

Altijd anders dan gedacht

Altijd anders dan gedacht

Klaske van der Weide

Schrijver: Klaske van der Weide
Coverontwerp: Running horse
ISBN: 9789403658278
© Klaske van der Weide

*Voor Jonathan, Caspar, Raphaël,
die mij het meeste geleerd hebben
over (mijn eigen) autisme*

Aanbeveling

In dit boek weet Klaske van der Weide in haar geheel eigen stijl - helder en beeldend - over te brengen hoe haar autistische belevingswereld eruitziet, klinkt, voelt, ruikt en proeft. Klaske heeft het talent om haar eigen gedachten, gevoelens en gedrag uitmuntend te verwoorden, met precisie en de nodige, gezonde dosis ironie. Het is een waar genoegen en genot om haar gedachtegang te volgen en daarin mee te deinen op de golven van haar geest. Ze kenmerkt zich daarmee als een autistische auteur: ze houdt van duidelijkheid, zorgvuldige bewoordingen en volgt haar eigen trant van redeneren, waarbij haar gevoel haar soms wat af voert van de oorspronkelijke, op verstand ingezette koers, maar altijd weer naar een betekenisvolle bestemming toe leidt.

Inhoudelijk snijdt Klaske relevante onderwerpen aan. Ze is cultuur kritisch, waarbij ze reflecteert op de neiging in onze huidige samenleving om te zenden, zenden, zenden. Ze benadrukt het belang van goed ontvangen, luisteren, lezen en observeren, wat getuigt van de door haar opgedane levenswijsheid.

Ze moedigt de lezer aan, in deze wereld van een brij aan informatie: lees veelzijdiger, luister dieper, onderzoek echter en denk zelf!

Haar levenservaring en mensenkennis blijken uit haar bespiegelingen over 'oude wijn in nieuwe zaken', namelijk dat mensen geneigd lijken om dingen te verkondigen die al eerder verkondigd zijn, maar deze (wellicht vanuit eigen belang, eerezucht of winstbejag?) te presenteren alsof het gloednieuwe, 'innovatieve' inzichten zijn. Hou daar toch eens mee op, lijkt haar boodschap. Erg ontnuchterend in roerige tijden waar soms de over elkaar heen buitelende, wat opgeklopte ego's het lijken te gaan winnen van het gezonde verstand en een stabiel gevoel.

Dit boek is dus geen makkelijke of luchtige kost, die je even snel weg stouwt als tussendoortje.

Het heeft een hoge informatiedichtheid en leidt de lezer langs grote levensthema's en complexe vraagstukken, zoals zingeving, de menselijke aard en de kneedbaarheid van menselijk gedrag. Die inhoud maakt het boek dus juist heel voedzaam!

Als je in plaats van het grote aanbod van vrij nietszeggende schijnwijsheden behoefte hebt aan diepergaand filosoferen en inspireren, dan zit je hier goed!

Dr. Kirstin Greaves-Lord

- *Universitair Docent bij de Faculteit Gedrags- en Maatschappij Wetenschappen, Afdeling Psychologie, Rijksuniversiteit Groningen*
- *Senior Onderzoeker en Cognitief Gedragstherapeut in opleiding bij het Autisme Team Noord-Nederland, Jonx, onderdeel van Lentis*
- *Proces facilitator van de Academische Werkplaats Autisme*
- *Programmaleider van Levensloop Leerlijnen*

Inhoudsopgave

Aanbeveling	5
Inhoudsopgave	7
Autisme als anakoloet.....	10
Tussenwoord	14
Wachten	17
Onbehagen, <i>onrust, paniek!!!!</i>	19
De zegen van blindheid	22
Silence is golden, but my eyes still see	25
Contekstueel	28
Handicap die kansen biedt.....	30
'Oh, dat heb ik ook!'	32
Taalver(kr)achting	34
Wie veel leest kan veel verhalen	37
Predikantelend.....	41
Jezelf tegenspreken.....	44
Uit de kast of zoiets, maar was er wel een kast?	46
Waarom ik niet altijd weet wie je bent.....	48
De letterlijkheid van taal	50
Het nut van gesloten vragen communicatie.....	52
Bubblegum.....	54
x-vriendelijke samenleving	57
Knallende start.....	60
Huishouden is makkelijk!	62
Daar was het weer!	63
O v e r prikkeld.....	65
Wachten, maar waarop?	69

