

---

**Inhoud**

Redactioneel	1	Boeken en andere media	4
Agenda	1	Persberichten	5
Vereniging	2	Interessante links	6
Gespreksgroepen	3	Ingezonden door onze leden	6
AFWAS	3	PoezPas / Dubbelzinnig	10
		Colofon	10

---

**Redactioneel**

Beste lezers,

Als jullie deze nieuwsbrief lezen is Pasen alweer voorbij en gaan we al hard op weg naar de zomer. Het is deze week (van 2 tot en met 10 april) nog de week van autisme en er zijn door het hele land veel activiteiten en lezingen georganiseerd voor (en door) mensen met autisme. In onze vorige nieuwsbrief hadden we het internetadres al gegeven waarop alle informatie te vinden was. In de agenda hieronder vermelden we dat voor de zekerheid nog een keer.

Verder in deze nieuwsbrief de gebruikelijke indeling. Er zijn veel bijdrage van lezers binnen gekomen. Onze dank daarvoor!

We hebben een selectie moeten maken anders zou de nieuwsbrief veel te dik worden. Bijdragen van lezers die ons hun ervaringsverhaal geschreven hebben of reacties van lezers op de column van 'Wereldmeisje' plaatsen we allemaal, in overleg met de schrijvers, in deze of de volgende nieuwsbrief ofwel op onze website.

De redactie is nog op zoek naar tekenaars, die in opdracht leuke tekeningen kunnen maken voor bij onze rubriek "Dubbelzinnig". Ben je goed in tekenen en lijkt het je leuk om die te maken voor in de nieuwsbrief neem dan contact met ons op.

Veel leesplezier!

De redactie

---

**Agenda**

- 2 t/m 10 april **Autismeweek.** Door het hele land worden van 2 tot en met 10 april activiteiten georganiseerd i.v.m. de autismeweek 2010. Zie [www.autismeweek.nl](http://www.autismeweek.nl)
- Wo 7 april **Thema-avond 'Autisme en geloof'**, door de NVA i.s.m. kerken uit de omgeving. Hotel De Rijper Eilanden, De Rijp, 20:00 – 22:00 uur. Meer informatie en aanmeldingen via Nannie Kruissel, [nannie.kruissel@planet.nl](mailto:nannie.kruissel@planet.nl), tel. 0299-657590.
- Za 10 april **Contactdag Nijmegen.** 'Tio Pepe', Bloemerstraat 82-84, Nijmegen, 13:00 – 17:00 uur.
- Za 10 april **Themadag "Autisme, een kennismaking"**. Ter afsluiting van de autismeweek. Meer informatie op [http://www.autisme.nl/pub/lr3%20flyer\\_eerste%20kennismaking.pdf](http://www.autisme.nl/pub/lr3%20flyer_eerste%20kennismaking.pdf)
- Vr 16 april **Symposium 'Doe mij maar details'**. Congres over (jong)volwassenen met ASS in werk en onderwijs. Evoluon, Eindhoven, 9:00 – 17:30 uur. Download de folder via <http://tinyurl.com/yd3kka4>
- Zo 18 april **AFWAS-wandeling Odijk – Wijk bij Duurstede.** Ca. 19 km. Startpunt: Odijk bushalte Gemeentehuis, 11:40 uur. Verdere gegevens op onze website.

Za 24 april	<b>Contactdag in Assen of Emmen</b> , onder voorbehoud of dit geregeld kan worden.
Za 8 mei	<b>Contactdag Breda</b> . Grand-Café Restaurant UPSTAIRS, Karnemelkstraat 1, Breda, 13:00 – 17:00 uur.
Za 15 mei	<b>Algemene ledenvergadering PAS</b> . Zie onderstaand artikel.
Zo 16 mei	<b>AFWAS-wandeling Blarinckhorst</b> . Nadere gegevens binnenkort op onze website.
Za 22 mei	<b>Contactdagen Groningen en Weert</b> . Details binnenkort op onze website.
Za 29 mei	Dag van de hoogbegaafdheid. Lezingen, workshops, activiteiten op het gebied van hoogbegaafdheid. Olympus College, Olympus 11, Arnhem. Zie <a href="http://www.hoogbegaafdheid.net/index.php?section=23">http://www.hoogbegaafdheid.net/index.php?section=23</a>
Zo 6 juni	<b>Contactdag Alkmaar</b> . Details binnenkort op onze website.
Zo 13 juni	<b>AFWAS-wandeling Mastbos Breda</b> . Nadere gegevens binnenkort op onze website.

---

## Vereniging



### Aankondiging algemene ledenvergadering

Datum: zaterdag 15 mei 2010

Tijd: zaal open vanaf 13:00 uur, ALV 13:30 – 17:00 uur.

Plaats: zalencentrum de Kargadoor, Oudegracht 36, 3511 AP Utrecht

Aanmelden is dringend gewenst via [voorzitter@pasnederland.nl](mailto:voorzitter@pasnederland.nl). De algemene ledenvergadering is toegankelijk voor bestuur, staf en leden van PAS.

