

Autisme als spectrum

Variatie & diversiteit binnen ASS

ASS is geen één profiel

Autisme ziet er bij iedereen anders uit.

Er bestaat niet één vorm van autisme, maar een breed spectrum aan verschillen.

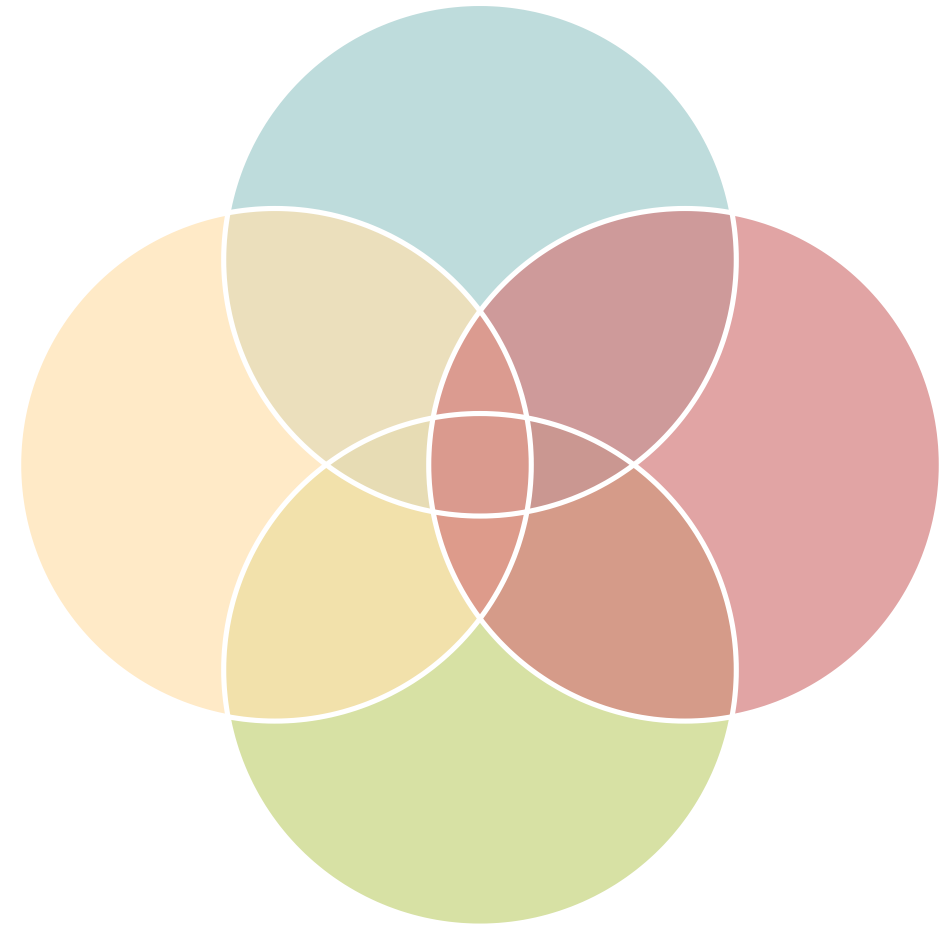
Wat betekent 'spectrum'?

Een spectrum betekent:

- geen vaste indeling
- geen rangorde van "licht" naar "ernstig"
- maar variatie in kenmerken, intensiteit en impact



- Twee mensen met ASS kunnen totaal verschillend zijn.
- Behoeftte kan per levensfase en situatie veranderen



Prikkelgevoeligheid

- Overgevoelig, ondergevoelig of wisselend
- Geluid, licht, aanraking, geur of interne signalen
- Wat voor de één te veel is, is voor de ander juist prettig

Ondersteuningsbehoefte

- Praktische ondersteuning
- Emotionele ondersteuning
- Structuur, rust, hulpmiddelen of aanpassingen



Energie & belastbaarheid

- Sneller overprikkeld of juist lang gefocust
- Verschillen in herstelbehoefte
- Sociale situaties kosten niet iedereen evenveel energie

Communicatie

- Praten vs. weinig praten
- Letterlijk vs. contextgevoelig
- Behoeftte aan duidelijkheid en voorspelbare taal verschilt

ASS is een ontwikkelingsverschil in hoe informatie, prikkels en sociale signalen worden verwerkt.

Waarom een 'spectrum'?

- Mensen met ASS delen kenmerken
- Vorm, intensiteit en impact verschillen per persoon
- Verschillen kunnen per fase, situatie en omgeving veranderen

Sterke kanten binnen het spectrum

- Diepgaande focus
- Oog voor detail
- Eerlijkheid en rechtvaardigheidsgevoel
- Creativiteit en associatief denken
- Doorzettingsvermogen binnen interesses

Waarom wordt ASS soms laat herkend?

- Maskeren en aanpassen
- Past niet altijd in stereotype beeld
- Verschillen tussen mannen en vrouwen
- Misdiagnoses (angst, depressie, burn-out)

Zichtbaar functioneren ≠ innerlijke belasting

Wat je ziet

- Meedoen
- Praten
- Werken/leren
- Zelfstandig functioneren

Wat je niet ziet

- Prikkelverwerking
- Sociale analyse
- Energieverbruik
- Zelfcontrole
- Hersteltijd

- Iemand kan naar buiten toe goed functioneren, terwijl dit intern veel energie kost.
- Bij ASS is het vaak nodig om prikkels te filteren en gedrag bewust aan te passen.
- Dit noemen we maskeren.



Goed functioneren aan de buitenkant zegt niets over de belasting aan de binnenkant.