

Samen Op Weg

Over mijn gesprekken met een normaal begaafde vrouw met autisme



Onderzoeksrapport
Master SEN Autismespecialist
Begeleid door I.M. van der Sommen, MA

Ellen Huisman
Noordeinde 9, 6852 JB HUISSEN
e.huisman@student.fontys.nl
ellen.huisman@hetnet.nl
Studentnummer: 2146770

Opleidingscentrum Speciale
Onderwijszorg
Fontys Hogescholen Utrecht

Huissen, 2010-2011

Inhoudsopgave

1	Samenvatting	2
2	Aanleiding en onderzoeksvraag	3
3	Theoretisch kader	5
3.1	<i>Volwassen vrouwen uit het autisme spectrum</i>	5
3.2	<i>Het belang van beeldvorming bij autisme</i>	5
3.3	<i>Gespreksvoering</i>	6
3.4	<i>Oplossingsgerichte gespreksvoering</i>	7
3.5	<i>Oplossingsgerichte gespreksvoering bij personen uit het autisme spectrum</i>	7
3.6	<i>De zeven stappendans</i>	7
3.7	<i>Met de zevenstappendans aansluiten op personen met autisme</i>	8
4	Methode en Doelgroep	9
4.1	<i>Methode</i>	9
4.2	<i>Onderzoeksinstrumenten</i>	10
4.3	<i>Triangulatie</i>	11
4.4	<i>Het vormen van hypotheses</i>	11
4.5	<i>De vrouw met wie ik oplossingsgerichte gesprekken voer</i>	12
4.6	<i>Ikzelf</i>	12
4.7	<i>Ethiek</i>	13
4.8	<i>Waarom de keuze voor dit onderzoek</i>	13
5	Resultaten	14
5.1	<i>Het doorlopen van de cycli</i>	14
5.2	<i>De dubbelcheck</i>	14
5.3	<i>Cyclus 1: De contactname</i>	14
5.4	<i>Cyclus 2: Stressreductie</i>	15
5.5	<i>Cyclus 3: Empowerment. Zelf de regie krijgen in gesprekken</i>	16
5.6	<i>Cyclus 4: Vervolg empowerment: Zelf de regie krijgen in gesprekken (toekomstperspectief)</i>	17
5.7	<i>Resultaten van de cycli naar aanleiding van mijn hypotheses</i>	18
6	Conclusies	19
6.1	<i>Conclusies over de zevenstappendans</i>	19
6.2	<i>Conclusies over de integratie van voorstellen van Schrurs</i>	20
6.3	<i>Conclusies over de ontstane samenwerking</i>	21
7	Aanbevelingen	22
8	Reflectie	23
9	Literatuurlijst	26

Bijlagen

Bijlage 1: Vragenlijst

Bijlage 2: Gesprekskaart

1 Samenvatting

Dit onderzoek gaat over de gesprekken die ik gevoerd heb met een normaal begaafde vrouw uit het autisme spectrum (autisme). Oplossingsgerichte gespreksvoering staat in dit onderzoek centraal en is vormgegeven middels de zevenstappendans (Cauffman, 2010). Ook komt de subgroep ‘vrouwen met autisme’ naar voren als specifiek referentiekader voor mijn onderzoek.

Ik heb mijn onderzoek gebaseerd op de vraag of ik als autismespecialist de zevenstappendans in kon zetten bij de individuele gespreksvoering met een normaal begaafde vrouw met autisme. Ik heb hiervoor een actieonderzoek uitgevoerd en vier cycli doorlopen om voldoende gegevens te kunnen genereren. De resultaten zijn positief te noemen en gebleken is dat oplossingsgerichte gespreksvoering bij deze vrouw onder andere geleid heeft tot empowerment en zelfbewustzijn.

Omdat dit onderzoek is gebaseerd op een normaal begaafde vrouw met autisme, zullen de resultaten interessant zijn voor professionals die met deze doelgroep werken. Maar het onderzoek zal wellicht ook alle (jong) volwassenen met autisme aanspreken en hun begeleiders, dankzij de resultaten die uit dit onderzoek naar voren zijn gekomen.

In het hoofdstuk “aanleiding en onderzoeksvraag” geef ik aan waarom ik dit onderzoek ben gaan doen. Ook geef ik mijn handelingsverlegenheid aan met de daarbij horende onderzoeksvraag.

Het volgend hoofdstuk plaats ik mijn onderzoek in een theoretisch kader met de onderwerpen vrouwen met autisme en oplossingsgerichte gespreksvoering.

Vervolgens maak ik duidelijk welke methode van onderzoek ik heb gekozen en waarom ik dat heb gedaan. Ook geef ik weer welke onderzoeksinstrumenten ik heb gebruikt om mijn onderzoek uit te kunnen voeren.

De hoofdstukken “resultaten en conclusies” geven mijn bevindingen weer van mijn onderzoek. Daarna doe ik aanbevelingen voor eventueel vervolgonderzoek en tot slot heb ik in het laatste hoofdstuk een reflectie geschreven op het hele proces dat ik doorlopen heb tijdens mijn onderzoek.

Alle literatuurverwijzingen in mijn onderzoek zijn samengevat in de literatuurlijst achteraan in dit document.

2 Aanleiding en onderzoeksvraag

Aanleiding

De aanleiding van mijn onderzoek is een 'toevallige' gebeurtenis. Ik ontmoette een vrouw uit het autisme spectrum (hierna te noemen 'autisme' in verband met de leesbaarheid van dit onderzoek). Ze kwam bij mij met een hulpvraag en wij raakten in gesprek. Onbewust zette ik in dat gesprek oplossingsgerichte gespreksvoering in. Dit is een onderdeel van de opleiding en deze manier van gespreksvoering spreekt mij erg aan.

Solution Focused Approach (SFA)

Oplossingsgerichte begeleiders helpen cliënten om mogelijke oplossingen te vinden en doen dit door bewustwording van sterkten, competenties en kwaliteiten te bevorderen. Door oplossingsgericht werken kunnen personen met ASS een bevrijding ervaren doordat de begeleider hun kijk en inzichten waardeert. (Schrurs, 2010) In mijn gezinssituatie heb ik te maken met autisme. Mijn zoontje van 6 jaar heeft de diagnose klassiek autisme. In deze situatie merk ik dat ik baat heb bij oplossingsgerichte gespreksvoering omdat ik de focus dan kan leggen op de sterke kanten en de mogelijkheden van mijn kind. Mijn intentie hiermee is de zelfstandigheid van mijn zoontje te vergroten (uit module 8: gespreksvoering en psycho educatie, 2009).

Bij het oplossingsgerichte denken en werken gaat men ervan uit dat alle mensen ten allen tijde krachtbronnen ter beschikking hebben, zij het dat die soms onder het stof der menselijke ellende verborgen zijn (Cauffman, 2010)

Ik stelde de vrouw vragen en zij kon daardoor samen met mij naar oplossingen zoeken. Ik merkte dat wat ik deed op een of andere manier effect had. (onbewust bekwaam). Zij was mij enorm dankbaar voor ons gesprek en dat liet een diepe indruk op mij achter. Ik besepte echter dat ik haar niet verder zou kunnen helpen omdat ik daar op dat moment geen mogelijkheden voor had. Door deze toevallige gebeurtenis ontstond bij mij de vraag of ik als autismespecialist in de toekomst wellicht meer zou kunnen gaan betekenen in de individuele hulpverlening. Deze handelingsverlegenheid is de reden dat ik besloten heb mijn onderzoek te richten op oplossingsgerichte gespreksvoering in de individuele begeleiding met deze vrouw. In mijn onderzoek noem ik haar Hannah.

Mijn doelstelling **van** het onderzoek:

Is voor een autismespecialist in de individuele begeleiding oplossingsgerichte gespreksvoering inzetbaar?

Mijn doelstelling **in** het onderzoek:

Als autismespecialist wil ik een oplossingsgerichte benadering inzetten bij de individuele gesprekken met een normaal begaafde vrouw met autisme.

Onderzoeksvraag

Op welke manier kan ik als autismespecialist de zevenstappendans inzetten in de individuele gespreksvoering met een normaal begaafde vrouw met autisme?

Deelvragen

- Is de zevenstappendans inzetbaar in de individuele gespreksvoering met Hannah?
- Kan ik als autismespecialist de voorstellen die Schrurs in zijn boek doet bij gespreksvoering met mensen met autisme, inzetten in mijn oplossingsgerichte gesprekken met Hannah? (Schrurs, 2010)
- Hoe kan ik gedurende het proces middels de zevenstappendans mijn eigen ervaringen en die van Hannah integreren zodat er een samenwerking tussen ons ontstaat?

Door gebruik te maken van de zevenstappendans wil ik inzicht krijgen in het oplossingsgerichte werken en het effect van de zevenstappendans. Ik wil antwoord krijgen op de vraag of de aanpassingen die Schrurs voorstelt, inzetbaar zijn voor Hannah en van toegevoegde waarde zijn. Maar het allerbelangrijkst is dat ik antwoord wil krijgen op de vraag of binnen onze gesprekken, Hannah en ik in een samenwerking kunnen komen tot oplossingen. Doormiddel van het reflecteren op mijn gesprekken, het vragen van feedback van mijn casus en het maken van reflectieverslagen wil ik inzicht krijgen in mijn eigen handelen in de context van individueel begeleider.

Uiteindelijk is het de bedoeling dat dit onderzoek meer houvast geeft in de individuele begeleiding bij vrouwen met autisme.

Context

Mijn onderzoek vindt plaats bij Hannah thuis.

3 Theoretisch kader

In dit hoofdstuk geef ik het theoretisch kader weer waarbinnen mijn onderzoek plaatsvindt. De begrippen die in mijn onderzoeksvraag naar voren komen worden hierbij verduidelijkt. Mijn theoretisch kader richt zich op volwassen vrouwen met autisme met als specifieke aandachtsgebied de beeldvorming bij autisme. Daarnaast schrijf ik over oplossingsgerichte gesprekvoering met als aandachtspunt de zevenstappendans. Al deze onderwerpen hebben namelijk betrekking op het verdere verloop van mijn onderzoek.

3.1 Volwassen vrouwen uit het autisme spectrum

In de literatuur is weinig terug te vinden over volwassen vrouwen met autisme. In dit theoretisch kader wil ik een beeld schetsen van normaal begaafde vrouwen met autisme. Het is een tot nu toe onderbelichte subgroep omdat die minder voor lijkt te komen. Cijfers wijzen uit dat op de 4 mannen met autisme er 1 vrouw met autisme is. Er zijn echter twijfels over de juistheid van deze cijfers. Men denkt dat er veel meisjes en vrouwen met autisme op dit moment worden ‘gemist’ door de hulpverlening. Oorzaak hiervan is dat de huidige diagnosestelling gebaseerd is op jongens en mannen en dat autisme bij vrouwen op een andere manier tot uiting komt. Als je kijkt naar de kenmerken van vrouwen met autisme dan zijn er een aantal zaken die opvallen (Spek, 2009), namelijk:

- Vrouwen passen zich meer aan dan mannen.
- Bij vrouwen komen de kenmerken van autisme vaak subtieler of minder duidelijk tot uiting.
- Vrouwen kunnen beter observeren en gedrag nadoen dan mannen.
- Vrouwen zijn zich meer bewust van verwachtingen die aan hen gesteld worden.

