

## HOE GEBRUIK JE DIT BOEK?

Autisme is een moeilijk te vatten begrip, maar als je er als kind mee geconfronteerd wordt door bijvoorbeeld een diagnose bij jezelf of bij iemand uit je omgeving, is het belangrijk om erover te praten. Dankzij dit boek kan dat op een toegankelijke en persoonlijke manier.

*Gewoon een beetje anders dan de rest* is geschikt voor kinderen van zes tot twaalf jaar en bedoeld als voorlees- of samenleesboek, maar het kan ook zelfstandig worden gelezen.

Het verhaal van Stan geeft de lezer een kijkje in het dagelijks leven van een kind met autisme. Aan het eind van elk hoofdstuk staan een aantal reflectievragen. Lees je als ouder, leerkracht of therapeut samen met een kind, dan kun je (een van) de vragen uitkiezen en bespreken. De vragen houden niet allemaal rechtstreeks verband met autisme, maar zijn er wel allemaal op gericht het kind naar zichzelf te leren kijken en te laten verwoorden wat het denkt en voelt. Op die manier kan er op een ongedwongen manier een gesprek tussen kind en volwassene ontstaan.

Omdat kinderen met autisme zo verschillend kunnen zijn en ik het verhaal van één jongen met autisme te beperkend vond, sluit elk hoofdstuk af met uitspraken die ik verzamelde bij zowel jongens als meisjes met autisme tussen zes en twaalf jaar.

De lege kaders die hier en daar in het boek te vinden zijn, willen het kind stimuleren om op zijn eigen manier op creatieve wijze invulling te geven aan zijn interpretatie van en gevoelens bij het verhaal. Dit kan in de vorm van een tekening, een gedicht

of iets anders. Zo krijgt het kind de kans om verder na te denken over de verkregen informatie en er op een speelse, creatieve wijze mee bezig te zijn. Bovendien wordt het boek op die manier, samen met de neergeschreven antwoorden op de vragen, een persoonlijke bundel die het voor het kind gemakkelijker maakt om (zijn) autisme met anderen te bespreken.

Achter in het boek kan het kind zijn eigen autisme (kenmerken) in kaart brengen en krijgt het ook de gelegenheid om tips voor leerkrachten en klasgenoten te delen. Niet aan de hand van een algemene uitleg, maar wel door persoonlijke tips aan te vinken en in te vullen, helemaal op maat van het kind zelf.

Om dieper in te gaan op het hoe en wat van autisme, haalde ik heel wat interessante weetjes uit een uitermate boeiend gesprek met Peter Vermeulen van Autisme Centraal. Ook de Nederlandse Vereniging voor Autisme en de Vlaamse Vereniging Autisme hielpen me aan meer informatie, waarvoor ik ze uiteraard heel dankbaar ben.

Tot slot: laat je helemaal meeslepen in de wereld van Stan en geniet van het verhaal!

Eva Van der Linden



# WAAR IS CAS?

De schoolbel gaat. Stan legt zijn handen over zijn oren. Wat maakt die bel toch vreselijk veel lawaai! Hij gaat naar zijn plaats in de rij, achter Cas en voor Victor. Daar staat hij altijd. Zo voelt het goed. Maar... Waar is Cas nou? Stan krijgt een raar gevoel in zijn buik. Cas staat altijd voor hem in de rij. Waar moet hij gaan staan als Cas er niet is? Juf Pia kijkt hem aan en glimlacht. Stan kijkt gauw weg. Hij voelt zich ongemakkelijk. Waar is Cas? Waarom glimlacht de juf? Waarom voelt zijn buik zo raar? Alles is plotseling zo anders dan normaal. Dat vindt hij helemaal niet leuk. 'Kom maar vooraan staan, Stan,' zegt juf Pia plotseling. Stan schrikt een beetje. Hij had niet verwacht dat ze hem zou aanspreken, maar eigenlijk vindt hij het wel fijn. Nu weet hij tenminste wat hij moet doen. Als iedereen – nou ja, iedereen behalve Cas – in de rij staat, stapt de juf naar het klaslokaal, gevolgd door de kinderen van de klas. Zoals dat altijd gebeurt. Fijn zo!