Agenda (onder voorbehoud van wijzigingen)

- Jaarverslagen 2009
- Status doelen en activiteiten
- Voorstel uitbreiding bestuur
- Vragenronde

Drie mensen hebben zich kandidaat gesteld om tot het bestuur van de vereniging toe te treden, met als uiteindelijk doel het beter verwezenlijken van het doel van PAS als netwerk-organisatie binnen de in Nederland opererende netwerken op het gebied van autisme.

Tijdens een gesprek tussen het huidige bestuur en deze mensen is overlegd in welke hoedanigheid zij het beste de vereniging kunnen dienen. Er is afgesproken dat eerst de primaire doelen van de vereniging moeten worden verwezenlijkt voordat er ruimte is voor uitbreiding.

De primaire doelen zijn:

- Versterken van de formele organisatie, d.w.z. het duidelijk vastleggen van de regels van de vereniging, uitwerken van de noodzakelijke verenigingsdocumenten, zoals huishoudelijk reglement, vrijwilligersreglement, declaratiereglement, en welke documenten / procedurebeschrijvingen er verder nog nodig zijn, t.b.v. de overdraagbaarheid van de werkzaamheden van de ledenadministratie, nieuwsbrief- en websiteredacties, coördinatoren e.d.
- Vinden van een vrijwilligerscoördinator die er voor kan zorgen dat geïnteresseerde vrijwilligers binnen de organisatie geplaatst kunnen worden en deze mensen kan ondersteunen om ze de kans te geven zich in hun functie thuis te voelen. Deze ondersteuning zal liefst zo veel mogelijk via jobcoaches / begeleiders lopen, om de taak van de vrijwilligerscoördinator niet te zwaar te maken.
- Professionalisering van de ledenadministratie door iemand te vinden met langere ervaring op dit gebied, die kan helpen een bruikbaar administratiepakket te vinden en de ledenadministratie van de vereniging hierin op kan zetten.

Voorlopig zullen geen wijzigingen in het kernbestuur komen, de huidige bestuursleden blijven hun functie uitoefenen. Het voorstel is om de nieuwe kandidaten voorlopig als algemene bestuursleden aan het bestuur toe te voegen, waarna eventueel volgend jaar of later mogelijk alsnog titulaire of functiewisselingen kunnen plaatsvinden.

De kandidaten zijn:

Carlo Post

Carlo heeft veel bestuurservaring en is op dit moment voorzitter van de werkgroep Autisme en Arbeid binnen PAS. Carlo is verder goed genetwerkt binnen PAS, NVA en de verdere autismewereld. Dit kan prima worden ingezet voor het PAS-bestuur.

Jaap Brand

Jaap is goed in documentatie en het snel uitzetten van de grote lijnen. Jaap levert de documentatie vooral in ruwe vorm op waarin de structuur goed is maar de tekst nog verder moet worden gepolijst. Eén van de eerste taken waarvoor Jaap kan worden ingezet is het samenstellen van de nog ontbrekende verenigingsreglementen.

Karin van den Bosch

Karin heeft ervaring in beleid en bestuur en is goed in het coördineren van activiteiten en het goed laten samenwerken van mensen. Zij kan zich onder andere richten op het werven van mensen op cruciale punten in de organisatie, zoals een vrijwilligerscoördinator.

Op de ALV zal worden gestemd om deze kandidaten aan het bestuur toe te voegen.

---

## Gespreksgroepen



In de gespreksgroepen van Hilversum, Uden en Deurne zijn nog plaatsen vrij.

Heb je interesse in deelname stuur dan een mail naar Hedwig: [gespreksgroepen@pasnederland.nl](mailto:gespreksgroepen@pasnederland.nl) of bel naar: 0578 71 20 03

---

## AFWAS



### Impressie van de 50e AFWAS-wandeling

Gezien het feit dat de contactdag in het nabijgelegen Utrecht op dezelfde dag was, had ik gegronde redenen om aan te nemen dat de AFWAS-jubileum-wandeling een wat lagere opkomst zou trekken. Het tegendeel was eerder waar: we zijn vanuit Doorn gestart met een groep van maar liefst 16(!) enthousiaste wandelaars die een schitterende tocht door een besneeuwd Nationaal Park Utrechtse Heuvelrug prefereerden boven een café ergens in de binnenstad van Utrecht. Waaruit blijkt dat de wandelingen een ander publiek trekken dan de contactdagen.

Helaas mocht Rana (onze onofficiële en onvolprezen AFWAS-mascotte van het eerste uur, alias 'de IJsbeer') deze tocht niet meer meemaken. Haar baasje was wel bij deze tocht aanwezig. We hebben haar op een passende wijze herdacht tijdens deze tocht.

Vanuit Doorn zijn we via de Kaapse Bossen naar het landgoed Darthuizen gelopen (waar een van de deelnemers van deze wandeling vlak in de buurt woont) waarna de tocht verder ging naar het landgoed Broekhuizen even buiten Leersum en vervolgens naar onze eerste pauze bij het restaurant d'Arthuizen aan de buitenkant van Leersum. Dit gedeelte van de route was erg leuk vanwege de vele mooie doorkijkjes op oude boerderijen, boerenschuren en mooie landhuizen.