Dit alles zorgt ervoor dat er sprake is van onderdiagnose (niet herkennen van autisme) of van het stellen van verkeerde diagnoses waardoor vaak de verkeerde hulpverlening wordt ingezet. Klachten die veel voorkomen zijn stress, somberheid, piekeren, angsten en (over)gevoeligheden. Tevens is er sprake van een laag zelfbeeld en een laag zelfvertrouwen. En wat je heel vaak ziet is de teleurstelling die vrouwen hebben in de hulpverlening.

Problemen doen zich meestal voor op het vlak van de sociale vaardigheden en het verdelen van de aandacht. Bij het verdelen van de aandacht geven vrouwen aan vaak moeite te hebben met het doen van twee dingen tegelijk. Bij de sociale vaardigheden zijn er meestal op school al contactproblemen (Mol, 2008).

Met name de autobiografieën die geschreven zijn wijzen uit dat vrouwen zich vaak al jong bewust zijn van het feit dat ze anders zijn dan de andere leeftijdgenootjes en zij doen hun best om dat niet op te laten vallen. Zij proberen zich aan te passen en kopiëren het gedrag van leeftijdgenootjes. Ze laten de behoefte zien om erbij te horen maar dat lukt slechts ten dele. Dit beeld komt naar voren in de autobiografieën van vrouwen (Dumortier, 2002; Gerland, 1998)

3.2 Het belang van beeldvorming bij autisme

Het is in het kader van mijn onderzoek relevant om de dieper in te gaan op het belang van een goede beeldvorming bij autisme omdat dit sterk van invloed geweest is op mijn onderzoek.

Tot in de jaren 80 ging men er meestal van uit dat autisme een gedragsstoornis betrof, sterk beïnvloed door de omgeving, en dus de ouders. Inmiddels weet men dat het uiterlijk waarneembaar gedrag een onderliggende

oorzaak heeft en uit medische, neurologische en biologische factoren bestaat (Steyaert, 2010). De cijfers wijzen uit dat er in 90% van de gevallen sprake is van erfelijkheidsfactoren. Het onderzoek rondom autisme is volop in beweging. Het vaststellen van autisme gebeurt echter nog steeds vanuit het bestuderen van het gedrag. Door de onderliggende oorzaken van het gedrag te bestuderen kan uiteindelijk autisme worden vastgesteld. Hierbij is het belangrijk te weten dat personen met autisme zeer verschillend zijn. Daarom spreekt men van het “autisme spectrum”. Toch zijn er ook overeenkomsten. De drie kernproblemen bevinden zich op het gebied van sociaal gedrag, communicatie en de verbeelding (Wing, 2009). De uitingsvormen zijn echter per persoon sterk verschillend. Daarnaast is er vaak sprake van een zintuiglijke overgevoeligheid. Ook hierbij geldt dat bij ieder individu de uitingsvorm anders kan zijn. En het leren begrijpen hoe bij ieder individueel autistisch mens de zintuigen functioneren is één cruciale sleutel om die persoon zelf te leren begrijpen (O’Neill, 1999).

Zo kan er sprake zijn van over- en ondergevoeligheid van één of meerdere zintuigen. Daarnaast kan er sprake zijn van gefragmenteerde waarneming of van vertraagde perceptie (Bogdashina, 2006). Gunilla Gerland, een volwassen vrouw uit het autisme spectrum, heeft eens gezegd: “Wat professionals zien als ‘autistisch’ is gewoonlijk – om vanzelfsprekende redenen – wat zij kunnen zien, niet wat de autistische persoon meemaakt. Vele mensen met Aspergersyndroom of hoogfunctionerend autisme vinden hun sensorische verwerkingsproblemen veel meer hinderlijk dan de tekorten in communicatief en sociaal gedrag” (Bogdashina, 2004). Door deze diversiteit in het autisme spectrum is het zeer belangrijk om bij elk individu te komen tot een goede en juiste beeldvorming. Een manier om tot een goede beeldvorming te komen is het “Ijsbergdenken” volgens het model van McLelland (uit Module 1, Introductie en beeldvorming, 2009). Hierbij wordt per individu gekeken naar de oorzaken van het gedrag. Er wordt daarbij rekening gehouden met de triade van Wing, de zintuiglijke waarneming, de cognitieve stijlen (Centrale Coherentie, Executieve Functies en Theory of Mind) en omgevingsfactoren.

De kernbeginselen van de Teacch benaderingswijze geven ook het belang aan van een goede beeldvorming van mensen met autisme (Mesibov et al, 2006). Hier wordt gesproken over het belang van het begrijpen en accepteren van mensen met autisme. Daarnaast wordt de nadruk gelegd op onderzoek en individualisering en het belang voor de professional om algemene opvoedingsadviezen op maat te maken voor de persoon met autisme en daarnaast ook de samenhang tussen de verschillende deelgebieden te blijven zien.

3.3 Gespreksvoering

Het voeren van gesprekken heeft alles te maken met het maken van contact. De behoefte aan contact is leeftijdsloos en is vanaf de geboorte al aanwezig. Communicatie is een levensbehoefte en moeite met taal maakt communicatie, dus de contactname, moeilijker. Bij mensen uit het autisme spectrum zie je dat er vaak problemen zijn op het gebied van de communicatie. Daarom is het belangrijk goed te observeren op welke manier zij contact zoeken. Want geen oogcontact maken wil niet zeggen dat iemand geen contact wil en niet alleen maar met woorden kun je contact maken (Delfos, 2006).

Praten tegen iemand is heel wat anders dan praten met iemand (Vermeulen 2001). Goede communicatie begint bij de attitude die men aanneemt (Delfos, 2000). Die attitude moet er een zijn van respect en bescheidenheid. Vraagtechnieken en methodes van gespreksvoering zijn bevorderlijk voor het goed doen verlopen van een gesprek, maar de kwaliteit van het gesprek staat en valt uiteindelijk met de houding die men heeft.

3.4 Oplossingsgerichte gespreksvoering

Het oplossingsgerichte werken werd in de jaren 80 ontwikkeld in de VS (door o.a. De Shazer 1988 en Berg, 1991). Deze manier van werken richt zich niet op de problemen maar op de oplossingen en de zaken die (al) goed gaan. Dit wordt gedaan door bewustwording te bevorderen van eigen sterkten, competenties en kwaliteiten. Voor de oplossingsgerichte hulpverlener is de mens een uniek individu en heeft ieder menskrachtbronnen ter beschikking om zelf tot oplossingen te komen.

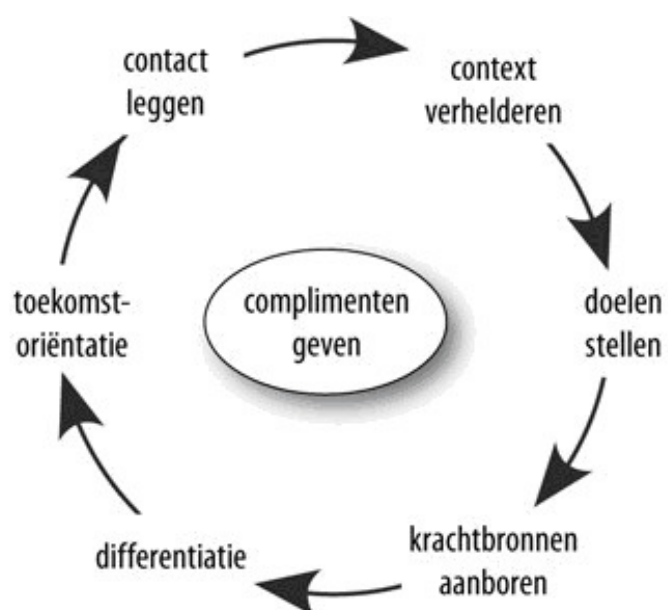
3.5 Oplossinggerichte gespreksvoering bij personen uit het autisme spectrum

Mensen met autisme krijgen in hun leven vaak te horen wat er niet goed gaat en waar hun beperkingen liggen. En oplossingsgerichte gespreksvoering werkt positief en versterkend (empowerment) dus is vanwege deze argumenten juist heel goed toepasbaar voor personen met autisme. Ook het zoeken naar concreet gedrag en concrete oplossingen die een persoon zelf al kiest of gebruikt sluit prima aan bij de manier waarop de meeste mensen met autisme denken. Door daarnaast ook te focussen op dingen die al goed gaan en die opnieuw in te zetten wordt het eigen inzicht en het eigen oplossend vermogen gewaardeerd. Een open en verwonderde gesprekshouding met oprechte interesse is een voorwaarde voor begeleidingsgesprekken met personen uit het autisme spectrum (Schrurs, 2010).

3.6 De zeven stappendans

De zevenstappendans is een manier waarmee hulpverleners op een creatieve en flexibele manier kunnen omgaan met cliënten. Door Cauffman wordt deze methode vergeleken met een dans (Cauffman, 2010). Met de stappen kun je eindeloos combineren. Er zijn zeven basisstappen waarbij de eerste stap “contact leggen” het beste ook altijd als eerste kan worden gezet. De rest is flexibel in te zetten. Ook in één gesprek zullen meestal niet alle stappen aan bod komen. De nadruk ligt op “samen” waarbij je als hulpverlening “leading from one step behind” aanwezig bent. De stappen zijn achtereenvolgens:

1. Contact leggen
2. context verhelderen
3. Doelen stellen
4. Krachtbronnen ontdekken
5. Complimenten geven
6. Differentiatie aanreiken
7. Oriëntatie op de toekomst



3.7 Met de zevenstappendans aansluiten op personen met autisme

1. Contact leggen: Sluit aan bij de specifieke interesses van de persoon (pre-occupaties). Door deze aansluiting te zoeken met een geïnteresseerde houding kan een basis van vertrouwen ontstaan.
2. Context verhelderen: Creëer duidelijkheid over de duur van een gesprek en breng structuur aan.
3. Doelen stellen: Stel concrete doelen die niet te groot zijn en desnoods worden opgedeeld in kleinere stappen. Zo blijft het te overzien.
4. Krachtbronnen: Boor de sterke kanten en kwaliteiten aan om zelfvertrouwen te bevorderen.
5. Complimenten: Vergroot het zelfvertrouwen door het geven van complimenten en doe dat door de focus te richten op de eigen krachtbronnen en de zaken die goed gaan.
6. Differentiatie: Kijk naar uitzonderingen en op welke momenten het beter ging. Dit helpt om concrete oplossingen te vinden die goed passen bij de denkwijze van iemand met autisme
7. Toekomst oriëntatie: Ook hier concrete doelen stellen en oplossingen vanuit de persoon aanboren doormiddel van de krachtbronnen. Kijk naar wat haalbaar is en richt je op de toekomst.

