

****Ausstellung für Schulen - #MoreThanSad - Einblicke in die Depression

Obwohl Depressionen viele junge Menschen betreffen, ist für andere oft nicht klar, was das bedeutet oder wie sich eine Depression anfühlt. Mit dieser Ausstellung möchte die Stiftung Deutsche Depressionshilfe und Suizidprävention jungen Betroffenen eine Stimme geben, Raum für ihre persönlichen Erfahrungen mit Depressionen schaffen und mehr Verständnis fördern. Die Ausstellung kann kostenlos von Schulen ausgeliehen werden. Die Schule muss lediglich die Kosten für den versicherten Transport nach der Ausstellung übernehmen (ca. 50 €). Sie eignet sich ideal für Projektstage, Aufklärung im Schulhaus oder einfach, um ins Gespräch zu kommen.

[Ausstellung über Depressionen](#)

****Depression: Informationsmaterialien und Fortbildung für Lehrkräfte

Die Deutsche Depressionshilfe und Suizidprävention bietet speziell für Schulen zugeschnittene Angebote an: Plakate, Info-Flyer und Postkarten zur Depression im Jugendalter können kostenlos bestellt werden. Eine Online-Fortbildung für Lehrkräfte vermittelt Grundlagenwissen zu Depressionen sowie Sicherheit im Umgang mit betroffenen Jugendlichen und Suizidalität. Ein Unterrichtsfilm (12 Minuten) mit Erfahrungsberichten und Expertenwissen kann als Einstieg in die Thematisierung im Unterricht genutzt werden.

[Informationsmaterial für Lehrkräfte](#)

****Schulbox Depression

Die Schulbox Depression (Angebot von fideo.de) bietet Unterrichtsmaterialien, Übungen und Handouts für Schülerinnen und Schüler ab Klasse 7 – kostenlos bestellbar.

[Schulbox Depression](#)

****Durch Spiel und Sport Wissen verankern – besonders gut in Mathematik

Prof. Christian Andrä und der Spieleentwickler Ronald Hild setzen auf Bewegung und Spiel, um Lerninhalte multisensorisch erlebbar zu machen, Wissen nachhaltig zu verankern und die intrinsische Motivation zu fördern. Dafür entwickeln sie Sport- und Bewegungsspiele. Ihr Ansatz: Unterricht, der Körper und Geist gleichermaßen aktiviert.

[Bewegung und Spiel im Unterricht](#)

Inklusion in der Gesellschaft

****Materialien Inklusion im Unterricht

Eduki bietet Materialien (kostenlos oder gegen eine geringe Gebühr) für inklusiven Unterricht an.
[Materialien zur Inklusion im Unterricht](#)

****Materialien zur Arbeit mit Geflüchteten

Das International Rescue Committee Deutschland (IRCD) stellt kostenlose Materialien zur Arbeit mit Geflüchteten zur Verfügung.
[Materialien zur Arbeit mit Geflüchteten](#)

****Blick | Punkt | Geschwister

Noch viel zu wenige, aber immer mehr Studien und persönliche Erfahrungsberichte beschreiben die besondere Situation von Geschwistern von Menschen mit Behinderung. Dabei spielen sie in der Familie oft eine tragende Rolle. Für sie gibt es bisher nur wenige Angebote, besonders für erwachsene Geschwister besteht eine große Lücke. BLICK | PUNKT | GESCHWISTER möchte dazu beitragen, das zu ändern, indem es Angebote schafft, die Vernetzung und Austausch ermöglichen sowie aufklären und sensibilisieren. Dazu gehören Workshops, ein Newsletter, Literaturlisten und mehr.
[BLICK | PUNKT | GESCHWISTER](#)

****Jugendliche mit Behinderung besonders häufig von Mobbing betroffen

Junge Menschen mit Behinderungen sind laut einer repräsentativen Befragung der Aktion Mensch deutlich öfter betroffen. Link zu dem Artikel:
[Jugendliche mit Behinderung und Mobbing](#)

****Barrierefrei gendern

Immer wieder wird gesagt, der Genderstern sei nicht barrierefrei und das Gendern würde Menschen mit Behinderung ausschließen. Stimmt das? Wie können wir so schreiben, dass möglichst viele Menschen teilnehmen können? Ein Artikel von Sigi Lieb, Kommunikationsberaterin und Expertin für inklusive Sprache, Vielfalt, Debattenkultur und Resilienz.
[Barrierefrei gendern](#)