Na Leersum volgde een route-gedeelte met een duidelijk ander karakter. Via een pittige klim naar de Nellestein-tombe (begraafplaats van de heren van Darthuizen en Broekhuizen) zijn we naar de stuwwal van de Utrechtse Heuvelrug geklommen. Even na de tombe zijn we toen fout gelopen omdat ik een markering verkeerd gelezen had (was rechtsaf geslagen waar ik rechtdoor had gemoeten). Dit was snel weer rechtgetrokken. Over de kam van de heuvelrug, langs een paar oude grafheuvels, zijn we via een



geleidelijke afdaling en daarna langs de bosrand naar de westkant van Amerongen gelopen, langs het landgoed Zuijlenstein.

Het laatste gedeelte van de route voerde door de bebouwde kom van Amerongen en langs het kasteel van Amerongen. In de buurt van het kasteel hadden we een schitterend uitzicht op het poldergebied even ten zuiden van Amerongen (Amerongse Bovenpolder) en op de schilderachtige oude kern van Amerongen (gedomineerd door de toren van de Sint Andrieskerk). Een drietal mensen die in de buurt woont, is toen naar huis gegaan. Via de oude kern van Amerongen zijn we met 13 mensen doorgelopen naar de oostkant van het dorp. Via een pad door de bosrand en langs een paar oude tabaksschuren zijn we doorgelopen naar het Pannenkoekenhuis het Berghuis dat enigszins verscholen ligt in de bosrand aan de voet van de Amerongse Berg. Hier hebben we met de groep de 50e AFWAS-wandeling op een passende wijze afgesloten met een eenvoudige doch voedzame maaltijd.

Onze terugtocht vanaf het pannenkoekenhuis naar de bushalte (ongeveer een kilometer lopen) in het donker langs de besneeuwde bosrand en de besneeuwde weilanden werd begeleid door het klokgelui van de Sint Andrieskerk. Een PASsender afsluiting van deze jubileumwandeling is eigenlijk niet denkbaar. In de hoop dat onze mascotte dit van boven met genoeg heeft gadeslagen...

Carlo Post – organisator van de Jubileumwandeling

---

## Boeken en andere media



### **Alleen met mijn wereld**

*hoe ik leerde leven met autisme*

Wessel Broekhuis

ISBN: 97890 571 23009

Uitgeverij: Nieuwezijds

Prijs: € 14,95

Informatief, paperback, 157 blz.

Wessel Broekhuis is 16 jaar. Op nuchtere maar aangrijpende wijze geeft hij een inkijk in zijn gevecht om een plek in de wereld te veroveren. Net als alle jongeren zoekt hij naar zijn identiteit en de grenzen van wat hij wil en kan. Wessel is ook autistisch. Hij ontwikkelt zich van een angstige en schuwe jongen die prikkels vermijdt tot iemand met een eigen vriendenkring die metalconcerten bezoekt – het toppunt van prikkels.

De ontwikkeling van Wessel Broekhuis dwingt respect af. Hij is niet gaan somberen en heeft zijn autisme overwonnen. Schrijven is zijn passie en met prachtige verhalen laat hij zien hoe hij zijn leven heeft vormgegeven. Iedereen die op zoek is geweest naar zijn of haar eigen plek op de wereld, of daarmee bezig is, zal zich herkennen in dit boek.

Wessel Broekhuis zit op het vwo, schrijft songteksten en is zanger van de metalband Crush.

### **Van binnen weet ik**

Baukje van Kesteren

ISBN: 97890 435 17522

Uitgeverij: Kok

Prijs: € 14,95

Dichtbundel, gebonden met stofomslag, 53 blz.

Baukje van Kesteren is psycholoog en auteur. Ze is bekend van haar publicaties op het gebied van autisme en als winnares van diverse dichtwedstrijden. Van binnen weet ik is haar vierde religieuze bundel: de gedichten vormen de neerslag van haar geloofservaringen: wanhoop en hoop, twijfel en vertrouwen, weerstand en overgave. In 2008 verscheen de niet-religieuze bundel 'Dit land, waarin ik niet geboren ben'. Baukje van Kesteren is in Twente vooral bekend als winnaar van de Willem Wilmink dichtwedstrijd 2006 en 2009.

---

## Persberichten



### VitamineR

Op dinsdag 6 april besteedt Yvonne Nesselaar van 19.00 uur tot 21.00 uur in het gezondheidsmagazine VitamineR uitgebreid aandacht aan autisme. Studiogasten zijn in ieder geval:

- Pieter de Nijs                    kinder/jeugdpsychiater bij Erasmus MC en SARR expertisecentrum in Rotterdam;
- Anja van Rijswijk            behandelaar bij SARR expertisecentrum in Rotterdam;
- Hans van Dop                    gespreksleider bij PAS Nederland en ervaringsdeskundige

Onder andere zal worden ingegaan op wat autisme is, hoe autisme wordt vastgesteld, wat voor problemen autisme met zich meebrengt en wat je aan autisme kan doen.

VitamineR is live en is te beluisteren op 93,4 FM en 96,1 (kabel). Tot 20.00 uur kunt u de studiogasten in de uitzending ook zelf iets vragen. Bel hiervoor 010 4364436 of stuur een mailtje naar [vitaminer@rijnmond.nl](mailto:vitaminer@rijnmond.nl). Uitzending niet kunnen beluisteren of gemist? Geen nood. Na 6 april is de uitzending altijd nog op [www.Rijnmond.nl](http://www.Rijnmond.nl) te beluisteren.

