

# Mijn Beperking, autisme

Informatie

---

Ken jij mensen met autisme?

Een ander woord voor autisme is ASS.

Het is een afkorting van: Autistische Spectrum Stoornis.

ASS is een heleboel soorten autisme bij elkaar.

Elk mens met ASS is anders, en zijn autisme ook.

Bij de ene persoon merk je bijna niets van het autisme.

En bij een ander juist veel.

Er zijn ook verschillende namen.

Asperger of PDD-NOS en Klassiek Autismen.

Bij elke naam zie of merk je andere dingen.

Maar er zijn ook dingen hetzelfde.

## Wat alle mensen met autisme hebben

1. Moeite met het zien en begrijpen van 'het hele plaatje'.

Je hebt daarom moeite met het begrijpen van:

2. De mensen om je heen

3. Hoe je je taken doet

## Het hele plaatje zien

Met ASS kun je moeite hebben met het zien van 'het hele plaatje'.

Je ziet dan bijvoorbeeld maar 1 ding.

Dat is niet omdat je dom bent.

Maar omdat je hersenen anders werken.

Stel, je komt in een zwembad.

De meeste mensen zien gelijk het hele plaatje: een zwembad met mensen.

## Mijn Beperking, autisme

### Informatie

---

Als je ASS hebt zie je eerst van alles, maar dit nog niet.  
Je ziet bijvoorbeeld: het water en je blijft ernaar kijken.  
Of kinderen in een zwempak.  
Of een mevrouw met een handdoek of je ziet een roze zwemtas.  
Dit zijn dan voor jou losse plaatjes.  
Je ziet nog geen verband tussen deze losse plaatjes.  
Je hersenen hebben tijd nodig.  
Pas dan wordt het hele plaatje duidelijk.  
Je bent in een zwembad met mensen.

Je kunt het ook zien als losse puzzelstukjes.  
Het duurt even voordat jij de hele puzzel gelegd hebt.

Daarom is het fijn als iemand je op tijd informatie geeft.  
Over 'waar je naartoe gaat' en 'wanneer'.  
En over 'wat er gaat gebeuren'.

Een verandering kan voor jou moeilijk zijn.  
Dan kun jij je extra onzeker voelen.  
Daarom wil je van tevoren weten wat er anders is.

### De mensen om je heen

Met ASS kan het moeilijk zijn de mensen te begrijpen.  
Bijvoorbeeld: je snapt niet wat de ander voelt.  
Of wat de ander zegt met lichaamstaal (zonder woorden).  
Je kunt moe worden of gespannen in een huiskamer met veel mensen.  
Je kan het ingewikkeld vinden om vrienden te maken en te houden.  
Veel situaties met andere mensen kunnen voor jou lastig zijn.

# Mijn Beperking, autisme

Informatie

---

## Hoe je je taken doet

Om je kamer op te ruimen heb je een plannetje nodig.

Wat je eerst doet, wat dan en wat daarna.

Hoe ziet zo'n plannetje er bij jou uit?

Je bedenkt bijvoorbeeld: ik ruim eerst mijn kleren op.

Dan maak ik mijn bed op.

En dan ga ik stofzuigen.

Bij veel taken heb je een plan met stapjes nodig.

Wie bedenkt dat plannetje?

Doe je het alleen of bedenk je het samen?

In je eentje een plan maken is vaak extra moeilijk als je ASS hebt.

## Autisme kan leuk zijn

Is het alleen maar vervelend om autisme te hebben?

Nee hoor, soms is het juist leuk!

Er zijn mensen met autisme die heel veel weten.

Van iets wat ze mooi of leuk vinden, zoals vliegtuigen of postzegels.

En soms is het zelfs heel handig.

Mensen met autisme kunnen heel precies en goed hun werk doen.

Bijvoorbeeld met computers of techniek.

Autisme heb je vanaf je geboorte.