****Der Spielplatz-Check

Kinder mit Behinderungen haben auf inklusiven Spielplätzen die Möglichkeit, gleichberechtigt mit anderen Kindern zu spielen. Auch die Begleitpersonen der Kinder benötigen oft Barrierefreiheit. Ein inklusiver Spielplatz muss also barrierefrei auffindbar, zugänglich und nutzbar sein. Dazu dient die App „Spielplatz-Check“. Mit ihr kann die Planung eines neuen Spielplatzes überprüft, eine Modernisierung oder Generalsanierung eines bestehenden Spielplatzes begleitet oder ein Spielplatz vor Ort geprüft werden.
[Spielplatz-Check](#)

Videos

****Ein Pfadfinder, ein Reporter und ein Arzt

Drei spannende Porträts in der ZDF-Mediathek.
[Ein Pfadfinder, ein Reporter und ein Arzt](#)

****Below – Fast auf Augenhöhe

Was bedeutet es, "unten" zu sein? Das fragt die norwegische Dramey-Serie auf unkonventionelle, unterhaltsame und berührende Weise. Hauptdarstellerin Maria Austgulen beeindruckt als Draufgängerin, die sich nach einem Verkehrsunfall als Querschnittsgelähmte nicht in eine Schablone pressen lassen möchte. Ihre vielschichtige Figur, die sowohl verletzlich als auch verletzend sein kann, ist das Zentrum der sechsteiligen Serie. Mit Sensibilität und Humor inszeniert die preisgekrönte Regisseurin Siri Seljeseth eine modern erzählte Handlung, die mit Erwartungen und Rollenbildern spielt.
[Below – Fast auf Augenhöhe](#)

****Ally – Der Film

Die Geschichte von Ally, einem vierjährigen Mädchen mit Down-Syndrom, das dem nationalsozialistischen Euthanasieprogramm in Waldniel-Hostert zum Opfer fiel. Der Film verbindet dokumentarische Elemente mit Animationen, um die Geschichte einfühlsam und zugleich pädagogisch wertvoll zu erzählen. Er beleuchtet nicht nur Allys Schicksal und das vieler anderer Opfer, sondern dient auch als Instrument, um auf die Gefahren von Diskriminierung und rechtsextremem Gedankengut hinzuweisen.

[Ally – Der Film](#)

****Comedy-Reality-Doku „Ein Blinder, ein Lahmer, ein Tauber“

Alles beginnt mit einem gemeinsamen TV-Auftritt: Die drei Comedians sind wieder die einzigen Künstler mit Behinderung. Skandal! Darüber tauschen sie sich aus, auch darüber, ob sie ihre Behinderung tauschen würden. Was flapsig beginnt, wird zu einer echten Herausforderung. Sie geben sich gegenseitig Aufgaben, von denen sie glauben, dass der andere sie nicht bewältigen kann. Die Comedy-Reality-Doku zeigt, wie schwierig Alltagssituationen für Menschen mit Behinderungen sein können, wie herausfordernd die vermeintlich einfachsten Dinge sind und mit welchem großen Humor die drei Comedians all das meistern. Lachgarantie!

[Ein Blinder, ein Lahmer, ein Tauber](#)

****Weibsbilder: Greta, das Bionicmodel

Von Geburt an fehlt Greta Niewiadomski die rechte Hand. Trotzdem ist die Wahl-Würzburgerin seit Jahren ein gefragtes Model in Deutschland. Besonders interessant ist auch ihre Erfahrung in einer Gruppe mit anderen Menschen, die eine Hand haben!

[Weibsbilder: Greta, das Bionicmodel](#)

****Erklärvideos zum Thema ADHSSpektrum von Dr. Martin Winkler

ADHS und Autismus aus einer anderen, neuroaffirmativen und resonanzdynamischen Sicht verstehen. Neurodivergenz und ein neurobiologisches Grundverständnis zu Aufmerksamkeit, Exekutivfunktionen, Emotionsregulation und mehr. Selbstwert, Selbststeuerung sowie Lernen, Leben und Lieben mit ADHS.

[ADHS Spektrum](#)