



## **Autisme in het algemeen en de relatie met hoog gevoelighed**

Dit verslag betreft de verkorte versie van de eerste dag van drie verdiepingdagen rondom autisme in 2017. Het thema betreft autisme in het algemeen en de relatie met hoog gevoelighed.

Marleen Oosterhof geeft een introductie op het onderwerp van (archief) informatie die al eerder vrijgegeven is. Marieke de Vrij voegt vernieuwende inspiraties toe en beantwoordt vragen van deelnemers.

Standaard tekst: Marieke de Vrij

*Cursieve tekst: introductie Marleen en opmerkingen en vragen deelnemers*

## **Inleiding**

**Autisme wordt in onze maatschappij gezien als een stoornis, terwijl het een ongans moeilijke ontwikkelingsweg is, omdat voorbij de gewone gewaarwordingen een mens zich expliciet verhoudt tot één gebied (of enkele gebieden) om dáár een doorgang in te bereiken.**

**Dat is doorsnee zoveel vragend dat om die reden andere zaken verwaarloosd worden. Als dát beter verstaan kan worden in het grotere collectieve veld, dan wordt het leven van mensen met een autisme spectrum stoornis eenvoudiger. Het grotere collectieve veld bedrukt hen nu daarin.**

Uitleg: omdat wij in vergelijking met elkaar willen leven, proberen we mensen die afwijkend daarvan functioneren, in een algemener kader te plaatsen. Terwijl we er ook allemaal van overtuigd zijn dat ieder mens uniek is en uitzonderlijk anders dan anderen, als hij maar het lef zou hebben het durven te tonen.

Mensen met een diagnose in het autistisch spectrum (*hierna in dit document afgekort als mensen met ASS*) kunnen niet anders dan dat uniek-anders-zijn tonen.

Dat maakt dat in het algemene collectieve verband mensen daar doorsnee moeizaam omgang mee hebben, omdat hun eigen unieke zijn maar deels geleefd wordt. Het unieke zijn van mensen met autisme kan ogenschijnlijk een heel extreme vorm hebben, omdat

er geen keuzevrijheid bij diegene is om het anders te doen. 'Gewone burgers' kunnen nog dwalen en dingen in de wachtstand zetten, en voorlopig niet uniek willen zijn. Voor mensen met ASS is die keuze niet weggelegd.

Dat maakt ook dat ze extreem spiegelen, misschien ook wel door een soort van narcisme uit eigenbehoud om zichzelf te kunnen blijven leven. En dat valt interactief niet altijd makkelijk, omdat ieder mens persoonlijke ruimte wil en ruimte is afgemeten.

De interactiepatronen visa versa zijn moeizamer wanneer iemand heel prominent staat in wat zijn veld is.

### **Introductie door Marleen Oosterhof.**

*Ik zal jullie eerst iets vertellen over de samenwerkingsgeschiedenis van Marieke en mij, dan kunnen jullie mijn eventuele aanvullingen en toevoegingen uit de praktijk plaatsen. Marieke en ik zijn in 1991 begonnen met samenwerken. Ik werkte toen als hoofd van een orthopedagogisch team in Noord en Midden Friesland. Ik ben van beroep orthopedagoog en gezondheidszorgpsycholoog (GZ psycholoog). Ik merkte dat er geregeld (in ongeveer 15% van de gevallen) geen therapeutische antwoorden waren op de vragen van ouders en kinderen die we ontmoetten. In 85% van de gevallen was er regulier gewoon genoeg kennis aanwezig om verder te komen. Maar bij de overige 15% hielp niets. Die groep vormde voor mij de uitdaging om verder te zoeken.*

*Marieke en ik ontmoetten elkaar in die tijd al een aantal jaren in een landelijke werkgroep spirituele pedagogiek. Marieke ontwikkelde haar heldere gaven steeds meer in die tijd. Ze kon schouwen wat er bij een kind speelde. Dus ik vroeg al vaker aan ouders, mag ik het in de werkgroep bespreken, en dan kwam ik met therapie adviezen terug. In 1991 startten wij met een één op één samenwerking omdat er steeds meer vragen van ouders of van mijn team kwamen. De tijd in de werkgroep was gewoon te kort ervoor. Als ouders ervoor open stonden dat er iemand op afstand mee keek, dan schouwde Marieke. De antwoorden werden opgenomen en ouders kregen de audio. Hier zit ook een moeder van een vroeger cliëntje van me. Zij heeft het precies zo meegemaakt. Vervolgens werden de bevindingen van Marieke in de praktijk getoetst: wat herkennen we, wat niet, wat hebben we er aan? Zo ontstonden er weer nieuwe vragen. In de loop der tijd is er op deze manier een schat aan nieuwe inzichten en therapieën ontstaan.*

*Waarom vertel ik dit nu: de diepgang van de vragen, bepalen de diepgang van de antwoorden. De onstoffelijke wereld waar Marieke contact mee heeft bij haar 'schouwen',*

*geven alleen antwoord op jouw vraag. Het is belangrijk dat ouders of mensen die heel dichtbij de praktijk staan, vragen stellen over waar ze tegenaan lopen, over hun eigen diepe twijfels of dingen. Dan krijg je een antwoord waar je mee verder komt. Als ik dan nu kijk waar we in 1991 begonnen en waar we nu zijn in 2017, dan denk ik vaak: als ik met mijn huidige ervaringskennis indertijd mijn vragen had kunnen stellen was dat kind, of waren die ouders, veel verder gekomen.*

Ik denk dat jij vooral wil benoemen: hoe dieper je vraag waar het vandaan komt gesteld wordt, hoe ruimer de antwoorden gegeven kunnen worden. Binnen lesprogramma's op scholen wordt vaak gesproken 'over' iets, de kennis komt niet uit jezelf. Hoe dieper de vraag in jou verankerd is hoe meer antwoord er kan komen.

*Zo komen we dan met zijn allen verder.*

*In de jaren negentig van de vorige eeuw, is er veel informatie/inspiratie over autisme vrijgekomen voor de leeftijdsgroep 0 tot 12 jarigen. Deze kennis heeft zich in deze eeuw uitgebreid naar de groep boven 12 jaar. In 2001 ben ik namelijk in Roemenië gaan werken, één week per maand gemiddeld. Dat heb ik acht jaar gedaan. Dat heeft me in mijn vakgebied ongelooflijk veel verhelderd. In deze periode kwam ik o.a. met veel verstandelijk beperkte kinderen en volwassenen in aanraking. In de kindertehuizen trof ik ook veel kinderen met (verworven) autisme, en veel kinderen en volwassenen die ernstig getraumatiseerd waren waaronder ook velen met de diagnose autisme. Ik was blij dat Marieke geregeld op afstand meekeek en therapeutische adviezen gaf.*

*Als je een beetje in de ziel kan kijken (wat mijn talent is), dan denk je: 'Wat een trauma's en wat een extreem gedrag!' Zelfs Marieke moest af en toe schrikken. Ik zie degenen dan in levende lijve en zij ziet ze in beelden. Die combinatie geeft een enorme verrijking.*

*Marieke en ik hebben ook een geschiedenis in het onderzoek naar de kwaliteiten van mensen met Down Syndroom. Mensen met Down Syndroom zijn hele hoog gevoelige mensen weliswaar met een verstandelijke beperking maar 'geestelijk' heel begaafd. Als ze de diagnose autisme hebben, hebben ze zich vaak geheel of gedeeltelijk afgesloten vanwege die hooggevoeligheid; het is gewoon teveel wat er anders allemaal binnenkomt aan prikkels. Dat merk je als je hen leert dat je een keuze hebt in elke situatie opnieuw om je af te sluiten of niet. Dan kunnen ze ook weer geheel open gaan. Dat is wel heel nauwgezet werk.*