Glijdende schalen.....	73
Camouflage geeft kleur!	76
Heb jij je mening al gegeven vandaag?	80
Ruisende klanken	83
Overprikkeld (2)	86
Schakelen.....	88
Misplaatste gevoelens.....	91
De waarde van hulp	94
Beuzelarijen en hun zinvolle betekenis	98
In de ban van Corona (21 maart 2020)	101
Vluchten kan niet meer	104
De 3e wereldoorlog is begonnen (tegen Corona)	109
Mijmeringen in de (Corona)autismeweek	111
Terugblik op autismeweek in coronatijden.....	114
Verschil mag er zijn!	121
Het geluk is met de dommen.....	125
Voorlopige conclusies uit de coronatijd.....	128
7 jaar na de diagnose, een analyse.....	135
Au(toma)tisme(n).....	138
Vermoeidheid, het houdt nooit op.....	142
Vluchten kan niet meer (2)	144
Alles in vertraging.....	148
Een label? Nee, een handleiding!.....	152
Emoties en gevoelens, wat moet je er nou mee?	157
Te veel gevraagd.....	160
Voor je beurt praten.....	166
Beschermende maatregelen.....	168
VR of visuele rompslomp?.....	170
Het komt te paard en gaat te voet.....	175

Nawoord	178
Literatuurlijst.....	180

Autisme als anakoloet

Associatief denken is de kern van hoe mijn hoofd functioneert en zo realiseerde ik me zojuist ineens iets doordat ik een blog las van een lotgenoot

- raar woord, maar geeft aan wat ik bedoel, dus het minst slechte woord in dit geval, denk ik, tot ik me te zeer erger aan dat woord en het toch liever vervang door een ander woord, dat de lading ook dekt, de vlag heeft die past bij wat ik wil uiten als ik een woord kies. Ja, dit is een raar intermezzo, om je even een inkijkje te geven in hoe mijn hoofd dat dus flikt, dit is nog maar een fractie van wat er in een fractie van een seconde (splitsecond wou ik noteren, maar ik besloot Engels te willen vermijden) in mij opkomt, puur door het noteren van 1 woord! Kun je nagaan hoe druk mijn hoofd het gemiddeld genomen heeft, gezien de stortvloed van woorden die ik er in een seconde uit kan gooien, of dat nu getikte zijn (duh, dit gaat niet over 'gestoord', raar hoofd!) of gesproken woorden zijn. -

De zin eindigt niet meer, want het was wel helder, hoewel ik hou van zinnen die een begin en einde hebben en niet in een anakoloet ontspreken of de weg zo kwijtraken dat het onnavolgbaar wordt. Gelukkig kan dat op papier, want hardop denkend zo praten zou mijn omgeving daadwerkelijk gaan ergeren (ik wou irriteren schrijven, maar dat hoort niet, dat is niet het juiste woord, wordt me telkens uitgeduid, al vergeet ik steeds wanneer irriteren dan wel gebruikt kan en ergeren niet nodig is).

Wat ik bedacht is iets dat ik nog niet eens begon uit te duiden, terwijl we alweer vele zinnen ver zijn in deze blog.

Hum.

Zo raak ik dus telkens van de focus af.

Ik bedacht me, dat ik een coping strategie heb, die me uitsluitend helpt omdat het een coping strategie voor me is en in feite helder maakt dat ik op het moment dat ik die strategie toepas te maken heb met een te stressvolle periode in mijn bestaan, waardoor ik trucjes toe moet gaan passen om nog naar behoren te blijven functioneren.

Ik kwam op deze gedachte door zowel de inhoud als de vorm van de blog van mijn lotgenoot. (lotgenoot is in dit geval: iemand die goed in staat is een normale baan op hoog niveau vol te houden en dan op latere leeftijd de diagnose autisme krijgt, omdat er levensomstandigheden zijn die het volhouden ingewikkeld gemaakt hebben)

Ik zag bij de blog een heel fijn rijtje tags staan en ook nog een mooi overzicht waarin beeldend helder werd welke woorden op de blog veelvuldig voorkomen. Ik hou van dat soort overzichtelijkheid, bedacht ik me. En ik vroeg me in dezelfde seconde af waarom het me dan toch niet lukt om zelf dergelijke dingen toe te passen op mijn blog, waarom ik daar zo inconsequent en rommelig mee omga.