4 Methode en Doelgroep

In dit hoofdstuk beschrijf ik welke onderzoeksmethode, onderzoeksinstrumenten en/of middelen ik gebruikte om mijn theorie te toetsen en mijn onderzoeksvragen te beantwoorden. Ook omschrijf ik welk onderzoek ik deed en waarom ik deze keuze maakte als professional (autismespecialist) en hoe dit samenhangt met mijn doel in het onderzoek. Daarnaast geef ik aan hoe ik zorgde voor triangulatie en wat mijn verwachtingen waren met betrekking tot de resultaten van mijn onderzoek. Tot slot geef ik de doelgroep in mijn onderzoek weer.

4.1 Methode

Ik heb gekozen voor een actieonderzoek omdat tijdens mijn onderzoek mijn eigen handelen centraal stond. Volgens Ponte is actieonderzoek onderzoek dat gericht is op het eigen handelen en de situatie waarin dat handelen plaatsvindt. Men verzamelt gericht informatie over aspecten van dat handelen, wat leidt tot reflectie op dat eigen handelen, zo nodig op bijsturing daarvan. Het is een combinatie van planmatig handelen, onderzoeken en reflectie. De reflectie vormt in dit geheel de scharnier die handelen en onderzoeken aan elkaar koppelt (Ponte, 2002). Actieonderzoek is cyclisch. Het gaat om een opeenvolging van kennis produceren en kennis toepassen.

Bij het uitvoeren van mijn onderzoek heb ik de PDCA cyclus van Deming (pdcacyclus, 2011) toegepast:

Het principe van de PDCA cyclus is dat er een concreet actieplan wordt gemaakt met daarin opgenomen doelstellingen. Dit plan wordt uitgevoerd en de bevindingen worden geregistreerd. Vervolgens worden de resultaten vergeleken met de doelstellingen van het plan. Daarna worden plan en doelstellingen bijgestuurd en geactualiseerd.

Voor dit onderzoek heb ik in totaal 7 gesprekken gevoerd. De bevindingen van elk gesprek heb ik meegenomen naar het volgende gesprek. In elk gesprek zijn één of meerdere stappen van de zevenstappendans aan bod gekomen. Na alle gesprekken heb ik gereflecteerd op het uitvoeren van de aparte stappen van de zevenstappendans in relatie tot het autisme spectrum. Dit heb ik gedaan aan de hand van vragenlijsten die werden ingevuld door Hannah. In mijn onderzoek heb ik 4 PDCA cycli doorlopen.



Cyclus 1: De contactname

De eerste cyclus had betrekking op de contactname. Dit wordt genoemd als eerste stap in de zevenstappendans. Het in kaart brengen van de beginsituatie en het scheppen van randvoorwaarden voor gespreksvoering stonden hierbij centraal. Het helder krijgen van de problematiek met betrekking tot de zintuiglijke waarneming heeft een essentiële rol gespeeld in de eerste cyclus omdat dit de voorwaarde was om tot een gesprek te komen.

Cyclus 2: Stressreductie

De tweede cyclus had betrekking op het reduceren van stress. Door diverse omstandigheden was de stress zo hoog opgelopen dat er noodzaak bleek om eerst wat “stoom van de ketel” te halen alvorens iets te kunnen doen aan de onderliggende problemen. We hebben hierbij aan de hand van de zevenstappendans gekeken naar zaken die in het verleden hielpen bij stress. (differentiatie aanreiken) Die hebben we ook ingezet.

Cyclus 3: Empowerment. Zelf de regie krijgen in gesprekken

Bij de derde cyclus hebben we doelen gesteld en had onze gespreksvoering betrekking op empowerment bij de gesprekken van Hannah met haar hulpverleners. In eerste instantie hebben we ons gericht op de gesprekken met haar ambulant begeleider. Haar ambulant begeleider gaf haar bij elk bezoek niet de gelegenheid om tot een gesprek te komen.

Cyclus 4: Vervolg empowerment: Zelf de regie krijgen in gesprekken

Bij de vierde cyclus hebben we ons gericht op gesprekken met hulpverleners in de toekomst. Hannah had een machteloos en hulpeloos gevoel bij het aangaan van gesprekken met hulpverleners. Zij kwam zelf vaak niet tot een gesprek door haar problemen met betrekking tot de zintuiglijke waarneming. Ze gaf aan niet in staat te zijn om in een gesprek aan te geven van welke zintuiglijke prikkels zij last had. Dit had tot gevolg dat haar denken zo verstoord was dat zij niet tot een gesprek kon komen.

Reflecteren op mijn eigen handelen

Daarnaast heb ik voor mijn persoonlijke reflectie na elk gesprek een reflectieverslag geschreven. Ook heb ik de reflectiecirkel van Korthagen toegepast waarbij ik in een later stadium een verdieping heb aangebracht in de lagen van mijn persoonlijkheid in het kader van mijn authentiek functioneren. Dit heb ik gedaan om inzicht te krijgen in mijn handelen als professional terwijl ik een sterke betrokkenheid ervaar als moeder van een kind uit het autisme spectrum. Ik wilde weten of en op welke manier dit mijn handelen in de individuele gespreksvoering heeft beïnvloed. Mijn supervisiegesprekken heb ik hierbij ook betrokken.

4.2 Onderzoeksinstrumenten

Tijdens mijn onderzoek heb ik gebruik gemaakt van meerdere onderzoeksinstrumenten.

Literatuurstudie

In mijn literatuurstudie heb ik mij gericht op oplossingsgerichte gespreksvoering met als leidraad de zevenstappendans. Daarnaast heb ik mij verdiept in vrouwen met autisme en de beeldvorming.

Gesprekken

Met Hannah heb ik 7 gesprekken gevoerd middels de zevenstappendans. De gesprekken zijn de basis van dit hele onderzoek.

Vragenlijsten (bijlage 1)

Ik heb een vragenlijst gebruikt. Na elk gesprek heb ik via e-mail deze vragenlijst aan Hannah verstuurd met het verzoek de vragen te beantwoorden.

Verslagen

Van elk gesprek heb ik een verslag gemaakt waarop Hannah aanvullingen kon geven.

Reflectie

Van elk gesprek heb ik een reflectieverslag gemaakt om inzicht te krijgen in mijn eigen handelen. Hierbij speelden zowel mijn handelen als autismespecialist in de individuele begeleiding als mijn betrokkenheid als moeder van een kind uit het autismespectrum een belangrijke rol. Ik heb mijn partner die tevens mijn collega is en ook ervaringsdeskundige, betrokken bij mijn reflecties.

Supervisie

De supervisiebijeenkomsten hebben mij veel zicht gegeven op mijn authentiek functioneren en op mijn rol als professional. Ook hebben ze mij zicht gegeven op mijn kernkwaliteiten die ik in kan zetten bij individuele gespreksvoering. Ik heb hiervoor mijn biografisch perspectief uitgewerkt (Kelchtermans, 1994). Daarnaast heb ik mijn kernkwaliteiten inzichtelijk gemaakt (Offman, 2007) en ik heb regelmatig de reflectiecirkel toegepast om inzicht te krijgen in mijn eigen handelen (Korthagen, 2001).

4.3 Triangulatie

Mijn onderzoek is gebaseerd op het verzamelen van kwalitatieve gegevens. Het gaat hierbij niet om meetbare gegevens maar om ongestructureerde gegevens; woorden die opgeschreven zijn, notities tijdens gesprekken enz. Kortom een brede verscheidenheid aan gegevens (Harinck, 2006). Ik heb voor triangulatie gezorgd door gebruik te maken van een aantal bronnen, waaronder bovenstaande onderzoeksinstrumenten. Ten eerste heb ik mijn onderzoek geplaatst in een theoretisch kader door middel van een literatuurstudie. Daarnaast heb ik gesprekken gevoerd aan de hand van de zevenstappendans. Na elk gesprek heb ik gebruik gemaakt van een vragenlijst om het gesprek te kunnen evalueren. Hierdoor kreeg ik inzicht in mijn handelen bij het uitvoeren van de zevenstappendans. Daarnaast kreeg Hannah zo de kans een belangrijke stem te hebben in het verloop van de gesprekken. Van elk gesprek heb ik vervolgens een verslag gemaakt en ter beoordeling aan Hannah voorgelegd (membercheck). Om de validiteit van het onderzoek te vergroten heb ik op mijn eigen handelen gereflecteerd. Daarnaast heb ik mijn partner/collega als critical friend betrokken bij mijn reflecties op de gesprekken. En ik heb mijn supervisiegesprekken voor een deel gebruikt om te reflecteren op mijn handelen. Tot slot heb ik via verschillende invalshoeken de informatie bekeken, namelijk als onderzoeker, als autismespecialist en als ervaringsdeskundige.

4.4 Het vormen van hypotheses

De resultaten die ik verwachtte in mijn onderzoek te zullen terug vinden heb ik als 3 hypotheses geformuleerd:

1. Kennismaking en contactname is vanuit het belangrijkste proces in het hele onderzoek. Vanuit een veilige en vertrouwde relatie kan de stap gemaakt worden om oplossingsgericht te gaan werken.
2. Het helder krijgen van de zintuiglijke waarneming staat aan de basis van de gespreksvoering en het oplossingsgerichte werken.
3. De zevenstappendans is een algemene manier van oplossingsgericht werken en zal op diverse fronten aangepast moeten worden aan gespreksvoering met een volwassen vrouw uit het autisme spectrum.

Doelgroep

4.5 De vrouw met wie ik oplossingsgerichte gesprekken voer

In mijn onderzoek voer ik gesprekken met Hannah. Zij is een normaal begaafde vrouw van 54 jaar met autisme. Ze woont zelfstandig en heeft al jaren een latrelatie met F., een man met autisme. Zij zien elkaar regelmatig in de weekenden. Een halve dag in de week werkt zij in de bibliotheek. Al jaren heeft zij één uur in de week Hoboles. Tevens verricht zij vrijwilligerswerk voor de organisatie PAS (Personen uit het Autisme Spectrum). Een ochtend in de week krijgt zij hulp van een ambulant begeleider. Daarnaast heeft zij regelmatig gesprekken met een psychiater.