---

### RKK Kruispunt TV zondag 11 april

In de Week van het Autisme besteedt Kruispunt TV aandacht aan volwassenen met autisme.

In KRO Kruispunt vertellen Rob Abers (57), Karin Berman (46) en Sigrid Landman (41) welke beperkingen en problemen zij in het leven zijn tegen gekomen. Zij kregen pas een paar jaar geleden te horen dat ze een vorm van autisme hebben.

Er zijn ook volwassenen, die zich er niet bewust van zijn dat ze autisme hebben. Ze zijn wel tegen dingen aangelopen tijdens hun studie, op het werk en in relaties, maar de problemen werden nooit met elkaar in verband gebracht. Soms ervaart alleen de omgeving, dat zij "anders" zijn.

Rob: "Ik heb intensieve relaties gehad maar zat zo in mezelf opgesloten dat ik niet durfde te praten. Niet omdat ik het niet wilde maar omdat de angst voor die nabijheid zo diep zat, dat er geen enkel contact mogelijk was".

Het woord "autist" wordt te pas en te onpas gebruikt, en vaak als scheldwoord. In werkelijkheid merken we het vaak niet als een volwassene daadwerkelijk een vorm van autisme heeft. Het is aan de buitenkant niet te zien en volwassenen hebben geleerd zich zoveel mogelijk aan hun omgeving aan te passen.

De laatste 10 jaar is er steeds meer bekend geworden over autisme en spreekt men van verschillende aandoeningen of stoornissen binnen het autistische spectrum (ASS). De aandacht gaat al die jaren naar de vele kinderen bij wie de diagnose is gesteld. Maar langzamerhand verschuift de focus naar volwassenen. Ouders en familieleden vragen zich af of ze misschien ook een vorm van autisme hebben.

Autisme is niet zomaar te omschrijven en de bij de stoornissen behorende symptomen en beperkingen, uiten zich bij iedereen op een andere wijze. Toch heeft ruim 1% van de Nederlandse bevolking een Autisme Spectrum Stoornis.

Kruispunt TV, zondag 11 april om 22.40 uur bij het RKK op Nederland 2

Herhaling op maandag 12 april, om 11.25 uur op Nederland 2

De uitzending is ook na zondag 11 april terug te zien via [www.kruispunt.rkk.nl](http://www.kruispunt.rkk.nl)

---

### AutiTalent

#### **AutiTalent, dé werkgever voor mensen met autisme.**

AutiTalent zet zich sinds 2008 in om mensen met autisme een volwaardig betaalde baan te bieden. Ze richten zich met name op digitaliserings- en archiveringswerk. De laatste 2 jaar is AutiTalent uitgegroeid tot een organisatie waar op dit moment 17 medewerkers in dienst zijn. Bij verschillende organisaties heeft AutiTalent al gezorgd dat dossiers digitaal beschikbaar zijn, denk hierbij aan personeels-, cliëntdossiers en gemeentelijke dossiers. Sinds dit jaar digitaliseren de medewerkers van AutiTalent ook foto's, negatieven en dia's. 'Al onze opdrachtgevers zijn erg tevreden over het werk dat onze medewerkers (ook wel 'AutiTalenten' genoemd) verrichten. Onze medewerkers hebben een iets langere inwerkperiode nodig, maar daarna functioneren ze als volwaardige werknemers', aldus Paul Vermeer, directeur AutiTalent.

## Opleiding

Wij leiden mensen met autisme op in het vakgebied waar ze werkzaam zullen zijn. Daarna zorgt AutiTalent voor een opdracht die past bij hun sterke competenties. 'AutiTalenten' onderscheiden zich ook door het consequent uitvoeren van repeterende werkzaamheden. Zij vinden juist zekerheid en voldoening in de consequente uitvoering van goed afgesproken processen en procedures.

## Beschermde werkomgeving

AutiTalent: 'Het creëren van goede werkomstandigheden is erg belangrijk om de talenten van mensen met autisme tot hun recht te laten komen. Wij noemen dit een "beschermde" werkomgeving.

Dat betekent o.a.:

- rustige, prikkelarme werkplek (geen kantoortuin)
- goed afgestemde begeleiding
- duidelijke werkinstructies
- structuur in het werk

## Begeleiding

De medewerkers van AutiTalent worden in hun werk begeleid door een jobcoach, die hen met name op het aspect autisme coacht. Daarnaast zorgt AutiTalent zelf voor begeleiding en is er altijd een inhoudelijk begeleider aanwezig op de werkplek. Eén duidelijk aanspreekpunt waarbij de medewerkers terecht kunnen met hun vragen. 'Juiste begeleiding van onze medewerkers, zorgt ervoor dat zij goed kunnen en blijven functioneren. De juiste begeleiding is de sleutel tot het succes van AutiTalent', aldus AutiTalent.