Nou, in feite, zo bedacht ik me, ben ik helemaal niet zo van gestructureerd omgaan met creatieve uitingen. Ik schrijf mijn blogs zoals ik denk, het stroomt uit mij en komt vrijwel zonder correctie in de openbaarheid. Ik schrijf zoals het in mijn hoofd opkomt op dat specifieke moment. Dat wil niet zeggen dat ik maar wat neerpen, het is wel degelijk doordacht, maar het is in een razend tempo zich gaan roeren in mijn hoofd en ineens voel ik dan dat ik NU moet gaan schrijven en als ik dat dan doe stroomt er iets zinvols naar buiten. In ieder geval zinvol voor mij.....laat ik bescheiden blijven.

Doordat ik zo te werk ga, min of meer lukraak, als een kunstenaar die de momenten van inspiratie onmiddellijk pakt, ongeacht andere bezigheden of het tijdstip van de dag of nacht, is het vrijwel niet te doen om gestructureerd te zijn met mijn blogs. Er zit geen plan achter, hoewel er wel degelijk een idee aan ten grondslag ligt. Er zit geen structuur in, hoewel er wel degelijk een ordening in plaatsvindt. Er zit geen regelmaat in, hoewel er wel degelijk een ritme aan te tonen is.

Ik golf mee met mijzelf en ontdek al schrijvend meer over mijzelf en over mijn autisme en en passant kan ik ook nog het een en ander aanreiken aan meelezende anderen.

Ik hoop uiteraard op lezers. Maar ben daar nooit op uit als ik schrijf. Ik ben mijn eigen lezer en bied mijn schrijfsels aan aan wie er wat aan heeft of puur uit interesse er kennis van nemen wil.

Toch zat het me ineens dwars, dat ongestructureerde.

Want ik word wel degelijk blij van structuur en orde en helderheid en meer van dat soort zaken.

En ik herinnerde me hoe ik in mijn werk als predikante, als dingen me wat over de schoenen dreigden te gaan lopen, heel erg goed was in schema's maken en structuur aanbrengen en lijstjes maken en die dan afwerken en op die manier mijzelf goed te laten blijven functioneren. En ik werd daar dan altijd enorm blij van. Het gaf houvast. Zekerheid. Logica. Allemaal dingen waar ik dringend behoefte aan heb als er veel op me afkomt.

Mijn hoge intelligentie hielp me op die momenten om te bedenken wat me zou kunnen helpen en mijn aangeboren discipline hielp me om dan ook die gedachten om te zetten in daadkracht.

Nu ik niet meer werkzaam ben als predikante en fulltime mantelzorger ben, naast nog wat andere zaken, merk ik met enige regelmaat dat als het me wat teveel dreigt te worden het systeem van schema's maken en lijstjes heel behulpzaam is om weer overzicht te krijgen. Toch voelt het onbehaaglijk, omdat het leven nu eenmaal organischer is dan een baan dat is, die toch wel degelijk vaste structuren kent en heldere taken.

Ik merk in mijn huidige bestaan dat ik liever 'lukraak' en 'ad hoc' mijn dagen en uren invul en niet zo gesteld ben op de vastigheid die me wel degelijk iets te bieden heeft.

En als het goed met me gaat, als ik 'in groen' leef (in mijn geval ook tamelijk letterlijk op te vatten, ik leef op als ik veel in de tuin aan de slag kan of om andere redenen veel buiten in de groene omgeving me bevind waar ik woon), ben ik prima in staat om in de willekeurigheid van alledag mijn dagen een zinvolle invulling te geven waar ik aan het einde van de dag tevreden op terug kan kijken.

Dan schrijf ik 'als vanzelf' en komen de woorden in een stroomlijn uit mij rollen, zonder dat ik zelf daar nog structuur aan toe zou hoeven voegen om het te verduidelijken.

Pas als het minder goed gaat, ik me teveel 'binnen vier muren' bevind in mijn bestaan en het gevoel krijg dat ik 'geleefd word' en 'geen eigen ruimte heb' in de uren van mijn dag, begint mijn wereld meer oranje te kleuren en heb ik meer en meer behoefte aan iets dat zorgt dat ik het groen weer zie.