Hannah heeft in haar leven veel meegemaakt. Ze komt uit een gezin van zeven kinderen waarvan zij de vijfde in rij is. Haar vermoeden is dat haar vader ook een vorm van autisme had. Hij was alcoholist en als kind had zij veel te maken met verbaal geweld binnen het gezin. Zij heeft al jong overlevingsstrategieën ontwikkeld, bijvoorbeeld door zo min mogelijk op te vallen en zich zoveel mogelijk aan te passen. Later heeft zij diverse hulpverleners bezocht waarmee zij tot nu toe vooral minder goede tot slechte ervaringen heeft gehad. Vorig jaar is zij verhuisd. Zij wilde dit heel graag omdat zij geluidsoverlast had van de burens. Ze is ook erg blij met haar nieuwe woning maar beseft dat de verandering veel stress met zich mee heeft gebracht. Daarnaast is vorig jaar haar hond overleden. Dit heeft haar erg geraakt want het was haar trouwe vriend. Hij zorgde er bijvoorbeeld voor dat zij veel ging wandelen en zo af en toe contact maakte met andere mensen want die behoefte is er bij haar wel.

In het dagelijks leven ervaart zij veel last van haar zintuiglijke waarneming. In 2008 is er door een psychologe voor haar een zintuiglijk profiel opgemaakt (Bogdashina, 2000). Hierin staat dat het voor haar elke dag balanceren is op het uiterste topje van haar kunnen. “De wereld kan zij nauwelijks verdragen omdat zij als het ware gebombardeerd wordt door een overmaat aan zintuiglijke informatie”.

Er is bij Hannah sprake van gefragmenteerde waarneming, hyper- en hyposensitiviteit en een grote kwetsbaarheid op auditief, visueel en tactiel gebied en het proprioceptief en vestibulair systeem. Ook is Hannah erg gevoelig voor de gevoelens en stemmingen van anderen.

Hannah ondervindt veel problemen in de communicatie. Zij neemt de woorden letterlijk. Als zij zich geen beeld kan vormen van een woord dan onthoudt zij dit woord niet. Vaak onthoudt zij enkel de eerste letter van een woord. Zij geeft aan dat zij moeite heeft met non verbale communicatie en dat zij in een gesprek bevestiging nodig heeft om te weten dat iemand haar begrepen heeft.

4.6 Ikzelf

Als onderzoeker en gesprekspartner ben ikzelf ook betrokken bij het onderzoek. Ik heb ervoor gekozen mezelf in dit onderzoek centraal te zetten omdat ik inzicht wil krijgen in mijn eigen handelen. Ik realiseer me hierbij dat er enige mate van subjectiviteit in dit onderzoek aanwezig is omdat ik verschillende petten op heb. Naast onderzoeker en gesprekspartner ben ik namelijk ook moeder van een zoontje met de diagnose klassiek autisme. Daarnaast heb ik een eigen bedrijf en richt me daarbij op informatieverstrekking en het creëren van hulpmiddelen voor personen uit het autisme spectrum.

4.7 Ethiek

Voorafgaand aan dit onderzoek heb ik toestemming gevraagd aan Hannah om dit onderzoek met haar uit te voeren. Ik heb haar uitgelegd wat het onderzoek inhield, hoe lang het zou duren en wat er van haar verwacht werd. Ik heb haar tijd gegeven om vragen te stellen en na te denken. Ook heb ik haar aangegeven dat ze te allen tijde nee mocht zeggen. Tevens hebben we onze verwachtingen over resultaten van het onderzoek naar elkaar toe uitgesproken en bijgesteld.

Daarnaast heb ik toestemming gevraagd om in dit onderzoek eventueel haar ambulant begeleider en psychiater te betrekken. Hierop heeft zij geantwoord liever dit onderzoek los te zien van de huidige begeleiding die zij krijgt. Ze had hierover duidelijke twijfels. Dit heb ik natuurlijk gerespecteerd.

In dit onderzoek wordt de naam van de vrouw met wie ik de gesprekken voer om privacyredenen niet genoemd. Alles is geanonimiseerd en ik noem haar Hannah.

4.8 Waarom de keuze voor dit onderzoek

Ik realiseer me dat de keuze voor de persoon met wie ik dit onderzoek doe samenhangt met mijn bijzondere belangstelling voor mensen met een hoge gevoeligheid in de zintuiglijke waarneming en een bijzondere gevoeligheid voor emoties en het aanvoelen van de gevoelens en emoties van anderen. Zowel mijn zoontje als Hannah hebben deze raakvlakken. Daarom wil ik hierbij vermelden dat ik me ervan bewust ben dat er sprake kan zijn van elite vertekening en dat de keuze van mijn doelgroep een voorlopig karakter heeft. (Baarda, 1998).

Verder komt de keuze voor dit onderzoek voort uit mijn motivatie meer inzicht te krijgen in mijn eigen handelen bij oplossingsgerichte gespreksvoering in de individuele begeleiding. Mijn interesse hiervoor is tijdens de opleiding aangewakkerd doordat ik in aanraking ben gekomen met oplossingsgerichte gespreksvoering, een manier van gesprekken voeren die mij enorm aanspreekt omdat ik het in mijn thuissituatie inzet en mijn zoontje er positief op reageert (*module 8; gespreksvoering en psycho-educatie*). De zevenstappendans is voor mij een nieuwe methode die ik hierbij graag wil onderzoeken.

5 Resultaten

In dit hoofdstuk beschrijf ik het door mij verzamelde materiaal en de resultaten. Ik geef aan welke stappen ik heb ondernomen om uiteindelijk deze resultaten te bereiken en welke resultaten ik heb gevonden. Daarnaast geef ik aan of mijn verwachtingen zijn uitgekomen.

5.1 Het doorlopen van de cycli

De opbouw van elke cyclus was hetzelfde:

Ik heb steeds één of meer gesprekken met Hannah gevoerd om de probleemstelling binnen de betreffende cyclus helder te krijgen. De gesprekken vormden de basis van het hele onderzoek waarbij ik me gehouden heb aan de zevenstappendans en me vervolgens heb laten verrassen door de informatie die Hannah mij gaf. Voorafgaand aan elk gesprek maakte ik een agendapunten overzicht die als houvast voor het gesprek fungeerde.

Op basis van de gesprekken maakten wij samen steeds een plan van aanpak.

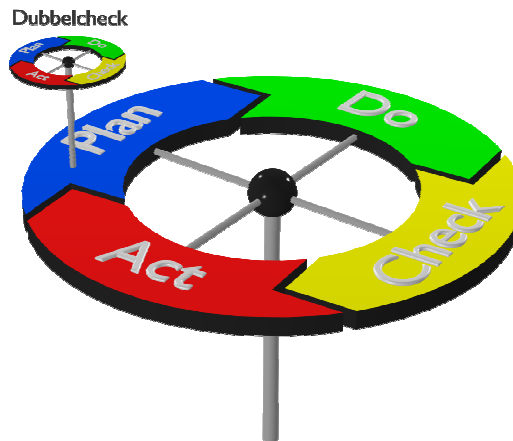
Alle gesprekken heb ik aan de hand van een vragenlijst geëvalueerd. Hierdoor kon Hannah het gesprek laten bezinken en aangeven wat er goed ging in het gesprek en wat er beter zou kunnen gaan de volgende keer. Ook kon zij via mail nog dingen kwijt die in het gesprek niet aan bod waren gekomen.

Daarnaast hebben we de gemaakte plannen uitgevoerd en de resultaten hebben we geëvalueerd. We hebben de gehaalde resultaten bekeken ten opzichte van het gestelde doel; het plan. Bron hiervoor waren de gesprekken en de verslagen die ik van de gesprekken heb.

Tot slot hebben daarna, indien nodig, het plan bijgesteld aan de hand van de verkregen informatie. Ook gebruikten we in een aantal gevallen de verkregen informatie om mee te nemen naar een volgende cyclus.

5.2 De dubbelcheck

In elke cyclus heb ik een extra stap toegevoegd, namelijk de dubbelcheck. Door deze toe te voegen als evaluatiemomenten tijdens de gesprekken, kon de focus gelegd worden op andere zaken omdat Hannah problemen had met het verdelen van de aandacht. In mijn theoretisch kader over vrouwen met autisme komt dit ook naar voren als problematiek.



5.3 Cyclus 1: De contactname

Plan: Ik heb de eerste gesprekken gebruikt om inzicht te krijgen in de problemen die de zintuiglijke waarneming bij Hannah teweegbrengt. Daarnaast heb ik de gesprekken gebruikt om onze communicatie goed op elkaar af te stemmen. Dit heb ik gedaan door vragen te stellen en door te vragen volgens de methode van de zevenstappendans.

Daarnaast is er in het verleden een zintuiglijk profiel opgesteld van Hannah (Bogdashina, 2000). Deze informatie heeft gezorgd voor verdere informatie en beeldvorming. Ook heb ik me via een literatuurstudie verder verdiept in de problematiek van de zintuiglijke waarneming.

Do: We zijn gesprekken aangegaan. Uit deze gesprekken kwam naar voren dat Hannah het moeilijk vond om tegenover mij te zitten omdat ze mij dan veel aan moest kijken en dat verstoorde haar denkproces (het kostte haar veel energie). Daarnaast gaf ze aan dat ze het moeilijk vond om op een stoel te zitten. Ze heeft dan het gevoel dat ze haar lichaam moet “dragen”. Omdat de gesprekken, vooral in het begin haar veel energie kostten was dat een extra belasting voor haar. Haar oplossing was om in eerste instantie te proberen om op de grond te gaan zitten naast mij terwijl wij gesprekken voerden. Dit hebben we toegepast.

Check: Na evaluatie van de vragenlijst en het verslag bleek dat het zitten op de grond wel prettiger was voor Hannah maar ze kon nog niet voldoende ontspannen. Ook had ze last van spierpijn en daardoor was langere tijd op de grond zitten lastig voor haar.

Act: In ons vervolgesprek hebben we naar andere oplossingen gezocht waarbij Hannah schoorvoetend aangaf dat ze wel wilde proberen om op de bank te gaan liggen tijdens onze gesprekken. Dat hebben we ingezet.

Het bleek prima te werken. Ze had de vrijheid om zelf te bepalen of ze wilde gaan zitten of liggen.

Daarnaast hoefde ze mij niet aan te kijken. Ook dit kon ze zelf bepalen. Deze bewegingsvrijheid maakte dat zij zich beter kon uiten in onze gesprekken en een betere basis had gecreëerd voor gespreksvoering.

***Dubbelcheck:**

We hebben in elk gesprek vooraf kortgesloten of ze wilde zitten of liggen. Ook hebben we circa op de helft van elk gesprek de situatie geëvalueerd om haar te attenderen op haar zit/lig houding zodat ze op dat moment bewust kon “voelen” of het nog goed ging of dat het haar teveel energie kostte. (ze kan maar 1 ding tegelijk dus tijdens het gesprek hebben we afgesproken dat ik een moment in zou lassen om te evalueren).