## Maatschappelijke betrokkenheid

Paul Vermeer: de term 'maatschappelijk verantwoord ondernemen' hoor je tegenwoordig veel om je heen. Ons doel is om dit niet alleen bij woorden te houden, maar deze om te zetten in daden. We hebben in de loop der tijd de nodige ervaring opgedaan op het gebied van maatschappelijk betrokken ondernemen. We helpen organisaties dan ook graag om hun maatschappelijke betrokkenheid concreet in te vullen.'

AutiTalent heeft veel kandidaten in haar bestand staan die op zoek zijn naar voor hen geschikt werk. Geïnteresseerde kandidaten en opdrachtgevers kunnen zich op de site van AutiTalent ([www.autitalent.nl](http://www.autitalent.nl)) aanmelden. Hier is ook meer informatie te vinden over AutiTalent en mensen met autisme kunnen zich op deze site aanmelden voor werk.

---

## Interessante links



Diverse interessante filmpjes over autisme

<http://www.participate-autism.be/go/nl/videos.cfm>

PC-applicatie voor het presenteren van dagritme kaarten

<http://pdd-nos.info/?p=699>

De poster "We focussen liever op de waardevolle kwaliteiten bij autisme" toont een "cloud" van zaken waar autistische mensen sterk in (kunnen) zijn.

<http://www.deautismecoach.nl/deautismecoach/images/poster.jpg>

Filmpje over Birsan Basar, Turkse Nederlandse met autisme

[http://headlines.nos.nl/forum.php/list\\_messages/19630](http://headlines.nos.nl/forum.php/list_messages/19630)

---

## Ingezonden door onze leden



### Autistische mensen en testament

Door Mar Wanrooij

Ten gunste van een autistisch iemand kunnen mensen in Nederland een speciaal testament laten opmaken door hun notaris. Bijvoorbeeld:

Na het overlijden van de ouders van een autistisch iemand, is het dan eenvoudiger mogelijk om de gewoonlijke bezigheden en activiteiten voort te zetten.

Er geldt in een dergelijk geval een vermindering van successierechten.  
De erfgenaam behoeft daartoe niet handelingsonbekwaam te zijn.

Ingaande 1-1-2010 is de naam Erfbelasting en is uit de erfenis een bedrag van maximaal € 57.000,00 vrijgesteld ten behoeve van een ziek of gehandicapt kind.

Voor andere kinderen is dat € 19.000,00.

De handicap dient aangetoond te kunnen worden. Het overleggen van een schriftelijke diagnose lijkt hiervoor voldoende te zijn. Het vastleggen via de notaris in een testament, zal meer zekerheid bieden.

Zie ook [http://www.belastingdienst.nl/particulier/erven/erven-39.html#P428\\_44764](http://www.belastingdienst.nl/particulier/erven/erven-39.html#P428_44764)

---

## HET ZEIGARNIK-EFFECT

Column van Wereldmeisje

Normaal gesproken heb ik het niet zo op gedichten. Vaak komt de poëtische taal me nogal ingewikkeld en onindenkbaar over. Eigenlijk begrijp ik er vaak maar bar weinig van. Geef mij maar gewone literatuur. Toch zijn er uitzonderingen. Zo zijn er de gedichten van de Nederlandse schrijfster-dichteres Anne Enquist (1945). Enquist hanteert een mooie beeldende stijl waarin het poëtische en prozaïsche treffend en navolgbaar samengaan. Een van haar gedichten verhaalt over haar verongelukte dochter. Hier eerst een fragment:

*Als razernij, verdriet zijn uitgewoed,  
neem ik het grootgeworden kind, het oude  
lichaam, de verloren vriend en stop ze  
in de rugzak van het leven, die ik draag*

*Maar dat wat onvoltooid werd weggerukt?  
(...)  
Die pijn houdt door de jaren heen schokkend  
en rauw zijn versheid: wind die niet wil  
gaan liggen, schip dat maar niet vergaat.  
(uit: Jachtscènes 1992)*

Enquist verwijst naar de aanhoudende pijn over het verlies van haar dochter, wier leven nog niet klaar was. De dochter is de onvoltooide. Enquist gaf dit gedicht de ongewone en vraagtekens oproepende titel: Zeigarnik-effect. Ongewoon omdat het een term uit de sociale psychologie betreft, die Enquist overplant naar de poëzie. Het Zeigarnik-effect is vernoemd naar de Russische psychologe Bluma Zeigarnik (1900-1988). Het benoemt het verschijnsel dat mensen zich een onafgemaakte taak beter herinneren dan een afgeronde taak, en dit komt doordat onafgeronde taken veel spanning met zich meebrengen. Die spanning kan nuttig zijn, om bijvoorbeeld iets te leren. Maar zij kan ook leiden tot verlies van focus, concentratie en afdwalen. Denk bijvoorbeeld aan wat er gebeurt als individuele werktaken telkens onderbroken worden. Of als je op een website komt vol ongeordende informatie. Of als je een winkel binnenloopt en opeens moet kiezen uit veel meer varianten van een bepaald product. Een hoofd krijgt geen rust als er geen keuze gemaakt is, als hij niet dat gevonden heeft waarvoor hij een website bezocht, als hij niet die taken af kan maken waaraan hij begonnen is. Het Zeigarnik-effect is eigenlijk best veel aanwezig in ons dagelijks leven!