*Dit nauwgezette stap voor stap werk gold ook in Roemenië bij veel kinderen/jongeren met verworven autisme. Die kinderen hebben zich in het begin van hun leven afgesloten om te overleven in hun extreme leefomgeving. (Jullie kennen de beelden nog wel van de kinderen die verwaarloosd in hun bedjes zaten). Als bezoekers te snel diepgaand contact maken en daarna weer vertrekken, kan er ook een nieuw trauma ontstaan. Dat zag ik in mijn eerste jaar daar geregeld gebeuren bij allerlei vrijwilligers die uit Nederland kwamen. Die waren dan zó betrokken geraakt door een kind, dat ze dit kind direct hun volle liefdevolle aandacht schonken. Liefst dag na dag. Het kind genoot, durfde zich langzaamaan steeds meer te openen en dan vertrokken die vrijwilligers na een maand. Dat was schrijnend om te zien toen ik ermee geconfronteerd werd. De openheid verdween weer en het terugtrekgedrag had er een traumaatje bij. Gelukkig mocht ik die mensen na het eerste jaar mee opleiden. Ik kon hen op de video laten zien: "Kijk wat je nu doet is prima, maar morgen doet een ander dat met dit kind". Dit kind moet niet aan jou gehecht raken, want jij bent er over een maand niet meer. Jij kunt het wel jammer vinden dat je niet de hele maand met dit kind mag optrekken, maar het kind moet leren dat het bij meer mensen zich kan openen, maar ook bij velen niet. Dus morgen geeft een ander aandacht en die leert het kind ook dat het steeds de keus heeft om zich terug te trekken. En dat was toch nog heel lastig om dat mensen duidelijk te maken. Het je veilig gaan voelen in jezelf is zo ongelooflijk belangrijk om je te durven openen. Dat is heel iets anders dan je veilig gaan voelen bij een persoon.*

*Hoe langer Marieke en ik samenwerkten, hoe meer nuances er bleken. Het is altijd weer anders, het is echt maatwerk. Eigenlijk weet ik steeds minder. Het is echt bij elke persoon kijken wat is er aan de hand, waar gaat hij van open, waarom trekt hij zich terug, wat ligt gevoelig? En of er dan nog een diagnose nodig is? Bij PDD-NOS, een lichte vorm van autisme, is het lang niet altijd nodig, maar bij ernstiger gevallen is het wel verhelderend om een diagnose te stellen. Het maakt ook duidelijk hoe serieus het is en hoe lang het traject. Het is niet iets dat in een jaartje over gaat. Het is vaak een heel levenstraject.*

### **Reguliere definitie autisme en de spirituele kijk erop**

*Ik wil nu vanuit de gewone reguliere definitie van autisme wat zaken bespreken die anders uitgelegd worden binnen het spirituele kijken ernaar.*

*Spiritueel wil zeggen: wat is het zingevingaspect van de autisme kenmerken in het leven van de betrokkene(n). Waarom heeft iemand in zijn evolutionaire ontwikkelingsweg 'gekozen' voor ASS. En dan kun je zeggen 'kiezen' is dat waar? Wij gaan er bij de Vrije Mare vanuit dat iemand op de wereld komt met een rugzakje met al zijn talenten,*

*bepkeringen en opgaven. Ieders unieke combinatie is heel belangrijk voor zijn persoonlijke ontwikkeling om evolutionair verder te komen.*

*Het belangrijkste kenmerk van autisme is dat mensen met dit etiket **meer dan gemiddeld in zichzelf gekeerd** zijn. 'Kijk' je spiritueel, dan heeft deze eigenschap dus zin. Deze 'bepkering' maakt het vaak mogelijk een bepaald talent maximaal te ontwikkelen.*

*Mozart schijnt ook autistisch geweest te zijn, postuum gediagnosticeerd. Als dat zo zou zijn, dan zou hij iemand geweest zijn die zijn componeertalent heeft kunnen ontwikkelen omdat hij in zichzelf gekeerd extreem gefocust kon zijn op zijn hoog gevoelige innerlijk horen. En zo was er laatst een hele mooie reportage van een wereldkampioen dammen die ook postuum de diagnose autisme kreeg. Geweldig om te zien dat zo iemand wereldkampioen wordt omdat hij altijd alleen maar wilde dammen. Dat is ongelooflijk knap, zó vol te kunnen houden dat je tot een wereldprestatie komt. Hoe asociaal het er dan ook uit ziet, hij heeft het volbracht! Het trieste was wel dat toen het een tweede keer net niet lukte om wereldkampioen te worden, dat toen bleek dat er buiten het op topniveau dammen niets de moeite waard was voor hem in zijn leven, met een ernstige depressie en zelfdoding tot gevolg. Wie weet was het anders gelopen als hij eerder herkend was met ASS?*

*De mate van het 'in zichzelf gekeerd zijn', is heel verschillend. De dikte van de muren die iemand om zich heen bouwt verschilt en de grootte van de openingen. Er zijn personen met ASS die maar een heel klein openingetje hebben. Ze komen er af en toe uit als het veilig genoeg is en vervolgens gaan ze weer terug in zichzelf. Als we teveel druk op hen leggen op momenten dat ze in zichzelf echt bezig zijn, dan werk je dat hele proces tegen. De neutraliteit waarmee je het doet, wil het steunend zijn, heb ik moeten leren en soms mislukt het nog. Als je net teveel je wil erop legt, werkt dat averechts.*

*Een volgend kenmerk van mensen met ASS, ik citeer:*

***"Tevens is vastgesteld dat zij zich niet of moeilijk een compleet beeld kunnen vormen van wat er om hen heen gebeurt."***

*Marieke legt het als volgt uit: bij een ontwikkelingsstoornis (waaronder de autisme spectrum stoornissen) is er één deel van je waarnemingsveld overprikkeld waardoor je de andere delen gewoon moeilijker oppakt. Als we gestrest zijn nemen we allemaal de werkelijkheid maar gedeeltelijk waar, want dan is er een bepaald zintuig overprikkeld op een bepaald belevingsveld, en dan heb je de rest niet waargenomen.*

*Bij een autistische ontwikkeling zijn de mentale zintuigen doorsnee te overprikkeld. Mentaal betekent: alles wat je denkt en wat via je zintuigen tot je komt (horen, zien, ruiken enz.). Je bent mentaal te alert en dan neem je gevoelsbelevingen en lichamelijke belevingen minder makkelijk waar. Eigenlijk ben je gedissocieerd aanwezig als je controle wilt houden in het mentale gebied van de waarneming (en dan neem je niet of moeilijk een compleet beeld van de werkelijkheid in je op).*

*Er zijn in de begeleiding van personen met ASS methodieken, die dat mentale stuk nog prominenter maken: alles onder controle, eerst nadenken, een bepaalde volgorde altijd aanhouden enz.. Daar is op zich niks mis mee want je hebt het vaak hard nodig om een beetje te socialiseren. Maar als je dat alléén doet, dan mis je de ontwikkeling van de gevoelsbelevingen (emotioneel en lichamelijk) die er wél zijn, maar eigenlijk nog een beetje onder water zitten en op onverwachte momenten ongecontroleerd naar boven komen. De hele omgeving schrikt zich dan dood. Regulier krijg je dan ook heel vaak medicijnen voor dit soort uitbarstingen, terwijl dit belevingsveld vaak te lang is weggeduwd als je de meeste tijd mentaal georiënteerd bent. Het is als je spiritueel kijkt een essentieel volgende stap, als het belevingsveld zichtbaar wordt.*

*We kennen vast allemaal iets soortgelijks. Als je ergens alsmaar de controle over wilt houden en het lukt niet helemaal, raak je op een bepaald moment gefrustreerd en dan volgen er ook ontladende uitbarstingen. Bij autisme zijn deze reacties heftiger, extremer en ongecontroleerder, duren langer, stoppen minder makkelijk enz.*

*Hoe minder aandacht er is geweest voor de gevoelsbelevingen, hoe hectischer de buien als er wel aandacht voor komt. Dat is een belangrijk gegeven om preventief in je begeleiding mee te nemen. Maak ouders erop attent, dat hoe sensitiever ze in leren spelen op hun kind, hoe hectischer de buien tijdelijk zijn. (Tijdelijk kan ook een half jaar zijn). Bij jonge kinderen had ik altijd de grootste moeite om de kinderartsen te laten geloven dat het erbij hoort in het ontwikkelingsproces van 'opener' worden.*

*Door de ervaring wijzer geworden, zei ik het op een gegeven moment vooraf al: "We gaan het over-mentale afbouwen, dan komt er meer ruimte voor de gevoelskant. Die wordt eerst nog ongecontroleerd ervaren, dus krijgen we een periode met hectiek. Als u ja zegt ook tegen de hectiek, starten we, en nemen we geen medicijnen (als de hectiek aanbreekt) maar begeleiden we dan alleen op minder prikkels en ontspanning.*

*In de reguliere definitie staat verder:*

***mensen met autisme zien de wereld als een stapel losse foto's. Hierdoor kost het hen veel moeite om te begrijpen wat er gebeurt.***

