

Welkom bij het webinar over autisme bij volwassenen



Mieke Bellinga
Nynke
1 juni 2021

Voorstellen



Mieke Bellinga
&
Nynke

Programma

- Wat is autisme?
- Autisme in het dagelijks leven.
- Communicatie
- Overprikkeling/onderprikkeling/balans
- Behandeling en begeleiding
- Handige sites/tips

Wat is autisme?

- Stoornis in de informatieverwerking
- Een andere manier van denken en waarnemen
- Term heden: autismspectrumstoornis
- Oorzaak: combinatie genen<> omgevingsfactoren



AUTISM
DIFFERENT
NOT LESS

The logo features the word 'AUTISM' in large, multi-colored letters (A: red, U: purple, T: blue, I: yellow, S: green, M: blue) with horizontal lines extending from the sides. Below it, the word 'DIFFERENT' is written in a black, serif font. At the bottom, the phrase '*NOT LESS*' is written in a smaller, multi-colored font (N: red, O: purple, T: blue, L: yellow, E: green, S: blue, S: blue) with asterisks on either side.

Poll 1



Theory Of Mind

Empathisch denken

- *Voorstellingsvermogen*
- *In gedachten beelden vormen van:*
 - *Het gezichtspunt van een ander*
 - *Zaken of situaties die niet nu gebeuren*
- *Verplaatsen in een ander*

Voor veel mensen met autisme:

- Mensen zijn ingewikkeld
- De wereld is ingewikkeld
- De sociale code is onbegrijpelijk

Wat te doen?

- Wees duidelijk, doe wat je zegt zeg wat je bedoelt
- Leg sociale situaties uit
- Wees voorspelbaar
- Neem time out als emoties teveel oplopen
- Help de ander om goed voorbereid te zijn

Executieve functies

Moeite met probleemoplossend denken

- *Vaardigheid om de meest adequate strategie te kiezen, uit te voeren en te evalueren om een probleem op te lossen*

bron: autisme centraal





Wat te doen?

- Helpen met maken van haalbare planning
- Zorgen voor voldoende evenwicht tussen ontspanning en inspanning
- Helpen bij het nemen van beslissingen en kiezen van beste oplossing
- Voor en nadelen balans
- Ambulante ondersteuning

Centrale coherentie

Moeite met filterdenken

- *Vaardigheid om in een veelheid van prikkels de samenhang te zien en te kunnen filteren in **belangrijk** en **onbelangrijk***

bron: autisme centraal



Wat te doen

- Helpen overzicht te bewaren
- Regelmatig doorspreken wat iemand heeft meegemaakt en boel op een rijtje zetten
- Ondersteuning bij praktische zaken, bijv. overzicht houden over administratie en huishouden

Andere kijk op autisme

- Theorie van het voorspellende brein/contextblindheid (Peter Vermeulen)
- Theorie van het Socioschema met MAS1P (Martine Delfos)
- Vera Helleman; de kracht van autisme

Sterke kanten

- Eerlijkheid
- Analytische denkvermogen
- Plichtsgetrouw
- Out of the box
- Veel weten over bepaalde onderwerpen
- Detailgericht

Autisme in het dagelijks leven

- Autisme in het gezin/opvoeding
- Autisme in onderwijs en werk
- Autisme en relaties
- Zelfstandigheid en zelfredzaamheid

Handige site:

<https://www.vanuitautismebekeken.nl/autisme-in-het-dagelijks-leven>





itbaar beter

Autisme en werk

<https://youtu.be/Po8W5bh8FqU>

Communicatie

- Letterlijk



- Hoofdzaak en bijzaak
- Grapjes
- Gezichtsuitdrukkingen/lichaamstaal

Communicatie

- Eenduidig en gestructureerd
- Visuele ondersteuning (picto's, schema, agenda's ed)
- Neutraal/voorspelbaar zijn (of uitleggen)
- Metafoor gebruik (wel/niet)
- Kort
- Doorvragen
- Afsluiten met belangrijkste
- 10 seconden regel
- Geef me de vijf (wie, wat, waar, wanneer en hoe)

Begrip

- Voor emoties
- Voor tempo
- Voor andere beleving van de wereld
- Vraagt veel geduld
- Voor 'het anders zijn'

Overprikkeling en onderprikkeling/balans

Prikkelverwerking



Filmpje sensory overload

<https://youtu.be/K2P4Ed6G3gw>



zichtbaar beter

Wat te doen?

- In kaart brengen
 - Tijdig ontprikkelen
 - Ontspanning
 - Beweging
 - Hulpmiddelen: drukvest, stress balletje, noise canceler headset
 - Eventueel: sensorische integratie therapie
- Medicatie



Poll 2



Behandeling

- Diagnostiek en behandeling vanuit GGZ teams
- Psycho-educatie
- Arbeidscoaching: IPS/trajectbegeleiding
- Specifieke behandeling: angst/depressie/PTSS
- Ondersteuning van ervaringsdeskundige/lotgenotencontact
- Aandacht voor familie en naastbetrokkenen
- Herstelwerkplaatsen

Begeleiding

- Ambulante begeleiding: Leviaan, JijbentaaNZ, Kopzorg
- Beschermd wonen
- Behandeling en begeleiding: kliniek autisme

Andere organisaties

Diagnostiek & behandeling

- Dijk en Duin (Parnassia)
- Autismespecialist Castricum
- Queeste
- Autisme gewoon West Friesland

Handige sites

- Nederlandse Vereniging voor Autisme (NVA)
- Autisme centraal
- Vanuit Autisme Bekeken (VAB)
- Nederlands Autisme Register (NAR)
- Personen uit het autismespectrum (PAS)
- Auticafé
- InsideAut (Alkmaar)
- MEE voor algemene informatie
- Netwerk Innovatie & Productontwikkeling Autisme (NIPA)
- Website Annelies Spek

EEN WARM
VOOR AUTISME