5.4 Cyclus 2: Stressreductie

Enkele oorzaken: verhuizing, overlijden hond, problemen met hulpverlening, teveel beslommeringen met vrijwilligerswerk

Plan: In onze gesprekken kwam naar voren dat door verschillende factoren de stress enorm is opgelopen bij Hannah. Om tot goede gespreksvoering te komen hebben we vooraf nagedacht over manieren om stress te reduceren. Omdat het voor Hannah moeilijk was om zelf vanuit niets oplossingen te bedenken heb ik me voorbereid middels de zevenstappendans op gerichte vragen stellen om zodoende tot oplossingen te komen.

We zijn in een gesprek dieper ingegaan op de stress die Hannah op dat moment had. Maandenlang slaaptekort speelde hierin mee. In mijn gesprek heb ik in mijn vraagstelling differentiatie aangeboden en we hebben gekeken wat haar in het verleden hielp om stress te reduceren. Het bleek dat zij, toen zij nog een hond had, veel ging wandelen. Haar hond zorgde ervoor dat zij elke dag buiten kwam en lichaamsbeweging kreeg. Uit andere gesprekken maakte ik op dat in haar leven bewegen/wandelen altijd een belangrijke factor is geweest om energie van te krijgen. Ze gaf aan al een tijd de moed niet meer te hebben om wandelingen te maken.

- Do:** Ik heb Hannah aangemoedigd weer een te gaan wandelen. We hebben gepraat over de positieve eigenschappen van wandelen. Je krijgt er energie van, je bent in de natuur, door bewegen wordt je lichaam moe waardoor je misschien wat beter gaat slapen, wandelen in een bepaald ritme brengt rust in je hoofd en je brengt krijgt de stroom gedachten tot rust.
- Hannah heeft heel snel actie ondernomen en is gaan wandelen. Het heeft haar veel opgeleverd. Ze vond het heerlijk weer in de natuur te zijn en te genieten van de omgeving. Ze zoekt rustige plekken op om te wandelen en gaat soms gewoon ergens in het bos zitten waar het rustig is om te luisteren naar de vogels en te kijken naar de natuur. Alleen maar daar op focussen maakt haar rustig.
- Check:** In onze gesprekken evalueren we elke keer of Hannah nog gewandeld heeft en wat deze lichaamsbeweging haar oplevert. Als ze vertelt dat ze niet gewandeld heeft dan geeft dat aan dat het minder goed met haar gaat. We praten dan over de positieve eigenschappen van wandelen en kijken samen of ze de moed weer kan opbrengen om opnieuw te gaan wandelen.
- Act:** Inmiddels probeert Hannah weer elke dag te gaan wandelen en het levert haar veel energie op. Daarnaast heeft ze een vakantie geboekt naar Schiermonnikoog. Dit is een rustig eiland zonder verkeer. Ze is hier al eens eerder geweest en toen helemaal tot rust gekomen.
- *Dubbelcheck:**
- Bij elk gesprek hebben we een moment ingebouwd waarop we terugblikten op het wandelen en wat het haar opleverde. Door te focussen op haar sterke, daadkrachtige kwaliteiten door het ondernemen van actie is Hannah zich er inmiddels van bewust dat wandelen haar helpt om energie op te doen. Ze geeft zelf aan dat de natuur haar de broodnodige rust biedt. Ook met de vakantie in het vooruitzicht kon zij de stroom van nare gedachten (de stress) enigszins reduceren.

5.5 Cyclus 3: Empowerment. Zelf de regie krijgen in gesprekken

Bij de derde cyclus hebben we doelen gesteld en had onze gespreksvoering betrekking op empowerment bij de gesprekken van Hannah met haar hulpverleners. In eerste instantie hebben we ons gericht op de gesprekken met haar ambulant begeleider. Haar ambulant begeleider gaf haar bij elk bezoek niet de gelegenheid om tot een gesprek te komen. Zij liep aan tegen een lawine aan prikkels en wilde graag tot een gesprek komen met hem maar wist niet hoe. Samen zijn we gaan kijken hoe ze tot een oplossing kon komen.

- Plan:** Empowerment realiseren bij de gesprekken met haar ambulant begeleider door de beginfase van het gesprek te sturen.
- Do:** De ambulant begeleider en Hannah hebben een gezamenlijke klapper waar ze allebei notities in kunnen zetten. De ambulant begeleider zet veelal aandachtspunten voor de volgende keer op papier en Hannah wil de klapper benutten voor het verkrijgen van een betere gespreksvoering. We hebben samen besloten om in de klapper een aandachtspunt op te nemen voor de ambulant begeleider om een aanvang van een gesprek mogelijk te maken. Hannah heeft in de klapper genoteerd dat de ambulant begeleider eerst aan haar moet vragen hoe het met haar gaat voordat hij ander informatie gaat geven.
- We hebben de gezamenlijke afsprakenmap ingezet die zij en de ambulant begeleider gebruiken.

In die map heeft ze heel concreet de vraag gesteld: "Wil je, bij aanvang van ons gesprek, allereerst aan me vragen hoe het met mij gaat?" om regie te krijgen over de eerste fase van het gesprek zodat ze in de gelegenheid werd gesteld om iets te zeggen over haar situatie.

Check: We hebben samen in een vervolggesprek geëvalueerd hoe het was gegaan. De ambulant begeleider las de vraag en had hem ook gesteld. Zij had zodoende wat ruimte gekregen om haar gevoelens te verwoorden en een gesprek op gang te brengen. Ze gaf aan wel moeite te hebben met de gespreksvoering en noemde het "hard werken".

Act: Hierop hebben we besloten om de ambulant begeleider te vragen om in gesprekken met Hannah door te vragen op een onderwerp. Ook hebben we geconstateerd dat de actie van de ambulant begeleider eenmalig was en het nodig was om elke week opnieuw de vraag voor hem te noteren in de klapper.

***Dubbelcheck:**

Bij elk gesprek zijn we teruggekomen op de vraagstelling en of deze methode voor Hannah werkte. Vervolgens hebben we afgesproken dat elke week de vraag door Hannah werd genoteerd in de klapper en door Hannah werd gewezen op de noodzaak van het doorvragen door de ambulant begeleider.

5.6 Cyclus 4: Vervolg empowerment: Zelf de regie krijgen in gesprekken (toekomstperspectief)

Bij de vierde cyclus hebben we ons gericht op gesprekken met hulpverleners in de toekomst. Mijn onderzoek vond plaats in een afgebakende periode van twee maanden. Om Hannah perspectief te kunnen bieden voor de toekomst hebben we gesproken over mogelijkheden om zelf meer de regie te krijgen over de gesprekken met hulpverleners in de toekomst. Hannah had een machteloos en hulpeloos gevoel bij het aangaan van gesprekken met hulpverleners. Zij kwam zelf vaak niet tot een gesprek door haar problemen met betrekking tot de zintuiglijke waarneming. Ze gaf aan niet in staat te zijn om in een gesprek aan te geven van welke zintuiglijke prikkels zij last had. Dit had tot gevolg dat haar denken zo verstoord was dat zij niet tot een gesprek kon komen.

Plan: We hebben gesprekken gevoerd om inzichtelijk te krijgen waar Hannah behoefte aan heeft bij het aangaan van gesprekken bij hulpverleners. Uit deze gesprekken kwam naar voren dat zij vaak niet tot een gesprek komt door haar problemen met betrekking tot de zintuiglijke waarneming en communicatie.

Do: Het belang van het hebben van de juiste randvoorwaarden voor het voeren van een gesprek voor Hannah hebben we voor de hulpverlening inzichtelijk gemaakt door het ontwerpen en implementeren van een "gesprekskaart" die Hannah in kan zetten bij het aangaan van een gesprek, ook in de toekomst met nieuwe hulpverleners (toekomstperspectief). De ervaringen van cyclus 1 zijn bij cyclus 3 meegenomen.

De gesprekskaart kan Hannah inzetten bij aanvang van een gesprek zodat zij de regie krijgt over de essentiële randvoorwaarden. De bedoeling is dat de hulpverlener/gesprekspartner samen met Hannah de vragen doorneemt die op de kaart staan. Hierdoor kan Hannah aangeven welke zintuiglijke prikkels moeten worden verminderd. Door de kaart en de vragen die er op staan kan ze zich focussen op de prikkel die storend zijn voor haar. Op de gesprekskaart staat ook op welke manier het beste met haar gecommuniceerd kan worden.

Check: We hebben samen de gesprekskaart gemaakt (bijlage 2) waarbij ik de voorzet heb gegeven en Hannah aanvullingen heeft aangebracht. In onze gesprekken hebben we elke vraag goed doorgesproken zodat de gesprekskaart op maat gemaakt is voor Hannah en haar zintuiglijke waarneming en communicatie.

Act: Hannah heeft de kaart met positief resultaat ingezet bij een gesprek met een hulpverlener. Wat ze echter wel beseft is dat er altijd onverwachte omstandigheden kunnen zijn waardoor ij in verwarring raakt. Het is maar een hulpmiddel. Tevens beseft zij dat ze afhankelijk is van de hulpverlening die zij krijgt. Als de hulpverlening niet goed reageert op haar signalen e.d. dan is zij toch afhankelijk. Daarom hebben wij gekeken naar haar hulpvraag. En we gaan samen kijken hoe we haar hulpvraag, die te maken heeft met de hulpverlening die geschikt is voor haar, in gaan vullen.

***Dubbelcheck:**

We hebben de gesprekskaart helemaal op maat gemaakt en in haar thuissituatie ermee geoefend om vervolgens de stap te maken naar een nieuwe situatie.

Ze kan de kaart ook inzetten bij artsen e.d. om aan te geven dat ze graag wil weten wat een arts gaat doen en hoe lang een behandeling duurt. Het is voor haar een bijzonder prettige ervaring als een arts aangeeft wat hij/zij gaat doen. Ze heeft bijvoorbeeld een fijne tandarts die automatisch aangeeft welke handelingen hij verricht.

5.7 Resultaten van de cycli naar aanleiding van mijn hypothesen

Bij cyclus 1 en 2 is inderdaad gebleken dat kennismaking en contactname veruit het belangrijkste proces was het hele onderzoek. Vanuit een veilige en vertrouwde relatie, die eerst opgebouwd moest worden, kon de stap gemaakt worden om oplossingsgericht te gaan werken. In cyclus 3 en 4 zijn wij gekomen tot het stellen van doelen. In een eerder stadium was dat niet mogelijk geweest.

Vooraf aan het onderzoek nam ik aan dat de zintuiglijke waarneming aan de basis zou staan van de gespreksvoering en het oplossingsgerichte werken. Dat is ook zo gebleken maar daarnaast heeft ook de communicatie een belangrijke plaats ingenomen. De hele beeldvorming is de basis van goede gespreksvoering gebleken, dus niet alleen de zintuiglijke waarneming.