*Of je het losse foto's noemt of iets anders, het zijn inderdaad losse herinneringsbeelden omdat een bepaald gebied overprikkeld is. Het is maar hoe je het uitlegt. Maar waarom is het overprikkeld? Daar gaat het om als je spiritueel kijkt.*

*In de casuïstiek zien wij vaak terugkomen dat vorige levens deels nog actueel zijn qua thematiek in dit leven. Een voorbeeld. Als je lang geïndoctrineerd bent geweest, niet zelf hebt mogen waarnemen en duiden wat er in je omgaat, kun je inderdaad nu een leven met autisme 'kiezen': "Nu doe ik het echt zelf, ik scherm me af en ik ga het echt zelf doen!" Alleen op den duur, uiteindelijk, kun je alleen maar in contact met anderen echt jezelf leren kennen. Terugtrekken in jezelf is een eerste stap, heel belangrijk om eindelijk te voelen wat je allemaal 'zelf' hebt. Maar als je dat alleen maar doet, en dat doet iemand met ASS, dan leer je op den duur weer te weinig. Aanvankelijk is het hartstikke nodig. Dus je moet als ouder/leerkracht een manier vinden om helemaal te accepteren dat het ook nodig is voor zijn ontwikkeling. En dan als hij zich echt veilig voelt en zijn eigen ruimte mag hebben voor zijn eigenheid, krijg je op den duur toch ook wel de nieuwsgierigheid naar de ander. Dat is echt een mooi proces.*

*Een volgende zin van de (reguliere) definitie van autisme. Ik citeer:*

***Het zintuigelijk waarnemen van gebeurtenissen verloopt anders. Het lijkt alsof er geen selectie of categorisering plaatsvindt. Alles komt binnen. Daarom geldt ook in het algemeen dat blootstelling aan te veel informatieprikkels tot overspannenheid kan leiden.***

*Bij overprikkeling komt alles meer ongefilterd binnen. Dat gebeurt bij ons als we overprikkeld zijn ook en dat gebeurt bij een persoon met autisme bijna voortdurend. Het is heel erg wisselend. Als degene met ASS een moment ontspannen is, is het heel anders dan als hij over-alert is.*

*Een te hoge opmerkzaamheid voor geluid komt bijvoorbeeld veel voor.*

*Ik geef een voorbeeld van een leerkracht van groep 1 die hier heel goed mee kon omgaan. Als ze merkte dat het meisje met ASS in haar klas weer niets kon doen omdat ze angstig zat te luisteren, luisterden zij en de groep even wat ieder zoal hoorde. Als benoemd was wat de aandacht van het meisje vasthield, ontspande het meisje en kon ze weer verder met waar ze mee bezig was. Zij werd gestoord door auditieve prikkels. Anderen worden gestoord door hun hoog-opmerkzaamheid/ hoog-gevoeligheid voor reuk, smaak, licht, huidcontact of gedachten van anderen omdat ze die telepathisch waarnemen.*

## Schouwing Marieke

### 1. Verwarring in de wederzijdse communicatie

Allereerst ga ik het thema verwarring onder de loep nemen. Er is veel verwarring gaande tussen de bedoeling en de uitkomst van hoe iets bedoeld wordt. Dat is wederzijds gericht. Degene met ASS, zoals dat regulier vastgesteld is, kan zijn intentie in woord- en daadkracht te weinig secuur overbrengen om het verstaanbaar terug te vinden bij anderen. Andersom geldt het dat degenen die omgaan met mensen met ASS vanuit hun zuivere intentie of vanuit hun voor deze persoon onlogische gedachtegangen, zaken te berde brengen, waar degene met ASS zich zeer verward onder voelt, omdat het niet binnen zijn logica van structurele omgang met zaken past. Het geeft onderlinge spraakverwarring, het geeft soms de beleving van gevoelsarmoede, terwijl er op een dieper niveau sprake is van dat mensen aan beide kanten elkaar bereikbaar willen benaderen, maar dat de onderlinge deskundigheid daartoe ontbreekt.

Je staat dus uit met onvermogen en wat je nodig hebt is piëteit naar onvermogen toe. Het is minder kansrijk elkaar op de juiste manier te beoordelen en elkaar te kunnen vinden dan dat aan beide kanten gewenst is.

Mensen dienen diep tot zich door te laten dringen dat het niet gaat over onzorgvuldigheidsgedrag, maar dat het gewoon ingebakken is, dat de communicatie die gewenst is minder eenvoudig overdraagbaar is in een begrijpbare vorm voor de ander. Er is meer rust nodig om tot een diepere verstaanbaarheid van elkaar te komen, want een deel van de boodschap is niet zichtbaar, die moet je leren aanvoelen.

Andersom geldt dat de intentie van mensen naar iemand met ASS, aankomsttijd nodig heeft. Dat is wat anders dan de tijd die woorden vragen om ze fysiek uit te drukken.

Belangrijk is:

- dat je werkt met innerlijke beelden terwijl je spreekt,
  - dat je spreekt terwijl de woorden in gevoel omhuld zijn,
  - en dat je met lichte handgebaren beeldender zaken tot uitdrukking gaat brengen.
- De dialoog dient 'omkleed' te zijn om de verwarring de baas te worden.

#### *Onvergelijkbare eenheden*

Het volgende thema dat onder het punt verwarring valt is dat je te maken hebt met onvergelijkbare eenheden. Je denkt op basis van het eerder gelukte dat je de strategie in handen hebt voor het vervolg. En niets is minder waar! Alles dient eenduidig benaderd te



worden alsof je er voor het eerst mee te maken hebt. Dat is heel onlogisch voor de wereld van de logisch-denken. Vooral bij haast en als je ergens zekerheid over wilt krijgen. Jij wil in een gewoontegebaar iets uitlokken en die ander snijdt je de pas daarin af, ongewild. Niet omdat hij onvoldoende om je geeft of dat hij vindt dat je het onrechtmatig doet, maar zijn begrippenkader moet weer aangepast worden op dat moment. Iedere boodschap die niet gehuld is in gevoel, in gebarentaal, in beeldvermogen terwijl je het uitspreekt, loopt het risico dat de ander in verwarring raakt al na de eerste zin. En zeker als er haast mee gemoeid is of een uitkomst die jij zeker wil weten.

Jouw wilskracht maakt dat de ander zich juist daardoor vertraagd voelt in te kunnen begrijpen. Wilskracht ondermijnt bij iemand met ASS het natuurlijk invoelingsvermogen. Als jij in overgave kan staan in het moment waarin je zelf aanwezig bent, dan zal de ander (met name degenen onder hen die hoog sensitief zijn) makkelijker de glijbaan herkennen van overdracht van wat je wenst uit te drukken. Je hebt er immers zelf geen zwaar kader omheen geplaatst: binnen zoveel minuten dit, en dan moet het leiden tot dat, en het vervolg daarop is dat en dat en dat. Dat kan die ander niet aan. Hoe meer jij in het nu gecentreerd bent, hoe makkelijker de omgang met degene met ASS vlot.

Andersom geldt dat iemand met ASS in een behoorlijke bedreiging naar de buitenwacht kenbaar kan maken wat hij wenst. Hij is ongeduldig in de inwilliging van zijn eigen verlangens. Dat houdt in dat de omgeving veel stress kan ervaren als het voor de persoon met ASS ineens erg helder en onverbiddelijk is wat op dat moment gewenst wordt. Kunnen jullie het herkennen? Het kan heel heftig zijn. Er is volstrekt geen ruimte voor interactieve vormen waarin je zegt: "Straks is ook een mogelijkheid" en morgen kan al helemaal niet. Hoe minder ontspannen iemand met ASS is, hoe minder gevoelig de communicatie wederzijds gaat. Het kan buitengewoon veel verwarring oproepen. Als je niet oplet voelen beide partijen zich verstrengeld in ongemak dat in ieders beleving via de ander aangericht wordt.

Misschien moeten we dit maar even tot ons door laten dringen. Wordt gewoon maar even stil, dan kan je je eigen situatie erbij plaatsen.

## **2. Gehoorzaamheid ja, mits het mag in eigen volgordelijk gedrag**

Het volgende punt dat ik wil bespreken, gaat over het thema gehoorzaamheid. Degene met ASS kent een bereidheid tot gehoorzaamheid mits het in zijn eigen volgordelijkheid

mag. Het woord gehoorzaamheid heeft hier een andere betekenis dan gewoonlijk. Het woord 'gehoorzaamheid' kan je splitsen in '**gehoor' geven aan 'samen' zijn**, waarin het gemeenschappelijke belang op dat moment groter geacht wordt dan het persoonlijke belang alleen. Degene met ASS is in principe bereid om gehoorzaam te zijn, maar – en nu komt het – in zijn eigen volgordelijkheid.

