



Autisme: als je brein wél een handleiding heeft, maar de rest van de wereld niet

Er bestaan mensen die een kamer binnenlopen en denken: *“Gezellig hier.”*

En er bestaan mensen die een kamer binnenlopen en denken: *“Waarom staat die stoel daar?”*

Welkom in de wereld van autisme.

Een autistisch brein is namelijk niet per definitie een defecte versie van een normaal brein. Het is eerder een computer waarop iemand Windows heeft geïnstalleerd terwijl de rest van de wereld op een oude rekenmachine draait.

En vervolgens vraagt iedereen zich af waarom er compatibiliteitsproblemen ontstaan.

“Doe maar normaal”

Een van de mooiste eigenschappen van de mens is dat we voortdurend van elkaar verwachten dat we “normaal” doen.

Maar wat is normaal?

Je collega vraagt:

“Heb je misschien even tijd?”

Een neurotypisch persoon zegt:

“Ja hoor.”

Een autistisch persoon denkt:

Hoeveel tijd? Waarvoor? Wanneer? Waarom zeg je ‘misschien’? Is het nu of later? Is dit een verzoek of een mededeling? En waarom zeg je ‘even’ als je eigenlijk twintig minuten bedoelt?

De collega:

“Kun je om drie uur?”

“Waarvoor?”

“Dat vertel ik dan wel.”



En daar gaat het mis.

Want een autistisch brein houdt van informatie.

Niet van verrassingen.

Een verrassing is tenslotte gewoon informatie die te laat is aangeleverd.

Het probleem met “straks”

“Straks” is voor veel mensen een prima tijdsaanduiding.

Voor een autistisch brein is “straks” ongeveer hetzelfde als zeggen:

“Ergens tussen de middeleeuwen en 2047.”

Wanneer is straks?

Over vijf minuten?

Een half uur?

Vanmiddag?

Volgende week?

Of dat mysterieuze “straks” dat sommige mensen gebruiken terwijl ze eigenlijk helemaal niet van plan zijn iets te doen?

Geef een autist een exacte tijd en de wereld wordt overzichtelijk.

“Om 14.30 uur.”

Prima.

“Rond een uur of drie.”

Onrust.

“Misschien later.”

Paniek.

“We zien wel.”

We zien helemaal niks.



Een gesprek is soms ook een puzzel

Dan heb je nog de communicatie.

Een neurotypisch persoon zegt:

“Je hoeft je geen zorgen te maken.”

Een autist denkt:

Waarom zegt hij dat? Ik maakte me helemaal geen zorgen. Nu maak ik me zorgen. Waarover moet ik me zorgen maken?

Of:

“Je begrijpt wat ik bedoel.”

Nee.

Dat is precies het probleem.

Als iemand iets bedoelt, zeg het dan gewoon.

Het is een merkwaardige menselijke gewoonte om iets anders te zeggen dan wat je werkelijk bedoelt en vervolgens geïrriteerd te raken wanneer iemand het letterlijk neemt.

“Het is hier een beetje koud.”

Autist:

“Zal ik de verwarming hoger zetten?”

“Nee, ik bedoelde eigenlijk dat jij het raam dicht moet doen.”

“Maar waarom zei je dat dan niet?”

Stilte.

Omdat niemand daar een goed antwoord op heeft.

Sociale regels die niemand ooit heeft uitgelegd

Er zijn ook talloze sociale regels.

Je moet iemand aankijken als je met hem praat.



Maar niet te lang.

Want dan staar je.

Je moet interesse tonen.

Maar niet te veel.

Want dan ben je intens.

Je moet vragen hoe het met iemand gaat.

Maar het antwoord is meestal:

“Goed.”

Ook als het helemaal niet goed gaat.

Vervolgens moet je zeggen:

“Fijn!”

En daarmee is het sociale protocol voltooid.

Een autistisch brein kan daar soms naar kijken en denken:

“Wat zijn jullie eigenlijk aan het doen?”