Orde in tijd en ruimte helpt dan, dus dan ga ik op vaste momenten eten en drinken en mijn huis opruimen, alles in een poging om weer

grip te krijgen op mijzelf en me terug te brengen naar het aangename groen, waarin ik de hele wereld aankan en mijzelf eveneens.

Heel soms bevind ik me in rood, de alarmfase, waarin je me niet te na moet komen en zeker geen eisen aan me moet stellen en me juist wel moet helpen de orde en regelmaat er in te houden, omdat ik dat dan niet meer voor elkaar krijg op eigen kracht.

In dergelijke perioden is het noodzakelijk dat mijn blog overzichtelijk is als ik iets zoek dat ik ooit schreef.

En juist dan mis ik die ordening. Een ordening die ik slechts aan zou kunnen brengen in de groene fase. Alleen, dan heb ik er totaal geen behoefte aan! Omdat ik dan zonder moeite vind wat ik zoek, omdat ik een geheugen heb en een snelheid van zoeken die een prima combinatie vormen.

Dan vind ik het hooguit voor mijn lezers relevant dat ze op thema zouden kunnen zoeken binnen mijn teksten. Maar om alleen voor anderen iets te doen, terwijl niemand ooit me gemeld heeft dit te missen, is een overbodige handeling die ik hoe dan ook achterwege laat, want 'wat ik lastig vind pak ik niet op' (hier citeer ik de blog van mijn lotgenoot).

Mijn conclusie is dan ook, dat ik, als persoon, een chaotische rommelige creatieve geest ben, die houdt van organische processen (tuinieren is niet voor niets mijn passie) en door autisme een sterke drang tot logica ontwikkeld heeft, die me in staat stelt orde te ervaren in de meest rommelige situatie. Omdat ik die orde wel ervaar en weet dat ik baat erbij heb dat ik dat ook eenvoudig kan zien, heb ik mezelf als coping strategie aangeleerd om orde aan te brengen als de chaos te groot wordt. Orde in mijn hoofd, orde in mijn spullen, orde in mijn dagen.

Maar om dat te doen is groen noodzakelijk en om groen te behouden heb ik ondersteuning nodig om uit het oranje en rood te blijven.

Ik denk dat ik deze blog als voorbeeld kan gebruiken van hoe mijn geest me helpt en dwars zit tegelijkertijd.

Want ik weet niet hoe het jou als lezer vergaat, maar ik krijg zelf nu al schrijvend de indruk, dat ik met een anakoloet bezig ben!

Tussenwoord

Ik viel met de deur in huis in dit boek. Zoals gebruikelijk is wanneer je je uitdrukt in blogteksten. Maar dit is een boek. Een gedrukte versie van wat in losse afleveringen verschenen is op de blog* die de naam van dit boek draagt en nog steeds in de lucht is en zelfs meer en andere teksten bevat dan wat in dit boek een plek vond.

Waar de blog geschreven is vanuit het autistische perspectief (hoe zou dat anders kunnen, ik ben immers de auteur) en daarbij allerlei thema's aansnijdt, is in het boek gekozen voor slechts die teksten die daadwerkelijk iets te vertellen hebben over (mijn) autisme.

Er zijn vele boeken over autisme. Er zullen er nog vele gaan verschijnen.

De reden is eenvoudig, autisme is iets dat weliswaar een gezamenlijke noemer is, maar van toepassing blijkt op zeer diverse mensen. En aangezien iedereen een eigen stijl en voorkeur heeft, zullen er ook zeer veel stijlen en voorkeuren mogelijk zijn om te schrijven over autisme en wat dat concreet betekent voor een mens.

Dit boek voegt zich in de stapel, omdat er nog veel te weinig boeken verschenen zijn waarin aandacht is voor de denkwijze van iemand die zich bevindt in een autistisch lichaam.

Welke gedachtesprongen zijn er in dergelijke hoofden?

We hebben amper een idee.

Welke associaties vinden er plaats?

We kunnen er geen voorstelling van maken.

Simpelweg omdat denken een hoogst individuele bezigheid is en het dus voor iedereen een andere uitkomst zal kennen.

Toch zijn er hier en daar wel degelijk patronen herkenbaar en lijnen te trekken en punten te zetten waaruit blijkt wat er anders is aan een autistisch denkhoofd.