Als je er van uitgaat dat er geen intentie zou zijn tot samenzijn bij iemand met ASS, dan heb je het mis. En waarom loopt het vaak zo uit de hand?

Omdat er te weinig invoelingsvermogen actief is naar de volgordelijkheid die degene met autisme nodig heeft om gehoorzaam te kunnen zijn aan gemeenschappelijke belangen. De dialoog van hóe iemand het zou willen ontbreekt dan. En als omstanders vanuit zelfmiskennis denken: "Hij is wel heel erg op zichzelf gericht, wij doen er niet toe", dan kan je ook een muur optrekken vanuit eigenwaan dat je er alleen voor staat. In principe kent de persoon met ASS gemeenschapsbelang, maar hij is gebonden aan zijn eigen volgordelijkheid in omgang daarmee. Het is vermoeiend voor buitenstaanders in een omgeving met mensen met ASS om grip te krijgen op hun volgordelijk gedrag. Dat kan voor een buitenstaander een ongelooflijk onnauwkeurige samenhang zijn.

Voorbeeld. Het kan te maken hebben met: ik wil wel mee op bezoek naar tante, maar ik ga eerst heel uitgebreid zo nauwkeurig mogelijk mijn veters strikken en dan ga ik kijken op het toilet of ik alles kwijt kan wat anders misschien straks kwijt moet, maar dan komt het mij ongelegen uit want dan zit ik op een toilet die me vreemd is, en..... als ik dan naar buiten ga vind ik dat sjaaltje wel het leukste vandaag bij mij passen. Het kan associatieve zisprongen hebben waar jij geen vermoeden van hebt. Jij denkt: we gaan samen naar tante op bezoek en het verkeer is nu niet druk, dus als we nu gaan, zitten we niet in de file. Terwijl je zoon wil misschien nog wel een koekje of nog even in een fotoalbum kijken voordat hij gaat. Jij kan bijna niet volgen wat voor hem nodig is om de beweging om samen naar tante te gaan, te maken. En jij kunt zeker de tijd niet volgen die gemoeid is met alle indrukken die hij van te voren wil weven in een patroon als geruststelling, zodat hij het vervolgens aan kan om mee naar tante te gaan. Hij verzadigt zichzelf eerst met indrukken die goed doen. En dat is niet snel veters strikken, en dat is niet al eerder weggaan in de onzekerheid dat je straks op een vreemde toilet zit en je daar ongemakkelijk voelt, dat moet je eerst thuis oplossen. Er zijn gedachtesprongen die je niet kan volgen. Daar kan je langzaam een beetje ingroeien door per keer te bevragen hoe die ander het zou willen voordat hij naar tante kan gaan.

Het belangrijkste van wat ik zeg is dat er openheid is naar gemeenschapszin, want die veronderstelling is niet algemeen actief. Sterker nog, er zijn ouders, er zijn onderwijskrachten, er zijn broers, zussen, die denken dat degene met autisme zich volstrekt niks aangelegen laat liggen hoe het met hèn gaat. Het tegendeel is waar.

**De persoon met ASS moet obstructies door voordat hij zich in overgave vrij kan geven. En als hij die in zijn eigen tempo op kan lossen, dan is hij er voor de ander in het gemeenschappelijke belang.**

Los daarvan is hij buitengewoon gevoelig voor stressdruk van buitenaf, terwijl hij zijn zaken ordent om mee te kunnen gaan, in dit geval, naar tante toe. Dus als vader of moeder of andere familieleden helemaal in stress raken in het wachtproces op deze autist, dan voelt hij zich gestremd in zijn verlangen, hij voelt zich gespannen in zijn coördinatievermogen van wat hij er allemaal voorlegt, en dan geeft die stress-ophoping hem een gevoel dat hij offert in plaats van dat hij een natuurlijk samenzijn nog ondergaat. Hij doet al zo zijn best dat hij toch onvoldoende nog in zichzelf aanwezig is en dan vindt hij het een krachtinspanning worden.

De kunst is om het zover niet te laten komen. Want hoe aangenamer hij het vervolgens vindt in het samenzijn met de familie, hoe makkelijker hij een volgende keer te verleiden is, en minder zekerheden voor zichzelf er voor wenst te gooien. En zelfs uiteindelijk haast kan ontwikkelen omdat het daar zo fijn was bij tante. Dan wordt het proces veranderd.

Het ervaring opbouwen dat je je eigen procesmatigheid mag inwilligen, maakt dat de persoon met autisme minder secuur wordt, omdat hij het niet allemaal meer ingewilligd hoeft te hebben om zich zeker te voelen in samenzijn met anderen. Hoe meer ontspanning je aan weet te brengen, hoe meer meegevend degene met ASS wordt.

### **3. Veeleisendheid vanuit de persoon met autisme naar het leven zelf**

Het volgende thema is de veeleisendheid vanuit de persoon met autisme naar het leven zelf. Die veeleisendheid vraagt langdurige verfijnde aandacht van buitenstaanders waarom die bepaalde persoon met ASS zo gevoelig steeds weer op dezelfde items reageert. Wanneer je dat probeert te vinden aan de hand van één item dan heb je veel te weinig houvast. Het mooiste is als je minstens 25 items weet te verzamelen.

**De veeleisendheid heeft doorsnee te maken met zich zeker te weten dat er een maximale inzet geweest is naar dat wat hij zelf belangrijk achtte. Je kan zeggen dat degene met ASS bezig is zichzelf gerust te stellen dat hij maximaal goed zijn best doet in dat wat voor hem wezenlijk belangrijk is. Er is een sterke drang om iets in verantwoording zo uitgelezen goed te vertegenwoordigen, dat er geen faalbaarheid op aangerekend kan worden.**

Waarom?

Omdat aan dat thema oude geschiedenis hangt, waar buitenstaanders geen inkijk in hebben, maar wat vaak van levens her is. Een geschiedenis waar zulke pijnlijke ervaringen aan gekoppeld zijn van ooit, dat je je nimmer meer nalatig daar in wil tonen. De gestrengheid van degene met ASS naar zichzelf is door geen ander te verbeteren.

Als omstanders om de persoon met ASS heen heel gestreng zijn, over-oplettend en alsmaar verbeterend, wordt diegene er knettergek van wordt in zijn hoofd, want hij legt zichzelf al de strengste eisen op. Je dient zo'n persoon dus nooit te belasten met een te grote oplettendheid. Dat valt gewoon niet goed. Ook met teveel geruststelling hebben ze niets, dat kan je hebben vanuit bemoederen: 'Ah lieverd, je hebt het geweldig gedaan'. Waar ze wel iets bij voelen is piëteit en betrokkenheid, dan durven ze door jouw liefde te gaan ontspannen. Dit gebeurt als jij het besef gaat uitbeelden dat de levenstijd voldoende is om te mogen ontwikkelen wat ze willen. Dan voelen ze: 'Oké, ik leef vandaag, maar wie weet heb ik nog wel 40 jaar in het verschiet'. Als ze dat gaan ervaren wordt de gestrengheid niet minder, maar krijgt een tijdslijn. Veel mensen met autisme zitten in hun hypersensitiviteit in het nu verankerd en denken dat alles vandaag moet.

**Samenvattend: iemand met een vorm van autisme wordt tureluurs als hij meer aandacht op moet brengen dan wat hij in zijn gestrengheid tot zichzelf al verordend heeft. Dat beslaat vaak meerdere onderwerpen tegelijkertijd. Voor buitenstaanders is het heel belangrijk zicht te krijgen welke onderwerpen voor deze persoon belangwekkend zijn, want per persoon zijn dat andere zaken.**

*Enkele voorbeelden*

Misschien mag ik een schets geven van een aantal zaken zodat jullie weten hoe verschillend van aard dat kan zijn.

- *Beleven van de overgang van licht naar schemering en duisternis*

Het hele wonderlijke is: ik zie een innerlijk beeld waarin ik een persoon met autisme zie die iedere dag eigenlijk mee wil maken dat het licht van de dag overgaat in de duisternis van de nacht en de invallende schemering van de avond. Hij heeft daar zo'n over-focus op, dat als het een dag gemist wordt, omdat je bijvoorbeeld al binnen zit bij kunstlicht en je ziet het feitelijk niet gebeuren in de buitenwereld, dat dat hem al van slag kan maken, terwijl hij er niet over kan communiceren dat dit een item van belang voor hem is.