Toevallig las ik onlangs, in een magazine in de wachtkamer van de tandarts, iets over dit Zeigarnik-effect. En zoals wel vaker gebeurt: ik moest meteen aan autisme denken. Wat hebben autisme en Zeigarnik-effect nu met elkaar van doen?

Ik was speciaal getroffen door deze zin in dat magazine: 'het hoofd komt als het ware vol losse eindjes te zitten, die allemaal schreeuwen om aandacht.' Dit deed en doet me denken aan de autistische chaos, die ik vaker dan mij lief is in mijn hoofd ervaar. Eerder schreef ik al over mijn struikelende hersentjes, een autistisch stuiiterhoofd dat bijna pijn doet. Als ik me bedenk hoe het is om de wereld in te stappen, dus in contact te treden met mijn omgeving, dan denk ik dat ik voortdurend geconfronteerd word met het Zeigarnik-effect. Ik heb altijd een doel, maar ik word er om de haverklap van afgeleid. Door zintuiglijke prikkels, zoals geluiden, letters en bewegingen, en door onderbrekingen, zoals de telefoon, een email en mijn partner die wat vraagt. Voortdurend afgeleid worden. En zoiets gebeurt al helemaal als ik met iemand in gesprek ben. En als ik voor een situatie sta waarin er veel keuzes, mogelijkheden of opties zijn. Het hoort eigenlijk bij mijn 'condition autisme' dat ik bij voortduring afgeleid word van dat wat mijn hoofddoel is. Vandaar dat ik zo snel (over)gespannen spieren heb, vandaar dat ik zo druk ben in mijn hoofd, en vandaar dat ik vaak zo moe ben. Het Zeigarnik-effect is een dagelijks fenomeen in mijn autistische bestaan!

Je kunt je afvragen: wat hebben we eraan, om autisme en dit Zeigarnik-effect aan elkaar te koppelen? Ik denk zelf dat er twee redenen zijn waarom het de moeite van het koppelen waard is. Ten eerste kan het de niet-autistische mens meer inzicht geven in de effecten die afleidingen op de autisme-mens hebben. Het kan zijn begrip voor de autistische overprikkeling vergroten, en voor de spanningen en rusteloosheid die er mee gepaard gaan. Maar ook voor het belang van het terugtrekken in 'de eigen wereld'. Ten tweede kan het Zeigarnik-effect een ingang zijn om het 'leerproces' van de autisme-mens te bevorderen. Of breder getrokken: om leefomgeving en toerusting voor deze leefomgeving beter aan te passen aan de autistische conditie. Zo kan het belang van een duidelijk doel nog meer naar voren gehaald

worden, waardoor afleidende prikkels aan gewicht kunnen verliezen. De autisme-mens kan als het ware meer geëngelijkt worden aan het doel dat hij zichzelf gesteld heeft. Het zijn zo maar wat gedachtegangen naar aanleiding van het mooie en pijnlijke gedicht van Enquist, en een alinea in een artikel, dat ik in de wachtkamer van de tandarts las. Ik had graag eens met Bluma Zeigarnik van gedachten gewisseld.

Wil je reageren op deze column? stuur dan een berichtje naar [wereldmeisje@hotmail.com](mailto:wereldmeisje@hotmail.com) of mail de redactie van de nieuwsbrief: [redactie@pasnederland.nl](mailto:redactie@pasnederland.nl)

## Reacties op de vorige column

De columns van Wereldmeisje zijn nu ook te vinden op de website van PAS. Ga naar [www.pasnederland.nl](http://www.pasnederland.nl) en in het hoofdmenu naar Columns -> Wereldmeisje.

Op de column in de vorige nieuwsbrief, 'Wanneer ben ik klaar?', zijn veel reacties gekomen. Hieronder zijn twee reacties geselecteerd. Deze en alle overige reacties zijn ook te vinden op de website bij de columns van Wereldmeisje.

---

Hallo wereldmeisje,

Wat een verademing om eindelijk eens iets te lezen van iemand die ook helemaal murw is van al dat presteer en verbetergezeur! Mijn verhaal; zeer moeilijke moeder, autistische afwezige pa, probleemzussen en een broer die ook nooit lekker in z'n vel zat. School, baan kiezen, vriendinnetje, trouwen, gelukkig? Nee, jarenlang bijstand, dus alleenstaand, armoede en nooit echt meetellen. Van ellende pas rond mijn veertigste met het verstand op nul een opleiding Sociaal Pedagogisch Werker gestart, ik liep stage bij een sociale werkplaats. Het ging twee jaar goed en toen? Ik viel in een gat, de ellende die daarbij hoort sla ik even over. Naar de psych, praten, praten, praten, na een halfjaar wist ik nog niks. Wanhoop, zelfmoordgedachten, er moest toch welgévédé iets met mij aan de hand zijn? Internetten, zoeken, uiteindelijk toch het stukje over Asperger (wat ik tijdens de opleiding ook al had gelezen!) nog maar eens lezen en het kwartje viel! Een jaar later pas kreeg ik de officiële bevestiging van de GGZ. Klaar, kwaal duidelijk, probleem opgelost, eindelijk rust! Dacht ik.

