

# Autisme

## Kenmerken

Autisme kent vele gezichten. Sommige mensen met autisme zoeken weinig contact met anderen. Anderen doen dat juist heel actief, maar vaak op een manier die vreemd overkomt. Er zijn mensen met autisme en een verstandelijke beperking maar ook mensen met een hoge intelligentie. Sommigen kunnen met de juiste begeleiding een behoorlijk zelfstandig leven leiden, anderen hebben hun leven lang veel hulp nodig. Autisme zie je niet aan de buitenkant, maar het heeft grote invloed op iemands leven. Mensen met autisme kunnen vaak moeilijk aan de eisen van de omgeving voldoen, wat veel stress kan opleveren. Hoe goed iemand met autisme functioneert kan in de loop van de tijd variëren. Dat hangt af van de levensfase en situatie. Zo kan op zichzelf gaan wonen en tegelijk aan een nieuwe baan beginnen te veel zijn, terwijl beide zaken na elkaar wel haalbaar zouden zijn. Het kan lang duren voordat er een definitieve diagnose is gesteld, ook al zijn er wel problemen bij werk of opleiding.

Er wordt gesproken van een autismespectrumstoornis (ASS) waarbij de ernst op twee gebieden wordt gespecificeerd: sociale communicatie en beperkt, repetitief gedrag. De stereotypen rondom autisme zijn erg sterk. De Nederlandse Vereniging voor Autisme biedt daar tegenwicht aan met een genuanceerde omschrijving: *'Alles wat mensen met autisme zien, horen, ruiken, enzovoort wordt op een andere manier verwerkt. En dat brengt een andere mix van sterke en zwakke kanten met zich mee. Zo hebben mensen met autisme vaak een goed oog voor detail, zijn ze eerlijk, recht door zee, analytisch en hardwerkend, maar hebben ze moeite met overzicht houden en sociale contacten en hebben ze een opvallend beperkt aantal interesses of activiteiten.'*

## Hoe vaak komt het voor?

De diagnose autisme wordt steeds vaker gesteld. Uit onderzoek blijkt dat ongeveer 2 procent van de mensen een vorm van autisme heeft. 5 procent van de bevolking heeft gedragstrekken die aan autisme doen denken, maar daarmee hebben ze nog geen autisme. Bij mannen komt autisme vaker voor dan bij vrouwen.

## Herkennen van autisme

Autisme is lastig te herkennen omdat hoe het zich uit sterk afhangt van de mate van autisme en van iemands intelligentie en leeftijd. Hieronder staan enkele kenmerken die op autisme kunnen wijzen:

- moeite met het zich direct met gevoel inleven in anderen
- moeite met non-verbale communicatie
- minder begrip van wat er verwacht wordt in sociale situaties
- moeite met veranderingen en onduidelijkheden, liever vasthouden aan routines
- een sterke focus, beperkte interesses (in onderwerpen of voorwerpen)
- sensorische onder- of juist overgevoeligheid (moeite om binnenkomende informatie te filteren, last van achtergrondgeluiden).

## Omgaan met bewoners met autisme

Contact met een bewoner met autisme kan anders zijn dan gebruikelijk. Daardoor kun je het gevoel krijgen dat er geen contact is, terwijl de bewoner wel contact ervaart. Verplaats je in de ander en leg niet de eigen manier om een opening tot goed en waardevol contact te bieden als standaard op. Vraag wat de bewoner een prettige manier vindt om het gesprek aan te gaan. Dat is niet altijd een praatje over koetjes en kalfjes. Bij sommige mensen met autisme werkt het beter om direct ter zake te komen. Structuur en duidelijkheid in een gesprek kunnen rust geven en angst verminderen. Kijk uit met grapjes en metaforen, want die kunnen onnodige verwarring geven. Ook is de kans groot dat wat je zegt letterlijk of verkeerd wordt opgevat. Zo dacht een klant dat hij een cv-ketel moest meenemen, omdat de consultant om een cv vroeg. Vertrouwen, veiligheid en geaccepteerd worden is vanzelfsprekend ook voor mensen met autisme belangrijk.