- *Voedsel inname*

Een ander voorbeeld.

Ik krijg nu een beeld te zien van het nuttigen van rijst waarin de laatste rijstkorrels buitengewoon nauwkeurig nageproefd dienen te worden voordat je ze inslikt, omdat je anders het gevoel hebt dat je de maaltijd niet voldoende genuttigd hebt. Die eerdere hapjes kunnen gewoon naar binnen zonder een over-benadrukking, maar die laatste hap, daar mag geen millimeter in verspeeld worden in na-proeven, in bijten, de structuur bevoelen en ga zo maar door. Daar zal degene met ASS nooit hardop over praten, maar het speelt wel.

De structuur van de rijst, de korreligheid, doet wat in zijn mondholte en met zijn gehemelte. Dat geeft een nasmaak beleving die sensorisch een overprikkeling geeft die gewenst wordt. De persoon die ik innerlijk zie, is nagenietend van het sensorische dat opgeroepen wordt door de korrelige structuur van de rijstkorrel tegen zijn gehemelte en tegen zijn tong, wat dat sensorisch doet met hem, maar ook hoe dat nawerkt. Hij heeft een hele gevoelige mondholtesfeer waar hij heel nauwkeurig bewust van is.

Mijn begeleiding geeft aan dat deze voorbeelden gegeven worden omdat dat voorbij het oog van anderen valt. Om jullie enige indruk te geven hoe verschillend afwijkend het kan zijn.

Hier zou je nooit op gekomen zijn.

Ik ga kijken wat er nog meer is.

- *Nekspanning*

Veel personen met de diagnose ASS lopen nekspanning op. Die nekspanning is onaangenaam maar erg vasthoudend in hun gestel. Ze hebben in zekere zin een

verbetenheid in zichzelf om het juiste voor zichzelf te veroorzaken. Wanneer die nekspanning aanwezig is, dan is sensorisch contact met de huid van de nek, bijvoorbeeld met kleding, overgevoelig. Zij kunnen dan bijvoorbeeld moeilijk een sjaal verdragen met een ruwere stofstructuur. De vraag is of ze er over kunnen communiceren. Ze kunnen wel de sjaal van hun nek afrukken als je als moeder hem er weer eventjes omheen bindt. Je moet je gaan inleven waarom wil mijn kind geen sjaal om? Hoe is het met de spanning in zijn nek? Het zijn dus al die kleine details, waar je alleen maar onderzoeksgericht op uit komt.

#### **4. Jachtigheid**

Jachtigheid van anderen is iets waar zij niet mee overweg kunnen, terwijl de doorsnee persoon met ASS zelf regelmatig jachtig is vanuit zijn belevingsveld van tijdnood. Wat hij wenst te veroorzaken in zichzelf, vraagt namelijk opvallend veel stilte-verwording in zichzelf, nauwkeurige aandacht en oplettendheid. En omdat het daar doorsnee aan ontbreekt is menig persoon met ASS continu bezig een sfeer te vinden waar dit in kan ontstaan. Elke keer lukt het onvoldoende waardoor er nog meer stress aangewakkerd wordt, om vervolgens te hopen dat het straks stil valt, zodat ze aandachtig oplettend kunnen zijn naar wat ze zelf wensen te veroorzaken. De wereld zoals wij momenteel leven, raakt steeds voller qua gedachtestromen die elkaar non-verbaal raken, er hangt steeds meer telecommunicatie in de ether. Dit maakt gevoelige mensen (zoals de doorsnee mens met diagnose ASS) steeds gevoeliger. Daardoor heeft hij in deze tijd het gevoel nog meer tijdsgebrek te hebben dan vijftig jaar geleden.

De ether is dus geen vrije plaats meer is. In de ether is veel gaande. Als er dan omstanders om degene met autisme heen zijn die van jachtigheid getuigen, versterkt dat zijn eigen veld van gewenstheid naar stilte, terugtrekking, en om in aandacht oplettend te zijn naar wat hij zelf wenst. Iemand met autisme gedijt het makkelijkste in een omgeving waar jachtigheid vermeden kan worden door omstanders.

**Iemand met autisme gedijt het best in een belevingsveld van ruimte om zich heen te voelen en ruimte om zich heen te kennen.**

#### **5. Zangerige geluiden en muziek**

Een heel nieuw thema: zangerige geluiden ontstemmen mensen met ASS wanneer het zangerige geluid niet zuiver is en niet afgestemd op zijn innerlijke gevoelswereld. Hij kan

muziek ontberen, omdat hij er doorsnee niets aan vindt, of het moet een hoog gehalte van zuiverheid hebben en afstemming op zijn geestelijke oorsprong. Dan kan hij verrukt raken en zich haast hilarisch gelukkig erin gedragen. Maar het tussengebied ontbreekt menigmaal.

Ik weet niet of jullie hier ervaring mee hebben. Dit is wat ik zie, wat ik ervaar: ze zijn niet amuzikaal maar over-muzikaal. Dat houdt in dat iedere wanklank écht een wanklank is en de normen zijn daar doorsnee hoger voor. Vanuit gezelligheid motieven kunnen ze als ze goed uitgerust zijn wel wat meer belangstelling (ik zou haast zeggen) veinzen, maar de echte belangstelling is alleen maar als het muziek is wat hen in hun hart raakt, en wat loepzuiver is.

## **6. Over-volwassen reactie en geheel eigen denkwijze**

Het volgende punt is dat veel mensen met autisme over-volwassen reageren omdat ze hun omgeving langdurig onder de loep nemen, en vervolgens hun eigen denkwijze daarop loslaten. Dat kunnen misschien gebrekkige denkwijzen zijn in onze optiek van kijken, maar ze kunnen bijzonder veelomvattend zijn en juist gediagnostiseerd. Dat is afhankelijk van de persoon. Door hun over-sensitiviteit moeten ze in nauwkeurigheid leren omgaan met omgevingsprikkels en wensen ze die zelf te diagnosticeren in een voor hen haalbaar verhaal. En dat 'voor hen haalbare verhaal' is sterk afhankelijk van hun kwaliteit van zuiver afstemmen daarnaar toe. Je hebt personen met autisme die in dat zuiver afstemmen een natuurlijke kwaliteit hebben, en anderen die dat minder ontwikkeld hebben, maar ze zijn blij met het verhaal wat ze in zichzelf gebreed hebben, en dat willen ze ook graag zo houden. Het is dus niet zo makkelijk om een visie van iemand met autisme bij te schaven, want als het breiwerk klaar is, willen ze het ook wel heel graag met rust laten.

De kunst in de opvoeding van kinderen/jongeren met ASS te proberen als omstanders zo eerlijk en zuiver mogelijk met jezelf te leven, zodat uit de beeltenis die jullie scheppen van jezelf en anderen, zuivere gevolgtrekkingen gemaakt kunnen worden door je kind met ASS. Hoe heler jullie functioneren in wie je bent en dat durven te zijn, hoe makkelijker de logica in je pupil met autisme in zijn eindconclusies kloppend zijn voor jullie. Maar als jij bijvoorbeeld onecht gaat leven en je kind/pupil met autisme maakt er een mooi gebreed verhaal van, en later in je ontwikkeling word je toch meer jezelf, dan denk je: "Hoe houdt hij het toch vol om nog steeds te denken dat ik zus of zo ben?" Hij laat het niet makkelijk meer los. Er kan dan een soort vasthoudendheid plaats vinden, een hardnekkig vooringenomen beeld.

## Vragen.

*Vraag. Ik ga nu kijken naar een 39-jarige zoon die aan de ene kant heel erg houdt van zuivere muziek klanken, maar het aan de andere kant ook verdraagt om televisie en radio naast elkaar aan te hebben, radio met muziek doorsnee, en tv met beelden en geluid. De moeder vaagt zich af wat er dan in hem speelt, omdat het haaks lijkt te staan op de inspiratie over de muzikaliteit in nauwkeurigheid van zuivere klanken willen beluisteren of geen muziek te verdragen.*

Ik ga kijken hoe het voor hem speelt.

Allereerst het is een veel getalenteerde jongeman, met buitengewoon veel interesses op allerlei gebied. En hij houdt die interesses liefst ook allemaal in de lucht. Dat maakt ook dat zijn brein afgestemd is op veel informatie tegelijkertijd te ontvangen, terwijl hij die aan de andere kant nauwkeurig wil belezen en begrijpen. Hij heeft in zichzelf een selectief vermogen ontwikkeld naar wat voor hem wezenlijk belangwekkend is. Dat houdt in dat klanken of informatie die voor hem niet belangwekkend zijn, die filtert hij uit, waardoor hij nauwlettend blijft volgen wat hem interesseert, zolang het hem interesseert, en dan moeiteloos overstapt naar dat wat hij dan belangwekkend vindt.