Van de GGZ kreeg ik geen hulp, ik moest zelf een zorgkantoor inschakelen, de GGZ wist mij daar niet op te attenderen. En ik kwam bij het UWV terecht. Deze sukkel had gewerkt, ik had nergens recht op zei de verzekeringsarts. Sindsdien zit ik in een eindeloze procedure die me kapot beukt, het is een kwelling. Ik moet de diverse hulpverleners mijn autisme letterlijk door de keel duwen want ik lijk zo normaal. Dat ik zowat mijn hele leven van de bijstand leefde wordt weggewuifd, ik heb gewerkt en kan dus werken. Gekort op de uitkering, al drie rechtszaken gehad, de vierde zit eraan te komen. Een advocaat erbij, heen en weer rijden, bellen, gek worden van al die papieren, ik ben het zo ontzettend spuugzat. Nu al weer vijf jaar!

Ik ben nergens goed voor, dat weet ik veel te goed waardoor iedere motivatie volledig ontbreekt. Toch zeuren alle instanties waar ik mee te maken krijg over werk, eindeloos! Zodra ik zoiets te horen krijg raak ik acuut depressief. Mensen ontwijk ik want gezeur en problemen wil niemand graag horen en wat Asperger of ADD is dat begrijpen ze toch niet. Geld heb ik niet, ik zit 300 dagen per jaar thuis. Lezen en TV kijken, meer zit er niet in. Problemen binnen de familie (autisme gerelateerd!), het is allemaal dieprietste ellende en er komt maar nooit een eind aan. Thuis zitten, boodschappen doen, zo nu en dan naar pa, broer of vriend of vriendin, dat is mijn leven. Hoe lang nog voordat ik zelfmoord pleeg?

Wat autisme is weet bijna geen mens, daar ben ik zo langzamerhand wel achter!

Vriendelijke groet, Bernhard Lub

---

Prima Wereldmeisje,

Je column is me uit het hart gegrepen.

Ik ben ook op zoek naar een fijner leven en loop te hoop in hulpverlenersland.

Dertig jaar heb ik me weten te redden en twaalf jaar geleden wist ineens iemand wat eraan schortte bij mij. Braaf heb ik me onderworpen aan een 'behandeling' waar ik rotter uit terugkwam dan dat ik begonnen was. Mijn eigenwaarde werd afgebroken, maar ik kreeg er niks voor in de plaats.

Zolang ik niet wilde aanvaarden dat er iets 'mis' was met mij, kon ik niet geholpen worden en nu ik me na tien jaar enigszins herpakt heb en bereid ben mijn 'tekortkomingen' te onderzoeken worden nieuwe rapportages gevraagd m.b.t. mijn diagnosestelling.

Zodra ik me verlaat op mensen die het beter lijken te weten wordt ik kleiner gemaakt dan ik ben. In hulpverlenersland ben ik een 'gehandicapte' en daar heb ik me naar te gedragen als ik hulp wil krijgen, terwijl ik nog altijd uit wil gaan van

mijn sterke kanten en talenten en alleen maar wat ondersteuning wil hebben.

Om hulp te krijgen moet ik mij beschikbaar stellen voor de wetenschap, me onderwerpen en me laten gebruiken als studieobject. Ik moet door de knieën. Ik moet me presenteren met opgetrokken schouders en open handen. "Ja sorry dat ik ben zoals ik ben. Zeg het maar hoe je me hebben wil".

Eerst moet ik mijn ziel aan de psychiatrie verkopen om maar af te wachten of ik er deze keer wél dat aangename leven voor terug krijg waar ik naar verlang.

De intakecommissie van het Leo Kannerhuis heb ik verworpen. Dat heeft mijn situatie niet verbeterd, maar ook niet verslechterd. Ik regel nu mijn eigen psycho-educatie met boeken van Peter Vermeulen. Het is geen pretje om te ontdekken dat ik klaarblijkelijk onaangenaam in de omgang ben. Ik had grootse plannen met mijzelf en de wereld.

In één van zijn boekjes stond iets over de therapie die hij overigens wél met respect voor de mens achter de autist omschrijft. Daarin staat hoe de patiënt/cliënt immer hoop geboden moet worden. De beklemming die jij omschrijft waarin je omgeving je telkens weer wil verbeteren, komt waarschijnlijk voort uit de bedoeling je niet in de steek te laten of uit het feit dat de hulpverlener zijn/haar eigen onmacht niet kan hanteren.

Er zijn dingen die hulpverleners en andere mensen in je omgeving met de beste bedoelingen doen. Voor jou of in hun eigen belang. Pak eruit wat waardevol is voor jou en bedank beleefd voor wat jou niet PAST. Láát je niet leven. Je hebt zelf voldoende in 'huis' om te weten wat goed is voor je. Commentaar hebben mensen altijd op elkaar, al is het maar om er beter te lijken dan een ander.

Het is maar een gezichtspunt dat anderen je op proberen te dringen. Ik zou al dat mee-geresoneer met gevoelens van een ander óók kunnen duiden als een afwijking. De grenzeloosheid van mensen met (rand)psychosen die zich gemakkelijk verliezen in de ander, zit wellicht aan het andere eind van het spectrum dan waar de autist zich bevindt. Tja, en wil je dan als mens achter de hulpverlener niet toe hoeven geven dat je beide aspecten in je draagt, dan móét je wel in je omgeving onderscheid maken.