Verder ben ik ervan uit gegaan dat de zevenstappendans op diverse fronten aangepast zou moeten worden aan gespreksvoering met een vrouw met autisme. Door echter de aanbevelingen van Schrurs te integreren is de zevenstappendans een hele goede leidraad gebleken voor mijn gesprekken.

6 Conclusies

Het doel in mijn onderzoek was een oplossingsgerichte benadering inzetten bij mijn individuele gesprekken met Hannah. De deelvragen hierbij waren:

- Is de zevenstappendans inzetbaar in de individuele gespreksvoering met een normaal begaafde vrouw met autisme?
- Kan ik als autismespecialist de voorstellen die Schrurs in zijn boek doet bij gespreksvoering met mensen met autisme, inzetten in mijn oplossingsgerichte gesprekken met Hannah? (Schrurs, 2010)
- Hoe kan ik gedurende het proces middels de zevenstappendans mijn eigen ervaringen en die van Hannah integreren zodat er een samenwerking tussen ons ontstaat?

6.1 Conclusies over de zevenstappendans

De conclusie die uit dit onderzoek naar voren is gekomen is dat voor mij de zevenstappendans als oplossingsgerichte gespreksvoering zeer goed in te zetten is bij een normaal begaafde vrouw met autisme. De zevenstappendans is een manier die mij als gesprekspartner/begeleider veel houvast heeft geboden bij het aangaan van de gesprekken. Uit mijn onderzoek is gebleken dat met name de eerste stap, de contactname, de belangrijkste stap is geweest in het hele proces. Door veel aandacht te besteden aan een goede beeldvorming van Hannah gaf ik aan haar problemen te erkennen. Daarnaast creëerde ik daardoor een situatie waarin Hannah tot het voeren van gesprekken kwam. Ik kon de juiste randvoorwaarden scheppen en zodoende ontstond er een basis van vertrouwen.

Door me te houden aan de stappen in de zevenstappendans en de daarbij horende gesprekstechnieken kon ik de juiste vragen stellen, doorvragen en sturend en leidend aanwezig zijn, en het gespreksproces voort laten gaan.

Ook Hannah heeft aangegeven veel baat te hebben gehad bij de zevenstappendans. We hebben de krachtbronnen van Hannah gezocht en benoemd en we hebben via haar krachtbronnen gezocht naar oplossingen. Door het stellen van de juiste vragen en het doorvragen op onderwerpen kon Hannah tot eigen oplossingen komen. Dit komt duidelijk naar voren in cyclus 2 waarbij ze zelf tot de oplossing komt om weer te gaan wandelen en de natuur op te zoeken. Ook het boeken van de vakantie is een mooi voorbeeld van het zelf tot oplossingen komen.

We hebben ons gericht op de sterkten en kwaliteiten van Hannah. Hierdoor is bij Hannah zelfvertrouwen en zelfbewustzijn ontstaan. Zoals ik in mijn theoretisch kader aangeef zie je bij vrouwen met autisme veel camouflagetechnieken en kopieertechnieken waardoor ze zichzelf vaak zijn kwijtgeraakt. Het zelfbeeld is hierdoor erg laag. Dit gold ook voor Hannah. Door samen haar krachtbronnen aan te boren (en het geven van complimenten) hebben we gezorgd dat ze weer vertrouwen heeft gekregen in zichzelf (zelfreflectie en bewustwording).

6.2 Conclusies over de integratie van voorstellen van Schrurs

Er zijn een aantal voorstellen uit het boek van Schrurs die ik heb overgenomen in het onderzoek. Uit onderstaande voorstellen heb ik geconcludeerd dat die binnen mijn onderzoek als aanvulling op de zevenstappendans zeer goed inzetbaar bleken. Ik wil hierbij benadrukken dat een goede beeldvorming ervoor zorgt dat binnen de gesprekken onderstaande voorstellen op maat konden worden geïntegreerd.

1. Het tempo aanpassen

Schrurs geeft in zijn boek aan dat rekening gehouden dient te worden met het tempo van het gesprek want door de lange verwerkingstijd van de communicatie is het vaak lastig om in het gesprek een juiste reactie te geven. Dat was bij Hannah ook het geval. Als gesprekstechnieken heb ik een laag gesprekstempo gehanteerd, en haar reactie afgewacht. Daarnaast heb ik achteraf steeds een mail gestuurd zodat Hannah alsnog op het gesprek kon reageren. Ook heb ik telkens een verslag gemaakt om voor te leggen. Dit gaf Hannah voldoende gelegenheid om te reageren op de onderwerpen die in het gesprek aan bod waren gekomen. Zij heeft via email erg veel en uitvoerig feedback gegeven op de gesprekken waardoor ik weer veel van haar leerde. Haar inbreng was voor mij van essentieel belang om voort te kunnen gaan in ons proces (zie samenwerking).

2. Afstemmen

Schrurs benoemt dat mensen met autisme te vaak mee maken dat anderen voor hen beslissen en dat ze geen keuzes meer hoeven te maken. Anderen beslissen wel wat goed voor hen is of niet. Ze hebben daardoor vaak geen invloed en hebben de regie niet meer in eigen handen, terwijl het toch om hen gaat.

Hannah gaf aan dat ze niet wilde dat een ander voor haar beslissingen nam en ze wilde als volwassene behandeld en aangesproken worden. De hulpverlening praatte over haar zonder haar daarin te betrekken. Buiten het feit dat dit door Hannah als erg onbeleefd werd ervaren zorgde het ook voor erg veel verwarring in haar leven.

Een conclusie van mijn onderzoek is dat het van essentieel belang is om als gespreksleider goed af te kunnen stemmen op je gesprekspartner. Een bescheiden en geïnteresseerde houding is hierbij van belang. Hannah kon in onze gesprekken steeds zelf bepalen en zelf keuzes maken. Zij gaf aan over welke onderwerpen ze wilde spreken. Ik zorgde voor de voortgang in het gesprek door volgens de zevenstappendans de juiste vragen te stellen en te sturen. Juist in oplossingsgericht werken haalt men de kracht uit de persoon zelf. Cyclus 3 en 4 hebben vooral betrekking op empowerment en het hebben van de regie bij gesprekken met hulpverleners. De essentie hierbij is een juiste afstemming. Conclusie bij cyclus 3 en 4 is dat als de hulpverlening niet voldoende kan afstemmen op de hulpvraag dan moet er naar andere hulpverlening gezocht worden die dat wel kan bieden.

Daarnaast hadden wij goede afspraken over onze gespreksvoering. Ik heb hierin afstemming gezocht met Hannah. Ook weer door middel van de beeldvorming zoals ik geschetst heb ik mijn theoretisch kader en het stellen van de juiste vragen. Zij gaf aan dat ze non verbale signalen niet oppikt. Ze gaf aan dat ze graag wilde weten over ze “gehoord” werd. Ik deed dat door “ja” te zeggen en zinnen soms te herhalen. Hierdoor gaf ik de bevestiging dat ik haar inderdaad “hoorde”. Daarnaast sprak ik mijn eigen gedachten uit. Dat gaf haar veel duidelijkheid en houvast. Zodoende kon zij het gesprek blijven voeren zonder dat haar gedachten werden “verstoord” door verwarring over de communicatie.

3. Samenvatten van het gesprek

Schrurs benoemt ook het belang van een goede samenvatting van het gesprek. Dat biedt duidelijkheid voor de persoon met autisme. Maar ook in z'n algemeenheid is bij gespreksvoering van belang dat het gesprek door de begeleider/coach wordt samengevat (Hendriksen, 2000). Ik heb hiervoor gezorgd door aan het eind van elk gesprek het gesprek samen te vatten, gelegenheid te geven voor het stellen van vragen en voldoende tijd in te bouwen om een gesprek, een onderwerp af te maken.

Daarnaast was er na elk gesprek voor Hannah gelegenheid om op een vragenlijst te reageren over haar ervaringen tijdens het gesprek. Ook maakte ik na elk gesprek een verslag waarop zij kon reageren.

4. Vaste structuur van de gesprekken

Onze gesprekken hebben vanaf het begin een zelfde opbouw gehad, zoals Schrurs in zijn boek ook als aandachtspunt meegeeft. Dit heeft Hannah als zeer prettig ervaren want het gaf haar (en ook mij) duidelijkheid. We gebruikten bij elke gesprek agendapunten. We hebben het begin van elk gesprek een evaluatiemoment ingebouwd en op de helft van het gesprek ook (de dubbelcheck). Doordat Hannah maar één ding tegelijk kan was dit voor haar heel prettig. We stonden dan even stil bij de randvoorwaarden voor ons gesprek.

Daarnaast wachtte ik altijd op Hannah totdat zij klaar was met de bezigheden waar zij mee bezig was als ik binnen kwam. Als ze op de bank ging zitten was zij klaar om het gesprek te beginnen.

Aan het eind van het gesprek was er telkens genoeg tijd om het verhaal af te maken en vragen te stellen. Ik vatte ons gesprek altijd kort samen. Daarnaast was er de vragenlijst en het verslag waar zij op kon reageren.

Mijn conclusie is dan ook dat wij samen veel baat hebben gehad bij de vaste structuur omdat die duidelijkheid bood gedurende het proces.

6.3 Conclusies over de ontstane samenwerking

Bovenstaande aandachtspunten en conclusies geven al aan dat er een samenwerking is ontstaan. Juist door de aanvullingen die Schrurs in zijn boek geeft, te integreren in het proces van de zevenstappendans is het mogelijk gebleken om een samenwerking tot stand te brengen tussen mij en Hannah. Het belang van de mening, kennis en visie van Hannah heb ik onderstreept door deze continu en structureel in te bouwen in het proces. Dit heb ik in bovenstaande conclusies omschreven. Zoals Jos Kienhuis zegt: “De persoon met autisme is de deskundige, de probleemeigenaar en dus ook de bron van oplossingen”. (Kienhuis, 2008)

We hebben gesprekken gevoerd op basis van een gelijkwaardige relatie en op basis van vertrouwen. Dat vertrouwen is ontstaan door aandacht te schenken, te luisteren en erkenning te geven voor de problematiek. Daarnaast door de juiste, oprechte en gerichte vragen te stellen is het zelfinzicht en het zelfvertrouwen uiteindelijk vergroot.

Mijn conclusie is dan ook dat de zevenstappendans met de aanbevelingen van Schrurs als gerichte gespreksvoering zeer goed in te zetten is bij normaal begaafde vrouwen met autisme. En juist door hen een stem te geven in het proces ontstaat er duidelijke afstemming en dit komt de gespreksvoering en het zoeken naar oplossingen ten goede.

7 Aanbevelingen

Uit het onderzoek is gebleken dat de gesprekken op basis van de zevenstappendans hebben geleid tot een betere bewustwording van de kwaliteiten bij Hannah en haar mogelijkheden om meer regie te krijgen over gesprekken met hulpverleners. Ik raad aan om oplossingsgerichte gespreksvoering een vervolg te geven voor Hannah omdat gebleken is dat zij daar veel bat bij heeft.