Tegelijkertijd kan hij ernstig vermoeid raken wanneer hij in een omgeving verkeert, of indrukken op doet, die hem buitengewoon níét interesseren (met accent op niet). Dan wordt hij over-kriegelig van geluid, van indrukken velerlei van soort, maar ook van informatiestromen die hem niet kunnen boeien.

Je kan zeggen hij heeft een selectieve geest, hij weet feilloos zijn radar af te stemmen op dat wat hem interesseert (bijgeluiden interesseren hem niet), zolang het wezenlijke maar in hem onthouden wordt. Als er stoorzenders zijn waardoor het wezenlijke niet binnendringt, dan is lijden in last. Hij kan dus meer klankinformatie aan maar hij selecteert het voortdurend. Hij springt over naar dat wat hem het meest interesseert, de rest verduistert hij, dat is gewoon niet actueel dan. Je zal zelf ook wel gemerkt hebben, als moeder, hoe makkelijk en vaak hij om kan schakelen, soms in luttele tellen, van het ene accent waar hij aandacht aan besteedt naar iets heel anders. En zo is het ook met geluid opnemen. Daarom functioneert hij anders dan wat ik toen straks benoemde van mensen die onzuivere geluiden niet verdragen. Hij verdraagt ze omdat hij ze uitfiltert, en dan hoort hij ze amper nog. Dat is eigenlijk het belangrijkste wat ik kan zeggen. Kan je het zo herkennen?



Hij is dus behoorlijk getalenteerd en dan bedoel ik getalenteerd op de veelreikendheid van interesses. Hij zuigt het op. Van alles hoeft hij maar een beetje te hebben om voldoening te voelen. Terwijl je hebt ook mensen met autisme die willen zich helemaal vastbijten in een thema en laten het niet meer los. Maar hij is van alles wat en met nauwkeurige aanzet heeft hij snel voldoening in weinig tijd, terwijl hij op iets kort aangehaakt is.

Vraag 2.

*Er zijn heel veel methodieken ontwikkeld om kinderen/jongeren met ASS te begeleiden. Kun je iets zeggen over de methode die ik hanteer?*

Allereerst: het doorsnee kind met autisme is luistervaardig. Dat is een belangrijke eigenschap. Alleen hij kan niet meer dan wat hij zelf kan verrichten binnen wie hij is. Dat houdt in dat meer kennis en meer waarde die van buitenaf hem 'bestormen' - want zo voelt het dan voor hem, ik heb geen ander woord -, brengen hem in verlegenheid om tot meer gericht handelen te komen. Dus:

**Het meest natuurlijke gerichte handelen wat hij vrij kan geven vormt zich via basispatronen die in hemzelf gelegen liggen en die bemoedigd kunnen worden, zodat hij op een natuurlijke manier leert meer gevend te zijn.**

Ik zal kijken of ik een voorbeeld kan geven om zo'n basispatroon zichtbaar te maken en wat het verschil is wanneer je hem via een methodiek benadert, of wanneer je aansluit bij zijn eigen basispatroon.

*Voorbeeld basispatroon van een kind.*

Een kind met autisme die dus van nature wel houdt van gemeenschapszin (ook al lijkt het niet zo), heeft zelf behoefte aan meer spelgedrag met andere kinderen. Iets wat het kind doorsnee ogenschijnlijk niet of onvoldoende aangaat.

1. We zitten al met de constatering: het kind wil het wel, met andere kinderen zijn.
2. Wat het kind hindert, is zijn eigen terughoudingsgedrag omdat het voornemens is eerst andere zaken (zijn basispatroon) te veroorzaken voordat het kan gaan spelen met kinderen.

Een aantal veel voorkomende protocollen van deze kinderen zijn de volgende:

- a. Ze willen oefenen eerst in dieper ademhalen, om zichzelf tot rust te manen.

- b. Dan willen ze goed kijken welke kinderen bijvoorbeeld in de groep het meest veilig zijn om bij aan te sluiten. Dat is per moment verschillend, want zelfs de leukste rustige kinderen kunnen ook op dat moment een probleem bij zich dragen waardoor ze zich niet goed aan kunnen sluiten.  
Dus ze zijn heel sterk in screenen: wie is het meest ingezakt en op zichzelf waardoor ik aan kan sluiten? Want een kind dat heel erg al begaan is en vol spel naar anderen, is niet de geschikte kandidaat voor een autist om daar bij te gaan staan. Ze zoeken eigenlijk de kinderen uit die ook meekijkers zijn en in het spelgedrag later aansluiten, niet de vlotte meedoeners.
- c. Dan wil een kind met ASS niet voorgetrokken worden, want dan valt hij teveel op. Dat is ook een heel belangrijk ingrediënt. Dus het kind waarbij hij aansluiting zoekt, is een kind wat niet van een wild spel houdt, want dan valt dat kind op en valt hij indirect ook meteen op. Dus hij zoekt aansluiting bij kinderen die van rustige aansluitingen houden. Een beetje op de achtergrond, maar wel aangesloten.
- d. En het liefst zoekt hij contact met kinderen die overzichtelijk zijn. Dus die rustig zijn, niet haantje de voorste, overzichtelijkheidsgedrag vertonen en rustige inmenging voorstaan.
- e. En is die screening goed verlopen, dan wil het kind met ASS graag daar aan gepaard worden. Dus graag daarmee samengaan. Het liefst als een 1 op 1 relatie waardoor ze met z'n tweeën meer zijn in een groep. Dit is een natuurlijke cadans voor een kind met autisme om aansluiting te zoeken. Dus niet één van velen zijn tegelijkertijd, maar om met één ander te midden van anderen samen te zijn.

Als je dat protocol begrijpt en je begrijpt dat diegene dus graag mee wil doen, maar ruimte nodig heeft voor keuzevrijheid, dan kan je je voorstellen als je daarop ondersteunt via een methodiek, dat je het kind makkelijker behulpzaam kan zijn om in een groep mee te doen. Maar als je zijn voorkeur te weinig kent, dan kan je hem wel pratend meer de groep inbrengen, maar ook zijn vrees vergroten.

Los van jouw methodiek of methodieken van anderen, dit is een stukje basisgegevens.

Wat ik zojuist deelde is ook overdrachtelijk naar volwassenen. Ook de volwassen persoon met autisme wenst aansluiting. Maar ook hier zoekt hij een veilige haven om in samengaan met een ander te midden van velen te verkeren. Of van meerderen.

Als een methodiek ingezet wordt, dient hij nooit alleen naar de persoon met ASS ingezet te worden, maar naar de groep als geheel met personen van allerlei aard. Dus wanneer je alleen op de persoon met autisme aansluit, doe je de hem of haar tekort, want die wil wel samengaan. Maar de omstanders dienen het patroon te begrijpen (het protocol) dat de persoon met ASS huldigt om te kunnen samengaan. Zodat degene die bijvoorbeeld ook een observeerder is, maar wel een overwichtige bijzondere visie met zich meedraagt, de persoon met autisme opzoekt. Zodat niet alle interactie van degene met autisme hoeft uit te gaan, maar ook de ander aansluiting zoekt.

En wat belangrijk is, degene met ASS wil van nature niet haantje de voorste zijn, maar hij kan wel overwichtig zijn in zijn visie en dat lijkt dan haantje de voorste. Omdat als degene me autisme iets zegt, vaak zijn meerwaarde blijkt. Dus dan is het belangrijk dat het geïncorporeerd wordt door de groepsleiding, de lerares of leraar, degene op het werk die leiding neemt. Als iets van waarde getoond wordt, dient het geïncorporeerd te worden, in het belang van allen.

Dus als de persoon met ASS ook weet: wat ik hier gedaan heb is voor een ieder belangrijk, omdat iemand dat bevestigt, dan geeft hem dat ontzettend veel rust en veiligheid.

Terwijl als hij afgezwakt wordt van: 'Hé nu is een ander aan het woord en je praat al te lang', haal je dat weer weg. Dus als je als buitenstaander, als coach, lerares of iemand die leiding geeft op de werkvloer het ook bevestigt dat het een meerwaarde heeft en dat het daarom even tijdsruimte vroeg, dan stel je degene met ASS veilig en je bevordert het groepsproces.

