

Hoofdstuk I: Wat is autisme, voor mij

Er is vaak tegen mij gezegd: "Autisme een beperking in je informatieverwerking." Mensen met autisme verwerken de informatie die ze binnenkrijgen van de wereld om hen heen anders dan mensen zonder autisme. Het wordt ook wel een 'informatieverwerkingsstoornis' genoemd. Mijn hersenen werken dus anders. Dit heeft een best groot effect op mijn dagelijkse leven. Ik loop tegen problemen aan die voor andere mensen niet bestaan, ik zie dingen die andere mensen niet opvallen. Alle informatie die binnenkomt, wordt bij mij anders verwerkt. En daar ga ik je in dit boek over vertellen.

Voor lange tijd heb ik dit zelf niet begrepen. Want, waarom zou mijn informatieverwerking 'beperkt' zijn? Ik kan toch nadenken? Als iemand iets uitlegt, dan snap ik dat toch ook gewoon? Ik haalde hoge cijfers op school. Voor mij is alles normaal geweest, ik wist niet hoe het voor andere mensen was en dacht dus dat het voor iedereen hetzelfde was als bij mij. Dat denk ik nog steeds wel eens. Pas toen ik een verklaring had en meer ben gaan benoemen, leerde ik verschillen die ik ervaar, onderscheiden van mensen die geen autisme hebben.

Die informatieverwerkingsstoornis betekent dat informatie bij mij langzamer binnenkomt. Het maakt niet dat ik dingen *nooit* snap, of dat ik dom ben: het maakt dat ik meer verwerkingstijd nodig heb. Of even een paar seconden, minuten, of zelfs dagen om te schakelen. Taken als 'doe de vaatwasser even' of 'denk eraan je spullen op te ruimen' hoor ik soms wel, maar ze worden niet verwerkt.

Een voorbeeld van wanneer zo'n situatie ontstaat is als ik een taak wil uitvoeren, en er dan nog een taak bij komt. Soms wordt die verwerkt, soms maar half, en soms gewoon niet.

"Het gaat regenen, ik zou de was binnen moeten halen" zegt mama dan, verwachtingsvol naar mij kijkend. Ik herken de blik, maar weet niet wat ik moet doen.

Vijf seconden.

Tien seconden.

Dertig seconden.

Mama geeft het op, ze kijkt weg. Heb ik iets fout gedaan? De onze-

kerheid drukt als een te grote hap in mijn keel. Ik begin aan de rand van mijn nagels te pulken tot het zeer doet. Was. Regen. Welke regel was dat ook al weer? Er was iets wat ik moest doen.

Moet ik de was binnen halen?

Moet ik een planning maken?

Moet ik de buienradar bekijken?

Ik twijfel. Het is laat en mama is moe, ik zie de rimpels onder haar ogen als ze die meer dicht knijpt om het scherm van de iPad te zien. De zucht die haar mond zo nu en dan verlaat. Donkere wallen, gebarsten lippen waar ze vermoeid op bijt. Ik zou het kunnen vragen, maar ik ben bang iemand tot last te zijn.

Zou het erg zijn als ik de was binnen haal? Niemand heeft het me gevraagd... Ik denk het niet. Ik denk dat het goed zou zijn om de was binnen te halen. Dus ik sta op, zonder te checken, en kijk nog een laatste keer nerveus vanuit mijn ooghoek naar mama, die heeft niks door.

Dan loop ik naar buiten om de was af te halen. Er zitten zwemspullen aan de lijn van gisteren. Flippers. Duikbrillen. Dat is geen was. Maar... ik moet altijd *alles* meteen opruimen. Dus ik neem alles mee naar binnen, ruim de zwemspullen op in de tas, ga verder met de was, en laat de dag achter me.

Drie dagen later loop ik weer door de woonkamer en zie daar de plastic tas met zwemspullen liggen. Opeens bedenk ik me dat ik die ging opruimen, en ik ruim ze op in de berging. Mama maakt koffie. Ik loop naar haar toe. "Ik heb de zwemspullen opgeruimd." Ze kijkt verbaasd op, het duurt even voordat ze begrijpt waar ik het over heb, maar dan glimlacht ze. "Goed zo. Dat duurde even voor het binnenkwam hè?" Ik knik. Drie dagen. Ik had het in de tas gedaan... en er niet eens aan gedacht het ook op te ruimen. Het kwam niet binnen. Gewoon... niet. Mama raakt voorzichtig mijn schouder aan. "Ik ben blij dat je het alsnog hebt gedaan," zegt ze trots. En dan weet ik dat het goed is. Het duurde een tijd voordat ik verwerkt had dat ik het moest opruimen, maar dan doe ik het ook.

Onmogelijk veel details

Een ander ding dat ik, en veel andere mensen met autisme ervaren, is het probleem bij de 'centrale coherentie.' Dat gaat eigenlijk gewoon

over het vermogen details waar te nemen en niet het geheel te zien.

Aan de ene kant is dat een erg mooie eigenschap. Ik zie geen samenhang, ik zie alles individueel. Mooie ogen, tientallen tinten groen in de boom, individuele bladeren, elke snorhaar van mijn kat, elke neus van iedere persoon... welke verschillen er tussen zitten... hoe de stof in kleding is gewoven. Ik zie het meteen als ik beneden kom en er een nieuw blad aan een plant zit, ik kan alle details zien op afbeeldingen voordat ik iets nateken.

Helaas is het ook de basis van een groot probleem voor mij. Ik zie geen samenhang. Ik zie geen gezicht, ik zie een oog, een ander oog, een pupil in dat oog, een neus, neusvleugels, de ene wang die roder is dan de ander. Pas als ik lang genoeg kijk, zal ik er achter komen dat het een gezicht is. Het is alsof je een puzzel moet neerleggen die van alles kan worden, en dat je pas bij de laatste stukjes een idee krijgt van wat het is.

Dit maakt dat ik in een film bijvoorbeeld een karakter niet herken en de plot mis. Of dat ik iemand ontmoet en de volgende keer helemaal niet herken. Dit maakt dat ik de weg snel kwijtraak, want als je alles in zulke kleine details ziet, lijkt alles op elkaar. Moest ik links afslaan bij de boom met vijf tinten groen of die met zes? Ik fiets er te snel langs om alle details samen te voegen en te zien dat de ene boom een berk is en de andere een eik.

Mensen zonder autisme, volgens de mensen die ik er over gesproken heb althans, zien een vloer die nodig moet worden gezogen. Een vloer met wat stof en haren er op. Ik zie een plank... twee planken. Opeens veel meer planken. De nerven in die planken, de kleurverschillen in een plank, dan de kleurverschillen in de andere plank, en dat die weer van elkaar verschillen. De gleuven tussen planken, krasen of strepen, de vlekken... en nog veel meer. Al dat stof zie ik wel, maar het valt weg tussen al die andere details die ik zie. Ik bedenk me niet dat ik moet stofzuigen. Want als ik een strootje uit een hooiberg haal, zijn er nog steeds honderd andere. Als ik een detail weghaal, zie ik er nog steeds honderd meer. Het maakt voor mij nauwelijks verschil in zo'n geval.

Ik zie geen geheel, geen samenhang tussen de details, geen betekenis erachter. Pas als ik lang genoeg kijk -dit kan soms uren duren- sla