Daarnaast heb ik tijdens mijn gesprekken de dubbelcheck ingevoerd om regelmatig de focus te kunnen verleggen van het voeren van een gesprek naar een ander onderwerp, zoals de zintuiglijke waarneming. Hierdoor kan rekening gehouden worden met de problemen die vrouwen met autisme vaak ervaren met het verdelen van de aandacht (1 ding tegelijk kunnen) en die ik bij Hannah ook terug zag. Dit is onze gespreksvoering ten goede gekomen en is aan te raden voor begeleiders/ coaches/ hulpverleners die gesprekken voeren met mensen met autisme.

Als je kijkt naar de omschrijving die ik geef in mijn theoretisch kader over de problemen die vrouwen met autisme momenteel ervaren in de hulpverlening dan pleit ik voor het verspreiden van kennis over deze doelgroep zodat op den duur betere diagnoses kunnen worden gesteld en betere hulp ingeschakeld kan worden.

Oplossingsgerichte gespreksvoering, alsmede de zevenstappendans is gericht op empowerment van de persoon zelf om zodoende middels eigen krachtbronnen tot oplossingen te komen. In de gesprekken die Hannah en ik gevoerd hebben heeft empowerment naar de hulpverlening een grote rol gespeeld. Hannah gaf aan graag meer regie te willen hebben over de gesprekken met hulpverleners. De regie krijgen over gesprekken heeft echter ook te maken met kunnen beslissen een ander soort hulpverlening in te zetten die meer bij je past. Ik pleit er dan ook voor om als autismspecialist/hulpverlener zelf goed te kijken naar je eigen mogelijkheden en onmogelijkheden. Als het niet klikt tussen jou en je gesprekspartner kan het een goed advies zijn aan je gesprekspartner om andere hulpverlening in te schakelen en die persoon hierbij te ondersteunen.

Wees open en geïnteresseerd als “autismspecialist” (wie is de specialist?). Er is zoveel te leren van je gesprekspartner. Zorg er daarom voor dat de inbreng van je cliënt een duidelijke rol krijgt in de gesprekken.

De zevenstappendans is een goede leidraad bij het voeren van oplossingsgerichte gesprekken. Zorg echter voor een hele goede beeldvorming bij de contactname ook al moet je hiervoor meer tijd nemen. In mijn theoretisch kader heb ik omschreven hoe goede beeldvorming tot stand kan worden gebracht. Dit is van essentieel belang om een goede gespreksvoering tot stand te kunnen brengen en vervolgens voort te kunnen gaan in het proces.

Om dit onderzoek een bredere basis te geven raad ik aan om deze manier van gespreksvoering, inclusief de aanpassingen van Schrurs, met meer vrouwen met autisme uit te voeren.

Daarnaast ben ik nieuwsgierig of er veel verschillen zijn tussen mannen en vrouwen met autisme bij het voeren van deze gesprekken. Om hier meer zicht op te krijgen zou er een vervolgonderzoek aan gewijd kunnen worden.

8 Reflectie

Toen ik aan dit onderzoek begon sloeg ik voor mezelf een nieuwe weg in. Ik was erg aan het twijfelen geweest over het onderwerp voor mijn onderzoek. In eerste instantie wilde ik mezelf richten op mijn bedrijf. Dat leek me de meest logische optie. Maar ik bleef maar twijfelen. Via ons bedrijf krijgen wij vanuit de markt individuele hulpvragen waarvoor wij geen oplossing kunnen bieden. In mijn achterhoofd bleef de vraag spelen in hoeverre ik geschikt zou zijn in de individuele begeleiding van iemand met autisme.

Ik had namelijk het idee dat ik het moeilijk zou vinden om, naast mijn eigen gezinssituatie waarin ik moeder ben van een zoontje met autisme, geconfronteerd te worden met de problematiek van iemand anders met autisme. Zou ik als professional de zaken kunnen scheiden of zou ik de belasting te groot vinden?

Daarnaast speelde bij mij de vraag of ik als persoon/professional geschikt zou zijn in het 1 op 1 contact in mijn werk. Ik zag en zie mezelf als iemand die graag de helicopterview heeft, een strateeg en beleidsmaker. Ik heb in het bedrijfsleven gewerkt en commerciële functies gehad waarbij ik de regie had over tal van beleidsmatige en strategische ontwikkelingen.

Maar ik besepte dat middels mijn onderzoek de mogelijkheid was ontstaan om een ontdekkingsreis over mezelf te starten en te gaan kijken of ik (ook) geschikt zou zijn in een ander soort functie. Uiteindelijk besloot ik mijn gevoel te volgen en te gaan onderzoeken hoe ik als me autismespecialist zou voelen in de begeleiding van iemand anders met autisme. Het ontdekken van mijn kernkwaliteiten tijdens mijn supervisie heeft mij bij dit proces geholpen (Ofman, 2007)

Ik besloot de vrouw te benaderen met wie ik op een beurs een zeer interessant gesprek had gevoerd over haar problematiek met betrekking tot autisme. En ik heb haar gevraagd of zij bereid was om samen met mij een onderzoek te doen.

De reactie die ik kreeg was meer dan bemoedigend. Ze wilde graag meewerken en zag het als een mooi vooruitzicht en een mooi houvast omdat ze erg veel problemen ervoer in haar huidige situatie, o.a. met de hulpverlening. Ze gaf aan dat ze ons gesprek op de beurs als zeer prettig had ervaren omdat ik naar haar had geluisterd en samen met haar had gezocht naar oplossingen.

We zijn samen de gesprekken aangegaan. Ik vond het belangrijk om in de beginsituatie goede afspraken te maken en te laten zien dat ik me aan de afspraken hield. Ook vond ik het belangrijk om tot een goede beeldvorming te komen. Ik was zeer geïnteresseerd in haar zintuiglijke waarneming. In de eerste gesprekken heb ik me daar ook in verdiept. Ik stelde haar veel vragen en zij vertelde mij haar problemen. Samen zorgden we in onze gesprekken voor de juiste randvoorwaarden zodat er ruimte kwam om over andere onderwerpen te praten. Ik besepte wel dat ik een bijzondere interesse had voor haar zintuiglijke waarneming. We hadden namelijk samen raakvlakken ontdekt tussen haar waarneming en die van mijn zoontje. De interesse voor bomen was bij haar net zo groot als bij mijn zoontje. Ik vond het heel bijzonder om te ontdekken dat mijn zoontje bepaalde bomen “de blij boom” noemt en dat zij bomen heeft die ze “de gezellige boom” noemt. Zij kon mij vertellen waarom zij bomen zo geweldig vond en ze ontvouwde voor mij een klein beetje het raadsel van mijn zoontjes “blij boom”.

Langzaam kwam er meer vertrouwen en creëerden we samen de juiste basis voor onze vervolgesprekken.

Ze wilde zo graag samen met iemand oplossingen zoeken. Ze vertelde dat ze haar hele leven al vastliep op de hulpverlening omdat die voor haar wilden bepalen wat goed voor haar was. Ze voelde zich vaak als een kind behandeld en vond het vreselijk dat er achter haar rug om afspraken over haar werden gemaakt zonder haar erbij te betrekken. Ook voelde ze zich niet gehoord en zocht telkens de schuld bij zichzelf. Ze vroeg zich af of ze wel goed communiceerde, of ze wel de goede woorden gebruikte, want het leek alsof de hulpverlening haar niet hoorde en ze noemde zichzelf voor de hulpverlening een onmogelijk en moeilijk mens. Telkens was ze aan het worstelen om de communicatie beter te krijgen om zodoende betere hulp te kunnen realiseren. Voor mij kwam het over als de omgekeerde wereld en ik was geraakt door haar verhalen. Soms voelde ik zelfs woede omdat de hulpverlening haar zo liet worstelen en ik realiseerde me dat ik me erg betrokken voelde bij haar verhalen, juist omdat ik in mijn gezinssituatie ook te maken heb met autisme alsmede het onbegrip van de omgeving en de onkunde van de hulpverlening. Dat is toch ook in eerst instantie de reden voor mij geweest om me te specialiseren in autisme. Ik wilde als moeder het heft in eigen hand nemen.

Ook voelde ik me boos omdat het in Nederland mogelijk is om jezelf zomaar “specialist” te kunnen noemen en zomaar mensen met autisme te gaan begeleiden, zonder enige opleiding. Juist bij zo’n kwetsbare groep. Terwijl ik het zo belangrijk vind om te kijken naar het individu en de behoefte van die persoon in plaats van zomaar uit de boekjes te bedenken wat iemand met autisme “standaard” nodig heeft. Alsof je ze allemaal op één hoop kunt gooien (Van Son, 2010)

Ik besepte door haar verhalen dat zij zich altijd alleen had gevoeld en dat niemand in haar leven naar haar luisterde of haar snapte. Ze heeft altijd op zichzelf terug moeten vallen, als een buitenstaander op een andere planeet. Wat doe je dan als iemand je hulp aanbiedt? Die kans grijp je met beide handen aan. En wat doe je als je merkt dat die hulp niet toereikend is? Dan probeer je met alle mogelijke middelen ervoor te zorgen dat de “hulp” niet weggaat want dat betekent dat je weer alleen bent. Die angst is te groot. Dat is wat ze mij vertelde en dat heeft mij heel diep geraakt.

Ze vertelde me dat ze beseft dat niemand weet hoe zwaar haar leven is. Hoe zij dagelijks moet vechten tegen alle prikkels, prikkels die wij niet eens opmerken. Ze vertelde me dat ze zou willen dat iemand haar die erkenning gaf maar ze wilde geen medelijden want, zo zei ze, er is ook een andere kant van de medaille en die ziet ook niemand. Die andere kant is haar kracht. Niemand ziet hoe sterk zij is. Juist haar wilskracht geeft haar de kracht om door te gaan. Juist haar gave om te kijken naar de dingen die goed gaan geeft haar elke keer weer moed. Ze vertelde dit aan mij en ze wilde alleen maar dat iemand die twee kanten van haar zou erkennen. Geen medelijden, geen complimenten, alleen erkenning.

Samen hebben we haar sterke kanten benoemd en die hebben we in elk gesprek terug laten komen. Bij al haar ervaringen hebben we gekeken hoe zij haar sterke kanten in kon zetten. Dat liet haar zien dat zij geen onmogelijk mens is maar dat zij juist een specifieke hulpvraag heeft. We hebben samen besloten dat zij bij haar hulpvraag de juiste hulpverlening zou moeten hebben. En dat hulpverleners er voor haar zouden moeten zijn en niet omgekeerd.