Het is jouw stevigheid dat je ze daar niet teveel hun gang in laat gaan. Zo draaien de rollen zich om en krijgt ook de hulpverlener een kans om zichzelf te verbeteren.

Veel succes, Wereldmeid!

Fleur

---

## DSM-V

De voorlopige versie van de DSM-V, het beroemde handboek voor psychiatrische diagnostiek is online verschenen.

Voor de niet kenners: in de DSM (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders) staan op een beknopte manier criteria omschreven die de expert in staat stelt een diagnose te stellen op het gebied van psychiatrische aandoeningen.

De eerste DSM verscheen in 1952, bedoeld om een einde te maken aan al de verschillende modellen die er op het gebied van diagnostiek voorhanden waren. Vanaf dat moment was er dus een vast beeld voor elke aandoening. Daarbij dient gesteld te worden dat het mensenwerk blijft om de diagnose te stellen, het boek is alleen een opsomming van kenmerken, die opgeteld naar verschillende conclusies kunnen leiden. Het is een handvat voor diegene die de diagnose stelt, meer niet.

Op dit moment wordt er nog gebruik gemaakt van de DSM-IV uit 2000, die zowel gezaghebbend als bekritiseerd is. De eenduidigheid heeft het onderzoek in de psychiatrie vooruit geholpen. Kritiek is er van patiëntenorganisaties die de hand van de farma-industrie zien in de criteria voor een diagnose, en van praktiserende psychiaters, die de gedetailleerde onderverdeling van ziektebeelden onwerkbaar vinden. In de praktijk overlappen de ziektebeelden vaak sterk.

We zijn nu dus toe aan deel 5, vandaar de V.

De afgelopen tien jaar hebben internationale werkgroepen, bestaande uit psychiaters, psychologen en epidemiologen, in beslotenheid gedebatteerd over de nieuwe versie van de DSM. Het resultaat van dat overleg is inmiddels openbaar. Het duurt nog een paar jaar voordat het handboek definitief is, maar iedereen kan de voorlopige versie van de DSM-V online al lezen en er tot 20 april commentaar op leveren zie: <http://www.dsm5.org/Pages/Default.aspx>. Daarna zal er door de American Psychiatric Association nog lang vergaderd worden over de inhoud, tot de definitieve verschijning in mei 2013.

Wat er gaat veranderen voor mensen met autisme is dat het verschil tussen de stoornis van Asperger, autistische stoornis, desintegratiestoornis van de kinderleeftijd, de stoornis van Rett en de pervasieve ontwikkelingsstoornis (bekend als PDD-NOS) komt te vervallen. Deze komen samen onder de noemer autisme-spectrumstoornis.

## Veilig

Ach was ik soms onzichtbaar  
Een schildpad in haar huis verstopt  
Een egel in zijn stekelbal  
Voelt veilig... en  
Wordt geen haast nog gewaar.

Alles is verkiesbaar  
Boven - "steeds afwijkend valt op  
Loopt voortdurend in de val"  
De algemene norm is heilig  
Betekent mij slechts GEVAAR.

Klinkt dit voor jou herkenbaar  
Wordt zacht aan jouw hart geklopt  
Ben jij ook Anders Samen?  
Zullen we samen Anders zijn  
Zijn wij Anders 'van zessen klaar'.

Joanne Bruyn  
4 Oktober 2009



**schaakmat**



**voorsprong**



**kapitaalvlucht**

## colofon

### Nieuwsbrief

De nieuwsbrief is een uitgave van PAS en versijnt zes keer per jaar.

Aan deze nieuwsbrief hebben bijgedragen:  
Joanne Bruyn, Sylvia Hubers, Hedwig Ideler, Bernhard Lub, Carlo Post, Frank van Tiel, Mar Wanrooij, Wereldmeisje, Fleur

### kopij

Kopij voor de volgende nieuwsbrief dient uiterlijk 28 mei in het bezit te zijn van de redactie: per e-mail naar [redactie@pasnederland.nl](mailto:redactie@pasnederland.nl), per post naar ons algemene postadres of per fax.

### digitale nieuwsbrief

Wij zenden de nieuwsbrief bij voorkeur via e-mail. Abonneren op de digitale nieuwsbrief kan door een mail te sturen naar [nieuwsbrief@pasnederland.nl](mailto:nieuwsbrief@pasnederland.nl) met

Als onderwerp 'aanmelding digitale nieuwsbrief PAS'. De digitale nieuwsbrief is te downloaden als PDF of Word-document.

### Contactgegevens PAS

Algemeen postadres:  
PAS Nederland  
J.M. van der Meijstraat 9  
1333 PH Almere

Telefoon: 030 - 711 35 91  
Fax: 084 - 736 4930

Verenigingsinformatie: [algemeen@pasnederland.nl](mailto:algemeen@pasnederland.nl)  
Overige informatie en advies: [advies@pasnederland.nl](mailto:advies@pasnederland.nl)  
PR en folders: [communicatie@pasnederland.nl](mailto:communicatie@pasnederland.nl)