Dit is in het algemeen.

Kijk, iemand met autisme gedijt in een omgeving waar anderen durven te zijn wie ze zijn. Als dat volstrekt duidelijk is weet je dat als jij durft te zijn wie je bent, dat je kind of je leerling, of je werknemer met autisme daarop gedijt.

Het gaat er o.a. om dat ze het verschil gaan ervaren tussen ergens met je hoofd zijn, of aanwezig zijn in het moment zelf.

Als je als begeleider kan uitleggen wat het wezenlijke verschil is voor iemand met autisme die doorsnee al vol indrukken zit als die niet in een omgeving is waar die kan zijn, hoe die dan overloopt en stuurlozer wordt, bedrukker of erger geïrriteerd, dan snapt een ieder het ineens. Dan zie je hoe lang de oefenweg voor ons allen nog is in de oefening om te 'zijn'.

De kunst is iemand met autisme een wisselvallig spectrum kan hebben dat jou onbekend is, dat je dus wel behoorlijk in 'zijn' moet huizen, wil je hem voor een stuk kunnen

volgen. En wil degene met autisme jón volgen, moet je niet een heel scherm met activiteit om je heen hebben, want dan kan hij niet bij je kern komen.

En nog terugkomend op de methodiek.

Ondersteun aanwezig om te weten dat degene met autisme wel een gemeenschapsmens is, maar dat dit door zijn eigen protocollen onvoldoende opvalt. Mensen gaan dan heel anders met hem overweg dan dat ze aannemen dat hij er niet op uit is. Hij is belemmerd door zijn eigen protocollen, maar hij wil graag. Hij wenst graag. Je hebt in België zo'n mooie zin, dan zeg je niet 'ik houd van je' maar 'ik zie je graag'. Iemand met autisme ziet de ander graag. Hij wil er graag bij horen.

*Vraag. Een moeder stelt de vraag: als mijn zoon lastiger wordt krijgt hij meer medicijnen. **Wat doet medicatie bij autisme?***

Dan dien ik het nu in algemene zin te beantwoorden. Het is zeker zo dat als artsen met dit soort vragen hier komen en hoe ze stoeien met medicijnen om het zo goed mogelijk te doen, dan kan ik heel gericht kijken naar het type medicijnen, het type doseringen. Ik moet het nu gewoon in algemene zin doen.

Ik ga innerlijk eerst schouwen waarom de medicatie ingezet wordt om wat te bevorderen.

Het antwoord is: **ze willen gemoedsrust bevorderen** met de medicijnen die gegeven worden. En een halfje meer of minder dat is het schommelgedrag met de medicatie om de ander hanteerbaarder te houden vanuit de gedachte-ingeving dat dát gemoedsrust bevordert. Het grote vraagteken is dus: bevordert het gemoedsrust of maakt het de onrust van binnen groter omdat degene niet kan doen wat hij wenst te doen?

Ik word er door geraakt wat ik 'zie'.

**Mensen met autisme kunnen op een diep niveau, of je het wel of niet in de uiterlijke wereld ziet, diep huilerig van binnen worden. Heel verdrietig! Dat is het kenmerk van iemand met ASS die zich niet verstaan weet, die zijn bestaanszekerheid ondergraven voelt, die zich niet langer gewild voelt en die zijn verdriet haast verschuilt voor zijn omgeving, terwijl die er innerlijk haast aan kapot gaat. Personen met ASS die op zo'n diep verdrietsniveau functioneren hebben doorsnee baat bij enige medicatie om zich opgemonterd te voelen, zich wat opgepept te voelen, zich weer wat gedurfter te bewegen. Omdat wanneer**

**ze in verdrietstemming blijven en daar niet goed mee overweg kunnen, worden ze depressief tot zwaar depressief.**

Verdriet is een hele mooie emotionele kwaliteit, want je gevoel stroomt nog, het verdriet wil eruit gutsen. Zolang het eruit gutst, blijf je van binnen vloeibaar in je gevoelswereld, maar als het verdriet gaat verhard en verstrakken dan wordt het een brok van binnen en dan verzwaart het je en dan weet je niet meer hoe je jezelf vooruit moet branden. Dan ligt depressie op de loer en word je koeler naar je omgeving. Verdriet heeft de neiging net als water te gaan bevriezen, het kan gaan stollen en dan krijg je bevroren emoties. Dan word je als een koelkast en uiteindelijk als een diepvriezer en dan weet een omgeving geen raad meer met je omdat je verhardt. Gevoel kan dus net als water bevriezen en ijskoud worden. Dat is het hele proces.

Dus zolang iemand heel verdrietig is, God zij dank verdrietig! Beter dan verharding. Ja? En beter dan kou in de gevoelswereld. Wanneer je een pupil hebt of een kind van jezelf of een partner die verdrietig is, dan is aanraking het meest bevorderlijk, maar dan op het niveau van hartsaanraking. Zachte streling, liefdevol elkaar in de ogen kijken, een time-out waarin iemand helemaal niets hoeft, alleen maar mag zijn, bemoediging is dan belangrijk, warme ligbaden zijn belangrijk. In de natuur zijn om niets. Niet omdat je wat moet, voor tuinonderhoud, nee gewoon in de tuin mogen zijn.

Verdriet is ook een bron van vernieuwing. Want als iemand zo verdrietig is in de kern, is er iets wat wil opstaan in waarachtigheid. In zichzelf zijn, in zich tonen in wie die werkelijk wel is in plaats van wat een ander van hem wil maken.

Dus **verdriet is een bron van potentie**. Dat moet je altijd onthouden. Een verdrietig kind is een bron van potentie. Je moet alleen zoeken waar diegene naartoe wil. Wat hem zo verdrietig stemt. Hoe die het anders zou willen.

Medicatie kan heel tijdelijk gegeven worden als een oppeppertje, zodat er weer lef getoond wordt om te zijn wie die wil zijn. Maar als medicatie leidt naar depressie, zit je nooit op het goede medicijnspoor. Dat moet je echt heel goed in de gaten houden. Want overall waar medicijnen de ander van zichzelf afdrijft en zelfs zombieachtig maakt en dus goed hanteerbaar, zit je op het verkeerde spoor.

*Vraag . Het is een **vraag over de slogan van de NVA, de Nederlandse Vereniging voor Autisme** die is: 'Autisme is niet te genezen, maar onbegrip wel'.*

*Ik geloof er niet zo in dat het niet te genezen is.*

Ik kijk dan het liefst naar kinderen die met een innerlijke opdracht incarneren, die zich lang hebben moeten inhouden in bepaalde begaafdheden die nu echt geleefd willen worden omdat inhouding gewoon niet meer psychisch op te brengen is. En die dus willen gaan voor de uitkomst van hun gaven.

**De vraag is of dat genezen moet worden, of dat dat gesteund moet worden. Er dienen in feite kaders geschapen te worden en begrip waardoor dit leven geleefd kan worden en niet als ziek gezien wordt. Het gedrag lijkt afwijkend voor de maatschappelijke normen, maar is ten bate van hun genezingsproces zodat hun gaven er gewoon mogen zijn en uitgedrukt mogen worden. Het gaat om een innerlijke nood die beantwoord dient te worden.**

Dan ga ik in algemene zin kijken: is autisme te genezen? En moet het genezen worden?

**Wanneer voldoening bereikt is op het beoogde, is het proces zoals wij dat als autisme beschrijven gedaan.**

En als dat dus eerder in het leven geschiedt, dan is het ook bij leven afgerond. Zo simpel is het. Het gaat er voor de mens met autisme niet om meer te behalen dan het zelf beoogde, maar zij willen de rust ervaren dat het éindelijk, éindelijk, éindelijk geschied is.

### **Voorbeelden van 'gaven'**

*Vraag. Misschien kun je nog uitleggen, om wat voor soort gaven het kan gaan. Het zijn soms een heel ander soort gaven dan waar wij aan denken. Misschien kun je daar een paar voorbeelden van geven.*

Het kan zich heel divers uiten.

Het beeld dat ik nu krijg is dat iemand op een wat hardere manier voor zichzelf altijd doorvorsend is geweest om te behalen wat hij wenste en wat, dat is dan even voor ons het vraagteken. Vervolgens heeft hij in de onstoffelijke wereld de lering gehad dat hij dat niet hardvochtig naar zichzelf toe dient te bereiken, maar op een zachtmoedige manier. Dus dan gaat iets willen bereiken uit de gestrengheid van de hardvochtigheid, omdat hij zichzelf moet leren corrigeren om het zachtmoedig te doen. Dus met liefde, met betrokkenheid, met intentie, met een warmte om het dan te bereiken. En dan kan een

heel leven in het kader staan van de gestrengheid af te leren, om het op een zachtmoedige manier te oefenen. En wát, is aan de ander.