Ik vind het een eer dat zij mij in vertrouwen heeft genomen en me een kijkje in haar leven heeft gegeven. Ze heeft zich voor mij opengesteld en verteld over haar ervaringen. Het sleutelwoord was “samen” en we hebben ook samen dit proces doorlopen. Ze heeft mij meer inzicht gegeven in de problematiek die met autisme gepaard gaat maar met name ook de problematiek waarmee vrouwen met autisme te maken hebben. De buitenwereld en ook de hulpverlening ziet de problemen vaak niet door de juiste camouflagetechnieken en kopieerstrategieën.

Ik heb gedurende het hele proces geen enkel moment zelfs maar gedacht dat ik de belasting te groot zou vinden. Juist het tegenovergestelde was het geval. In mijn reflectieverslagen heb ik meermaals de kernreflectiecirkel van Korthagen toegepast om op mijn authentiek functioneren te reflecteren (Korthagen, 2001). De gesprekken waren bijzonder interessant en leverden mij energie op. Ook in de thuissituatie kon ik zaken soms beter plaatsen omdat ik met haar diepgaande gesprekken had. Ik heb genoten van ons contact en zij heeft mij veel geleerd.

Zoals die keer dat ze mij vertelde dat ze, aan het eind van de winter, net nog geen lente, buiten was. Het begon donker te worden en ineens hoorde zij een merel voor het eerst dit jaar, weer fluiten. Ze vertelde me dat ze een uur buiten heeft staan luisteren naar de merel omdat ze dat geluid zo mooi vond. En ze vertelde me dat ze daar een week lang op heeft kunnen teren. Elke keer weer terug denkend aan dat mooie geluid gaf haar energie. Ik realiseerde me dat zij de gave heeft om te kunnen genieten van de kleine dingen in het leven. En ik besepte dat het daar in het leven toch eigenlijk ook om gaat. Ik krijg nog steeds kippenvel als ik denk aan haar blijdschap toen ze dit vertelde.

We gingen samen op weg. En het onderzoeksproces hebben we doorlopen. De gesprekken tussen ons zullen doorgaan want we hebben besloten om de specifieke hulpvraag samen meer toekomstperspectief te geven. Mijn twijfels over mezelf en of de belasting in combinatie met mijn gezinssituatie niet te groot zou zijn, die zijn als sneeuw voor de zon verdwenen. Ook prijs ik mezelf een gelukkig mens als ik met het voeren van zulke gesprekken mijn brood zou kunnen verdienen. Want de voldoening iemand te kunnen helpen is erg groot. En die helikopterview, die verlies ik niet.

Het leven van iemand met autisme is intens. Maar ook van de mensen die leven met iemand met autisme, zoals ouders, broertjes en zusjes, partners. Hoge pieken en diepe dalen. Denken in oplossingen is de focus leggen op de hoge pieken waardoor de dalen minder diep worden. Dat is mijn doel. Niet alleen als professional maar ook als moeder. En niet alleen bij autisme maar in het hele leven.

Ik wil mijn gesprekspartner graag bedanken voor deze bijzondere reis!

9 Literatuurlijst

Baarda D.B., Goede, M.P.M. de & Teunissen, (2005). *Basisboek Kwalitatief Onderzoek. Praktische handleiding voor het opzetten en uitvoeren van kwalitatief onderzoek*. Renswoude: Stenfert Kroese

Bogdashina, O. (2004). *Waarneming en zintuiglijke ervaringen bij mensen met Autisme en Aspergersyndroom. Verschillende ervaringen, verschillende werelden*. Antwerpen/Apeldoorn: Garant.

Caufmann, L. (2010). *Simpel. Oplossingsgerichte positieve psychologie in actie*. Den Haag: Boom Lemma Uitgevers

Delfos, M. (2006). *Communiceren is contact*. De wereld van Het Jonge kind. Juni 2006, 300-303
Opgehaald 26 januari 2011, van <http://www.mdelfos.nl/2006-wjk-contact.pdf>

Dumortier, D. (2002) *Van een andere planeet. Autisme van binnen uit*. Antwerpen/Amsterdam: Houtekiet.

Fontys Opleidingscentrum Speciale Onderwijszorg, module 1 Introductie en Beeldvorming p.8.

Fontys Opleidingscentrum Speciale Onderwijszorg, module 8 Gespreksvoering en Psycho-educatie p.10-11.

Gerland, G. (1998). *Een echt mens. Autobiografie van een vrouw met autisme*. Antwerpen/Baarn: Houtekiet

Harinck, F. (2006). *Basisprincipes praktijkonderzoek*. Antwerpen/Apeldoorn: Garant.

Hendriksen, J. (2000). *Collegiale consultatie en coaching. Een model voor het coachingsgesprek*. Soest: Uitgeverij Nelissen.

Kienhuis, J. (2008) *De stem van leerlingen*. In: Swet, van J. *Bouwen aan een opleiding als platform. Interactieve professionaliteit en interactieve kennisontwikkeling* (97-128). Antwerpen/Apeldoorn: Garant

Kelchtermans, G. (1994). *De professionele ontwikkeling van leerkrachten basisonderwijs vanuit het biografisch perspectief*. Leuven: Universitaire Pers

Korthagen, F. & Vasalos, A. (2001). Maatwerk bij coaching. *Handboek Effectief Opleiden* 26(167), 11.5-3.01 – 11.5.-3.16.

Mesibov, Gary B. Mesibov, Victoria Shea & Eric Schopler (2006). *The TEACCH Approach To Autism Spectrum Disorders*. New York: Springer Science+Business Media, LLC. ISBN 0-306-48646-6.

Mol, A. & In 't Veld, A. (2008) Normaal tot hoogbegaafde vrouwen met een autismespectrumstoornis. Niet begrepen? Niet herkend! *Wetenschappelijk Tijdschrift Autisme* 3, 105-112.

Ofman, D. (2007) *Hé, ik daar...?! Ontdek en ontwikkel je persoonlijke kernkwaliteiten met het kernkwadrant*. Utrecht/Antwerpen: Servire, Kosmos.

O'Neill, J.L. (1999) *Through the Eyes of Aliens. A book about autistic people*. London: Jessica Kingsley Publishers.

Ponte, P. (2003). *Interactieve professionaliteit en interactieve vormen van kennisontwikkeling in speciale onderwijszorg*. Antwerpen - Apeldoorn: Garant.

Ponte, P. (2002). *Onderwijs van eigen makelij. Procesboek Actieonderzoek in scholen en opleidingen*. Soest: Uitgeverij Nelissen.

Schrurs, J. (2009). *Psycho-educatie bij personen met Autisme Spectrum Stoornissen. Wat zeg je van jezelf?* Meijel: Uitgeverij VIA.

Son, W. van (2010) *Bijten in beton*. Soesterberg: Aspekt.

Spek, A. & Goosen, A. (2009). Autismespectrumstoornissen bij vrouwen. *Engagement* 6, 36-38

Vermeulen, P. (2001) *...!? Over autisme & communicatie*. Berchem: Uitgeverij Epo

WOSO, (2004). *Bekwaam & Speciaal. Generiek competentieprofiel speciale onderwijszorg*. Antwerpen/Apeldoorn: Garant.

www.pdcacyclus.nl, geraadpleegd op 12 maart 2011.

Bijlagen

Bijlage 1

VRAGENLIJST

Beste,

Zoals afgesproken stuur ik je hierbij een mailtje naar aanleiding van ons gesprek.

De bedoeling van dit mailtje is dat er op deze manier nog gelegenheid is om aanvullingen te geven of opmerkingen te plaatsen (een soort reflectie/evaluatie op het gesprek). Vaak moet je eerst een gesprek laten bezinken om tot conclusies te komen.

Je hoeft het mailtje ook niet meteen te beantwoorden. Het mag in de periode tot aan ons volgende gesprek.

Hieronder staan een paar vragen om te helpen bij de evaluatie van het gesprek:

1. Hoe vond je het gesprek gaan?
2. Hoe voelde je je tijdens het gesprek? (goed, rustig, gespannen, of nog iets anders?)
3. Vond je dat er goed naar je geluisterd werd? Denk je dat ik je woorden goed begrepen heb?
4. Wat vond je van de duur van het gesprek? (te kort, goed, te lang)
5. Hoe voelde je je na het gesprek? (goed, rustig, gespannen, of nog iets anders?)
6. Heb je achteraf nog aanvullingen op het gesprek?
7. Is er iets wat je de volgende keer graag nog wilt bespreken?
8. Heb je nog andere opmerkingen/aanvullingen?

Bijlage 2

Gesprekskaart

Ik kan met alles meedenken en meepraten maar door mijn autisme heb ik graag wat extra aandacht voor de communicatie zodat ons gesprek goed zal verlopen. Wil je samen met mij deze kaart doornemen bij aanvang van het gesprek? Je helpt mij er enorm mee. Alvast bedankt!

Informatie over mijn prikkelgevoeligheid

- Ik kan erg veel last hebben van prikkels uit de omgeving. Soms word ik er zelfs door overweldigd. Daarom is het voor mij in een eerste gesprek erg moeilijk om zelf aan te geven van welke prikkels ik last heb.
- Om een nuttig gesprek te hebben is het voor mij echter wel erg belangrijk dat bepaalde prikkels worden verminderd of worden weggehaald.

Zou je me daarom onderstaande vragen willen stellen?

Vragen



1. Licht

- Heb je last van het licht dat door de ramen naar binnen komt?
- Heb je last van de verlichting in deze ruimte? (lampen, tl-verlichting, computer)?



2. Geluid

- Hoor je bepaalde geluiden waar je erg veel last van hebt?



3. Zitcomfort

- Zit je comfortabel of heb je een andere zitplaats nodig?



4. Overige vragen

- Is er nog iets anders waar ik rekening mee moet houden?

Aandachtspunten



1. Wachtruimtes

- Een wachtruimte met achtergrondmuziek en meerdere mensen kan erg overprikkelend voor me zijn. Is er eventueel een alternatief waar ik zou kunnen wachten?



2. Aanraking (speciaal voor artsen, dokters, fysiotherapeuten enz.)

Ik heb geen problemen met aanraking als je met het volgende rekening houdt:

- Geef van tevoren aan wat je gaat doen, bijvoorbeeld: “ik ga naar je longen luisteren en raak daarom je rug aan”.
- Geef van te voren aan hoe lang het duurt.



3. Over de communicatie tijdens ons gesprek

Goede communicatie is voor mij essentieel. Zou je daarom rekening willen houden met onderstaande punten?

- Wil je duidelijk verwoorden wat je bedoeling is met dit gesprek of wat je probeert te bereiken en wat je van mij verwacht?
- Non verbale signalen zoals ja-knikken e.d. hebben voor mij geen nut want ik vang die signalen niet op. Dus graag dit soort lichamelijke taal hardop verwoorden.
- Wil je de belangrijke onderwerpen waar ik over praat tijdens ons gesprek, voor mij herhalen ter bevestiging dat je mij begrepen hebt?
- Wil je de gemaakte toezeggingen en afspraken nakomen?