**Heb jij, net als Stan, soms last van geluiden die te luid klinken?**

*Zo ja, welke geluiden?*

\_\_\_\_\_

*Hoe reageer je daar dan op?*

\_\_\_\_\_

**Vind jij het vervelend of prettig als dingen anders gaan dan normaal?**

*Hoe voel jij je dan? (ongemakkelijk, zenuwachtig, angstig, verdrietig, boos, nieuwsgierig, verrast, enthousiast, blij...)*

\_\_\_\_\_

**Heb jij een juf of meester die jou goed helpt als je het moeilijk hebt?**

*Zo ja, op welke manier helpt hij/zij je dan?*



'Ik vind heel veel geluiden te hard. Ik heb bijvoorbeeld last van de grasmachine, de papierversnipperaar, de schoolbel, mensen die door elkaar praten en van nog veel meer. Ik leg meestal mijn handen over mijn oren of ik ga naar een ruimte waar het stiller is. Op feestjes zeg ik soms dat de mensen moeten zwijgen, maar dan zijn mijn ouders boos op mij.' – Fee, 11 jaar



'Als het regent, moeten we spelen op het overdekt schoolplein. Daar klinkt het lawaai van alle kinderen samen veel te luid. Dat vind ik helemaal niet leuk. Ik zoek dan een plek waar het wat stiller is en zet mijn koptelefoon op.' – Yente, 7 jaar

'Harde geluiden zijn heel vervelend. Als de schoolbel gaat, leg ik altijd mijn handen over mijn oren. Soms heb ik ook last van stille geluiden, zoals mijn broer die geluidjes maakt met zijn ogen, of mensen die smakken aan tafel. Daar word ik dan heel ongemakkelijk en boos van.' – Malia, 10 jaar



'Net als Stan wil ik op school ook altijd dat de dingen hetzelfde gaan als normaal. Eerst begroet ik mijn juf. Dan weet ik zeker dat ze er is en dat maakt me rustig. Daarna begroet ik mijn vriendjes. In de rij heb ik een vaste plaats. Daar mag van mij zeker niemand anders staan. Als ik me ga omkleden voor de gymles doe ik dat ook altijd op dezelfde plaats in de kleedkamer.' – Jelle, 7 jaar

'Ik word soms zenuwachtig als er dingen veranderen. Ik heb dan de hele tijd het gevoel dat ik ergens aan moet blijven denken om het niet te vergeten. Wanneer dingen lopen zoals normaal is dat niet nodig. Als er dingen veranderen op school, worden de andere kinderen soms ook drukker en van die drukte word ik boos.' – Loïc, 11 jaar



'Soms is het ook wel prettig als de dingen anders gaan dan verwacht. Zo vind ik het bijvoorbeeld leuk als we onverwacht bij McDonald's gaan eten in plaats van thuis.' – Pepijn, 12 jaar

*'Ik heb het op school soms moeilijk. Andere kinderen doen vaak heel gek, druk en luid en daar kan ik niet goed tegen. Als dingen wat anders lopen dan gepland, voel ik me in de war, ongemakkelijk, boos en verdrietig. Mijn juf ziet het meestal wel aan me wanneer er iets mis is. Ze vraagt dan wat er scheelt en ik mag van haar even weg van de drukte zodat ik tot rust kan komen.'* – Emma, 12 jaar



## VOOR DE OUDERS (en voor kinderen die graag meer willen weten ☺)

*Peter Vermeulen, Autisme Centraal:*

'Personen met autisme zijn niet zozeer gevoeliger voor prikkels; met andere woorden: ze hebben geen andere zintuiglijke drempels. Ze horen, zien, voelen, ruiken en proeven niet beter dan neurotypische mensen. Wél reageert een autistisch brein heviger op bepaalde prikkels. Dat heeft erg te maken met de voorspelbaarheid van prikkels en dus niet alleen met hun sterkte. Aangezien personen met autisme de context van situaties niet goed kunnen inschatten, komen prikkels voor hen dikwijls geheel onverwacht. Daardoor kunnen zachte prikkels even storend en soms zelfs storender zijn. Prikkelarme omgevingen zijn daarom niet altijd autismevriendelijk. Soms kan bijvoorbeeld muziek in de klas de concentratie bevorderen omdat kinderen dan niet afgeleid raken door allerlei (veelal zachte) geluiden in de omgeving. Muziek is voorspelbaarder en dus beter te verdragen voor een autistisch brein.

Waar personen met autisme gemakkelijk overprikkeld kunnen raken, is ook onderprikkeling een niet te onderschatten fenomeen. Het gebeurt dat een autistisch brein eenvoudigweg niet reageert op bepaalde prikkels. Denk bijvoorbeeld aan pijn of honger. Sommige personen met autisme zijn niet in staat om deze prikkels te voelen, wat vanzelfsprekend vervelende gevolgen kan hebben.'

'Een geluiddempende koptelefoon kan een goede oplossing zijn op korte termijn. Hij filtert geluidsprikkels weg en dat kan voor comfort en rust zorgen als een kind overstuur is. Wanneer iemand er echter te vaak gebruik van maakt, past zijn brein zich aan en kan hij uiteindelijk minder goed tegen geluidsprikkels. Een kind – in een zo voorspelbaar mogelijk kader – laten wennen aan geluid en het er zo mee leren omgaan, is dus eigenlijk een betere strategie.'