* altijdandersdangedacht.blogspot.com

Mogelijk ga ik in dit boek teveel uit van mijn eigen denkhoofd, dat ook nog eens goed geschoold, zeer belezen en uitermate creatief is, maar ik verwacht toch dat veel mensen met (en zonder) autisme iets zullen kunnen herkennen of er minimaal door aan het denken gezet worden over hun eigen wijze van denken en in hoeverre dat wel of niet beïnvloed wordt door factoren als gevoel of levensgeschiedenis.

Ik heb geen enkele moeite gedaan persoonlijke zaken weg te filteren uit dit boek, omdat ik van mening ben dat gedachtegangen vaak veel beter te volgen zijn als er ook iets van persoonlijke informatie gedeeld is.

Het boek pretendeert niets, het is slechts een weergave van wat ik op mijn bestaande blog deel met de wereld over wat er in mijn eigen hoofd gebeurt en ik graag analyseer om er zelf wat overzicht op te houden.

Voor mij was teruglezen van de blogteksten hier en daar ook een feest van herkenning. Het 'oh ja, zo zat dat!' kwam regelmatig naar boven.

De eerste tekst in dit boek is een relatief recente, ontstaan in juni 2020.

De tekst na dit tussenwoord dateert van relatief kort na mijn diagnose, maart 2014.

Vanaf deze tekst zijn de teksten chronologisch geplaatst, zodat dit ook een overzicht schetst van hoe mijn denken over mijn eigen autisme zich door de jaren heen verder ontwikkelde en vormde.

Die weg is nooit ten einde, is mijn verwachting, al bevind ik me momenteel op een plateau waar het goed toeven is.

Om het boek te completeren heb ik een literatuurlijst toegevoegd van boeken waar ik de afgelopen jaren me in verdiept heb en/of waarvan ik meen dat ze de lezer wellicht verder kunnen helpen.

Klaske van der Weide

(contact met de auteur?

mailen kan naar hendrikjefictorie@gmail.com)

Wachten

Waar ik nou een broertje aan dood heb in het leven is het fenomeen wachten.

Wachten totdat de bus of trein arriveert, wachten totdat je aan de beurt bent bij de kassa, wachten totdat een bijeenkomst begint, wachten totdat huisgenoten thuiskomen, wachten totdat de postbode langskomt, wachten totdat een e-mail beantwoord wordt, wachten tot de telefoon gaat, wachten tot de bel gaat, wachten tot een bepaalde tijd is aangebroken, wachten is eindeloos en de lijst van mogelijke situaties van wachten is oneindig. Het meest ergerlijke aan al die vormen van wachten is dat ze ook nog eens tegelijkertijd plaats kunnen vinden. Tientallen berichten de wereld in sturen en wachten op een reactie, ondertussen op weg naar een afspraak gaan en moeten wachten op bus en/of trein, wachtend tot je aan de beurt bent om in te stappen of eerder al je kaartje te regelen en te midden van dat letterlijke wachten ook nog het meer abstracte wachten op een doorbrekende zon, het arriveren van een ander jaargetijde, de verandering van levensomstandigheden, het gaat maar door.

Wacht even.....is er niet iets aan te doen, aan al dat wachten?

Als wachten nu eens niet een passieve verlamrende blokkerende bezigheid zou zijn, maar een uitgelezen kans?

Wat als wachten de spontaan geschonken ruimte is die tijd geeft om je bezig te houden met dat wat alleen jouzelf kan bezighouden, de gedachten in je eigen hoofd?

Is wachten dan niet juist de beste bezigheid die er te bedenken is?

Is wachten in feite geen vorm van jezelf met jezelf mogen vermaken zonder inmenging van wie of wat dan ook?

En als wachten dat is, is wachten dan niet een fenomeen dat te omhelzen is als een geschenk uit de hemel dat je op een nieuw spoor kan zetten dat het rangeerterrein met vlotte vaart verlaten kan?

Zo bezien is wachten niet snel lang genoeg.

Zo bezien is wachten een oase van rust, temidden van de hectiek van alledag.

Zo gezien is wachten een ruimte en tijd die ongekende vergezichten openen kan.

Voortaan dus geen ongeduld meer als wachten aan de orde is.
Voortaan geen onrust meer of innerlijk verzet, voortaan slechts een kalme ingetogenheid en innerlijke vrede, want wachten, dat is mogen zijn in het moment, zolang het wachten die ruimte en tijd geven kan.