

Handleiding voor niet autisten bij situaties met autisten

Het volgen van een recept

Niet autisten begrijpen vaak niet dat autisten moeite hebben zich een voorstelling te maken van de hoeveelheid boter, suiker of kopjes water die er bijvoorbeeld in een gebak/taart moeten komen, dit frustrereert hen.

Ze vragen, waarom lees je het recept niet, het staat er in hoe veel het is? Maar ze beseffen niet dat dit niet automatisch gaat bij autisten.

Zelf kan ik bijvoorbeeld niet meten hoeveel 180 gram boter is op een weegschaal bij het maken van een taart.

De wijzer volgen gaat moeizaam.

Het uitvoeren van verschillende stappen gaat moeizaam vanwege een gebrek aan zelfvertrouwen.

Wat een niet autist kan doen om de autist te helpen

Elke stap een keer voordoen en het hem/haar dan zelf eens laten proberen het goed te doen.

Bij elke goed uitgevoerde stap een complimentje geven, ter bevestiging, dat het goed is, dit is zeer belangrijk!

Dit vergroot het zelfvertrouwen v/d autist.

De oven zelf laten aan zetten en warm worden, laten controleren of de taart al klaar is, uitleggen hoe je dit kan zien!

Dit gaat niet altijd automatisch.

De autist het gevoel geven dat hij/zij het wel kan, succes ervaringen vergroten de kans op toekomstige succeservaringen.

Hoe een autist te behandelen bij het uitvoeren van een uitdagende creatieve activiteit

De eerste gemaakte fout van de niet autist is de autist niet zelf de stappen te laten nemen maar de neiging te hebben het te veel voor hem/haar te willen doen, dit met de beste bedoelingen natuurlijk!

Echter het beste is het de autist zelf te laten doen en hem/haar alleen te helpen als hij/zij aangeeft er niet zelf uit te komen!

Dit is belangrijk zodat de autist zich niet nutteloos en hulpeloos voelt.

Ook bestaat het gevoel dat de autist zich anders betutteld voelt.

De manier waarop de autist toegesproken wordt is ook van belang, namelijk op een toon die aangeeft dat de autist moeilijk dingen kan begrijpen of als een capabele persoon met sterke punten.

Soms kan dit aangevoeld worden door de autist door de manier waarop de niet autist tegen hem praat, de niet autist kan weleens dingen onnodig vaak herhalen, langzamer gaan praten of te vaak vragen of je hulp nodig hebt.

Het is beter om de autist niet anders dan anderen te behandelen als men wil dat de autist zich niet te veel als een autist gaat gedragen.
Echter, rekening houden met beperkingen is natuurlijk wel nog nodig.

Hierbij dient wel de nadruk gelegd te worden op mogelijkheden, want autisten worden al vaak genoeg eindeloos met hun beperkingen geconfronteerd, hierdoor ontstaat onzekerheid over eigen kunnen en een laag zelfbeeld!
Hiervoor dient door leraren, Boba medewerkers en familieleden van autisten gewaakt te worden.

Hoe dient een niet autist te reageren op het niet reageren van een autist in bepaalde situaties?

Als een autist wordt gevraagd iets te doen en hij/zij reageert niet of reageert verlaat betekent dit niet dat de autist het niet wil doen of lui is, maar het betekent dat de autist eventjes "in de eigen belevingswereld" is.

Dit betekent dat de autist heel geconcentreerd met iets bezig kan zijn en hierdoor moeilijk hiervan weggerukt kan worden.

Bij interesse voor een onderwerp houdt de autist zich er intensief mee bezig en vooral lang, dit kan om computeren, tv kijken of muziek luisteren gaan.

Dan lijkt het alsof de autist het roepen van bijvoorbeeld de moeder niet hoort, dit is wel zo, maar soms komt er pas een verlate reactie van de autist.

Dit betekent niet dat de autist egocentrisch is of egoïstisch, zoals niet autisten dan soms denken.

Bij het uitkiezen v/d beschreven situaties voor deze handleiding voor de niet autist heb ik een greep gedaan uit eigen ervaringen met niet autisten en wilde ik het stereotiepe beeld van de autist veranderen.

Omgaan met moeilijke situaties

Hoe gaat een autist om met moeilijke situaties?

Men dient er rekening mee te houden dat een autist vaak zijn ongenoegen niet uit en alles binnenhoudt.

Dit om vervelende situaties te vermijden.

Zo spreekt de autist vaak niet over mogelijke misverstanden en dingen die hem dwarszitten.

De autist kan deze gedachten en gevoelens moeilijk loslaten en de niet autist moet zich er van bewust zijn dat de autist dingen kan voelen die hij niet uitspreekt.

Soms blijft de autist lang zitten met dingen.

De niet autist kan proberen om de autist openhartig te laten praten door vragen te stellen die dieper gaan dan ja en nee vragen.

Ook kan de niet autist op dingen terugkomen na een week of twee dan zal de autist mogelijk meer open staan voor erover praten.

**geschreven door Alma Selimovic
cliënt bij boba**