Dit voorbeeld wordt gegeven omdat het niet altijd gaat over een materiele uitkomst, maar het vooral ook om een psychische immateriële uitkomst kan gaan, wat net zo autistisch in het spectrum past zoals wij er naar kijken, maar wat niet goed gediagnostiseerd wordt. Omdat je denkt: het gaat om – ik noem maar wat – een architect die het meest utopische architectonische bouwwerk wil realiseren en daardoor in een kokervorming denkt, omdat hij alles beter wil doen dan ooit daarvoor. Maar diezelfde architect die al levens heeft gehad waarin hij dat talent wellicht heeft uitgeoefend, moet nu leren het beste in hemzelf tevoorschijn te halen op een zachtmoedige manier. Zonder concurrentiedrang, gewoon op de minuut secuur, verdiepen, vereenvoudigen, z'n architectuur verbijzonderen, de basisbehoefte van mensen die daarin leven dieper invoelen waardoor het ontwerp ook een prettige sfeer creëert en niet alleen maar utopisch mooi is maar niet leefbaar en ga zo maar door. De scholing zit dan niet zozeer op het bouwwerk zelf, dat komt er wel. Iemand heeft dat talent al, maar hóe hij zijn beroep uitoefent.

Een ander voorbeeld - het zijn misschien gewoon symbolen - gaat over tuinarchitectuur. Het is een mooie symboliek. Je kan geweldig goed zijn om op de maat zeker te snoeien, zodat je een prachtige kunstige tuin krijgt. Maar als je dat helemaal beheerst en al eerder beoefend hebt, waarom zou je niet oefenen in te oefenen van wat onverwachtse uitschot vermog aan schoonheid te creëren, wat je niet bedacht hebt. En hoe leer je af het meesterwerk van het meest kunstzinnige snoeien in de vorm zoals jij het beoogt in je denken, om te zien waartoe de natuur in staat is met een beetje ondersteuning?

Het zijn beide voorbeelden die je op allerlei zaken toe kan passen. Andersom kan dus ook gelden. Wie weet ben je de architect die zich totaal ingeleefd heeft in een harmonieus leefklimaat scheppen, maar vanuit oude bouwstijlen die voldeden en nu moet oefenen met nieuwe materialen, toekomstbestendig en duurzaam. Je bent nu oefenend andere zaken te veroorzaken dan voorheen, met zo'n drang dat je pas rust vindt wanneer je het beheerst. Het is maar vanuit welke richting kom je?

**Autisme heeft er mee te maken, dat je niet terug te houden bent, omdat je iets wil wat je lang (vele levens) niet kon. En buitengewoon graag wenst.**

Het is dus heel veelzijdig. Zoveel mensen, zoveel verschillende invalshoeken in het spectrum.

## Slotschouwing

*De persoon met autisme is onwillend te worden wat anderen met hem voorhebben.*

Er zijn nog steeds veel mensen die worden wat een omgeving van hen wenst. Wie zich dat realiseert begrijpt ook het fenomeen autisme omdat deze groep onwillend is om te worden wat anderen met hen voor hebben. Daarmee scheppen ze ook een voorbeeldfunctie. Weliswaar in het extreme, maar wel iets waar de maatschappij zich aan kan spiegelen en met name zijn zij spiegelen voor hen die anderen een bepaalde richting op willen duwen die niet des hen is. Het komt daarom op een spiritueel niveau ook niet echt ongelegen dat een aantal mensen met ASS, geboren worden in constellaties van families en gezinnen waar nog sturingskracht aanwezig is voor aanpassing. Zodat de omgeving kan leren dat er ook niet bestuurbare elementen zijn en dat ze zich beter op hun eigen besturing kunnen richten.

Mensen die in de begeleiding zitten rondom autisme dienen ook altijd zelf in de gaten te houden: wat zijn de behoeftes van aanpassing in de omgeving naar de persoon met autisme toe? En hoe terecht is het? Of is het eigenlijk gewoon een familieproces wat gekeerd mag worden dankzij het kind met ASS?

Als je in een tehuis werkt of in een zorginstelling waar mensen met autisme zijn, dien je zelf ook te kijken: behoor ik tot degenen die anderen dient te ondersteunen om niet invullend te zijn naar iemand met autisme toe, of ben ik zelf ook nog invullend? Dus je hebt allemaal elementen in een gezinsconstellatie, in een familieconstellatie, maar ook in instellingen, die te maken hebben met óf invulling óf het decoderen van invullingen. Hoe doe je dat?

Hoe openlijker je er met elkaar over praat, hoe meer dynamiek je ontwikkelt. Want degene die graag wil invullen kan ook degene coachen die probeert de ander uit zijn invullingsgedrag te halen. Want die leert van wat voor aanpak iemand nodig heeft om te begrijpen dat dat invullen ontzenuwd mag worden.

Vaak projecteer je namelijk naar buiten wat je van jezelf wenst. Eigenlijk wil je zelf een mooie uitkomst zijn van al je idealen en je weet bij voorbaat dat dat niet lukt. Dus je doet je best naar anderen dat die dat wel gaan doen. Het is mindere zwart/wit als dat ik het hier zeg, maar het risico dat wat je met de ander voor hebt, zo goed wil je zelf minstens zijn. Dat komt er natuurlijk niet altijd van, maar.....je kan beter dus je besturing naar binnen hebben dan naar buiten. En de mildheid waarmee je omgaat met



een persoon met ASS, wordt dezelfde mildheid waarmee je omgaat naar jezelf toe, waar je zelf die trekjes hebt. En hoe hooggevoeliger, hoe sensorischer we daarop reageren.

### *Liefde is een beter vervoermiddel dan het behandelingsplan*

Op plaatsen waar autisme voorkomt, worden allerlei behandelingsplannen gecreëerd. Van ouders naar hun kind, van instellingen en ook omgangsvormen met een partner met autisme. Er gebeurt van alles en als je niet oplet leef je in een behandelingsplan. De kunst is om gewoon te leven met elkaar en liefde centraal te stellen en wat het gevolg is van die liefde in interactie naar elkaar toe. Dat vergemakkelijkt de omgangsvormen, maar het vergroot ook je kundigheid ter plekke. Omdat waar je het behandelingsplan loslaat en liefde centraal stelt, zal alles wat je in betekenis zet dieper de ander raken en makkelijker doen omvormen, omdat die ander ook vanuit liefde zich meer wil vrijgeven naar jou. Dus als je hoopt op verandering bij de ander, is liefde een beter vervoermiddel dan het behandelingsplan. En als die ander in liefde geraakt wordt – dat is ook wat ik vanochtend al vrijgaf. Iemand met ASS wil in principe 'gehoorzaam' zijn, maar in de spirituele betekenis van gehoorzaam zijn. Die wil gehoor geven aan samenzijn en wat dat behoeft. Dat is dus niet de ouderwetse gehoorzaamheid van letterlijk opvolgen van wat een ander het beste voor jou vindt.

Dus als je een liefdesuitwisseling creëert, is het geven en nemen. Dat is wat anders dan opvolgen van een behandelingsplan.

Autisme geeft een spiegeling weer als je niet uit kan monden in waar je van nature in je gaven je toe kan verhouden. Het is dus een oproep voor alle deelnemers in de maatschappij om werkelijk heel zuiver omgang te hebben en te houden met hun wenskracht om uit te monden in waar hun gaven hen toe kunnen richten. De inhouding van wie je kan zijn door levens heen om diverse redenen - het kan ook vanuit externe bronnen zijn - kan uiteindelijk leiden tot autisme, omdat het dan niet meer te weerhouden is. Je dient degene te worden waartoe je opgeroepen wordt.

Dus we kunnen autisme 'uiteindelijk' (in de verre toekomst) uitbannen wanneer mensen in een veel eerder stadium gesteund worden om zichzelf te zijn en te blijven. Als mensen hun talenten niet steeds weer in een diepvriesvakje in moeten vriezen, maar als ze die talenten kunnen leven en warmbloedig uitdrukken. Het is gewoon de benardheid van de inhouding van weleer die een uitweg zoekt. Dat wilde ik nog even kwijt.