

# Tips voor het omgaan met kinderen met Autismespectrumstoornis (ASS)

- **Sociale communicatie**

Voor kinderen met autismespectrumstoornis (ASS) kan het lastig zijn om sociale situaties in te schatten en zich in te leven in anderen. Dat kan komen doordat ze bijvoorbeeld het geheel niet overzien of non-verbale informatie missen. Dit kan ervoor zorgen dat ze opmerkingen maken die als ongepast kunnen worden ervaren. Het is belangrijk je te realiseren dat deze opmerkingen vaak voortkomen uit onmacht en niet uit onwil. Je kunt de situatie met je kind bespreken en voordoen hoe hij/zij het de volgende keer aan kan pakken maar bedenk je wel dat dit iets is wat moeilijk blijft. Probeer er ook de humor van in te zien.

- **Duidelijkheid en structuur**

Kinderen met ASS hebben veel behoefte aan duidelijkheid en structuur. Omdat zij vaak gedetailleerd waarnemen en moeite hebben met oorzaak-gevolg redenering, kan het voor hen lastig zijn om het geheel te overzien en structuur aan te brengen. Dit kan angst en frustratie met zich meebrengen. Door voor te structuren, maak je het je kind een stuk gemakkelijker (wie, wat, waar, wanneer). Je kind weet op deze manier waar het aan toe is en wat er van hem/haar verwacht wordt. Wanneer je een dagplanning bespreekt, maak hierbij dan gebruik van concrete taal: “nadat je je boterham op hebt gaan we naar de winkel” is veel duidelijker dan “we gaan zo naar de winkel”.

- **Overprikkeling**

Net als iedereen krijgen ook kinderen met ASS de hele dag door informatie binnen via de zintuigen. Kinderen met ASS zijn over het algemeen alleen wat sneller overprikkeld door al deze informatie omdat het filter dat ervoor zorgt dat niet alle prikkels even hard binnenkomen, minder goed werkt. Prikkel kun je zien als druppels die in een emmer vallen. Op een gegeven moment raakt de emmer vol en kan één druppel (prikkel) de emmer doen overlopen, wat onder andere kan leiden tot angst, paniek en woede. Niet alleen externe prikkels maar ook interne prikkels zoals gevoelens en gedachten zorgen ervoor dat de emmer gevuld wordt. Probeer als ouder te ontdekken welke prikkels er bij jouw kind voor zorgen dat zijn/haar emmer gevuld wordt. Door te herkennen op welke prikkels je kind heftig reageert kun je op tijd rustmomenten inlassen. Voor het slapen gaan kan het helpen om met je kind de dag te evalueren. Welk cijfer krijgt deze dag? Wat was er leuk? Wat was er vervelend? etc. Op deze manier kan je kind de dag verwerken en zal hij/zij gemakkelijker in slaap kunnen vallen. Daarnaast krijg je als ouder op deze manier meer inzicht in wat er in je kind omgaat.

- **Driftbuien**

Zoals je eerder al hebt gelezen hebben kinderen met ASS veel behoefte aan duidelijkheid en structuur. Wanneer er plotseling iets verandert kan dit veel stress veroorzaken. De overprikkeling die daarop kan volgen kan zorgen voor flinke driftbuien of paniekaanvallen. Door aankomende veranderingen op tijd aan te geven en op die manier zo voorspelbaar mogelijk te zijn, kun je de driftbuien zoveel mogelijk beperken. Wanneer het toch tot een driftbui komt, communiceer dan zo duidelijk mogelijk en maak daarbij geen gebruik van beeldspraak. Beeldspraak wordt vaak letterlijk genomen en kan daarom verwarrend zijn. Realiseer je ook hier dat er vaak sprake is van onmacht en niet van onwil. Probeer zelf niet mee te gaan in de woede, maar probeer samen met je kind te zoeken naar een manier om weer tot rust te komen. Het kan hierbij helpen de situatie te bekijken middels een ‘helicopter view’. Zoom uit en probeer je te verplaatsen in je kind. Waarom reageert mijn kind op deze manier?