En eerlijk gezegd is dat een uitstekende vraag.

Geluid is geluid. Behalve als het irritant is.

Dan hebben we nog prikkels.

Voor sommige mensen is een piepje gewoon een piepje.

Voor een ander is het:

PIEP.

PIEP.

PIEP.

En na zeven minuten begint het brein een persoonlijke vendetta tegen de fabrikant van het apparaat te ontwikkelen.



Hetzelfde geldt voor een tl-lamp die zachtjes zoemt.

Voor de meeste mensen:

“Niks aan de hand.”

Voor een overprikkeld brein:

“Dat ding zoemt al twintig minuten op 50 hertz. Waarom doet niemand hier iets aan?”

En dan zegt iemand:

“Je moet het gewoon negeren.”

Dat is ongeveer hetzelfde als tegen iemand met een brandalarm naast zijn hoofd zeggen:

“Probeer er niet op te letten.”

Autistische eerlijkheid

Een ander interessant fenomeen is eerlijkheid.

Vraag aan een autist:

“Vind je mijn nieuwe kapsel mooi?”

Je krijgt mogelijk een antwoord.

Geen sociaal wenselijk antwoord.

Geen diplomatiek antwoord.

Gewoon een antwoord.

“Nou... nee.”

En daar staat de ander dan.

Verontwaardigd.

“Dat kun je toch niet zomaar zeggen?”

“Je vroeg het.”

Daar zit precies het probleem.

Veel mensen willen geen antwoord.



Ze willen bevestiging.

Dat zijn twee totaal verschillende diensten.

Maar het mooiste is misschien de hyperfocus

Als iets interessant is, kan een autistisch brein ineens veranderen in een soort onderzoeksinstituut.

Je stelt een eenvoudige vraag:

“Wat weet je eigenlijk van horloges?”

Vijf uur later weet je alles over mechanische uurwerken, Valjoux-uurwerken, tandwielverhoudingen, productiejaartallen en waarom jouw horloge uit 1974 waarschijnlijk een andere wijzerplaat heeft dan het exemplaar uit 1975.

En jij wilde eigenlijk alleen maar weten hoe laat het was.

Dat is het mooie.

Waar anderen zeggen:

“Dat is wel heel veel informatie.”

Zegt een autistisch brein:

“Wacht maar. Ik ben nog maar net begonnen.”

Misschien is het probleem niet altijd het autistische brein

Misschien moeten we soms niet vragen:

“Hoe krijgen we iemand met autisme zover dat hij zich aanpast aan de wereld?”

Maar ook:

“Waarom is onze wereld zo ingewikkeld ingericht?”

Waarom moet je tussen de regels door lezen?

Waarom moet een afspraak “ongeveer” zijn?

Waarom zeggen mensen “geen probleem” terwijl er duidelijk wel een probleem is?



Waarom moet je sociaal doen alsof je interesse hebt in het weer terwijl niemand werkelijk zit te wachten op een analyse van de luchtvochtigheid?

Autisme laat soms iets merkwaardigs zien:

de wereld is helemaal niet zo logisch als we zelf denken.

Het verschil is dat neurotypische mensen daar meestal gewoon aan gewend zijn.

Een autistisch persoon vraagt vervolgens:

“Maar waarom doen we dat eigenlijk?”

En daar begint het ongemak.

Want soms is het eerlijke antwoord:

“Geen idee. Dat doen we gewoon.”

En misschien is dat wel de meest autistische vraag die je iemand kunt stellen:

“Waarom?”

Want achter dat ene woord kan een hele wereld zitten.

Een wereld waarin logica belangrijker is dan sociale toneelstukjes, duidelijkheid waardevoller is dan vage hints en eerlijkheid soms belangrijker wordt gevonden dan beleefdheid.

En eerlijk gezegd?

Daar kunnen we allemaal nog iets van leren.

Al zou ik wel willen voorstellen om voortaan gewoon duidelijk af te spreken hoe laat.

Want “straks” is geen tijdstip.