# MI en Autisme

Autisme Spectrum Stoornis (ASS) is erg breed en is bij geen twee personen hetzelfde. Wat voor de één werkt, werkt mogelijk niet voor iemand anders. Dit document is vooral bedoeld als praatstuk waarop aanvullingen en kanttekeningen gegeven kunnen worden. Met als uiteindelijk doel, professionals meer inzicht te geven waar ze op kunnen letten als ze Motivational Interviewing (MI) willen toepassen bij mensen met een Autisme Spectrum Stoornis.

*Onderstaande is geen accurate samenvatting op basis van wetenschappelijk onderzoek maar enkele gedachtes en ervaringen van een aantal professionals die bedreven zijn in het toepassen van Motivational Interviewing en gewerkt hebben met mensen met een Autisme Spectrum Stoornis. Aangevuld met enkele algemene communicatietips uit de literatuur over communiceren met mensen met autisme.*

Basishouding

- Autonomie benadrukken, toestemming vragen en echt samenwerken is helpend
- Gelijkwaardigheid is heel belangrijk in de communicatie tussen mensen met en zonder autisme. Dat compenseert de onduidelijkheden die er onvermijdelijk insluipen.
- Sta je echt open voor de gedachtes etc. van de ander? Onbewust heeft bijna iedereen een bepaald beeld bij autisme. In een gesprek met iemand die autisme heeft, zoeken je hersenen vooral naar informatie die dat beeld bevestigen. Als je je hier niet van bewust bent, zal je de persoon tegenover je niet zien zoals hij/zij daadwerkelijk is.
- Stel jezelf de vraag: zoek ik nu een bevestiging van wat ik al dacht, of wil ik echt weten wat de ander vindt?
- Ben ik me ervan bewust dat de ander, met wie ik praat, het gesprek op zijn eigen manier ervaart? Misschien wel heel anders dan ik?
- Ben ik bereid om me te laten verrassen en iets van de ander te leren?

Luisteren/Volgen/Aandacht

- Luister ik met echte aandacht? Of zoek ik toch regelmatig naar momenten waarop ik het woord kan nemen?
- Kan ik wat de ander zegt rustig bij mezelf laten doordringen, zonder meteen overal op te reageren?
- Grote kans dat de ander dingen anders ziet dan jij zelf. Mag dat er zijn en kun je blijven “zien” waardoor de ander aandacht heeft? Of voel je dan weerstand en ga je uit het contact?
- Wil ik het gesprek sturen of mag het gesprek ontwikkelen en komen zoals het komt?
- In hoeverre ben je je bewust van je eigen verwachtingen en lukt het je om deze los te laten?

Timing

- Op welk moment spreek je de ander? Is dit een gunstig moment of is er spanning, onrust etc.?
- Probeer rust te brengen in je eigen hoofd en in het gesprek.

Reparatiereflex vermijden

- Wat in het algemeen natuurlijk al geldt bij het aanleren van MI is ook hier van toepassing: Het is goed mogelijk dat je onbewust een idee hebt over 'wat goed is voor iemand met autisme'. Dat versterkt de neiging om voor de ander in te vullen wat volgens jóuw overtuigingen goed voor hem/haar is. Hoe sterker je overtuigingen zijn, hoe moeilijker het is om open te staan voor nieuwe informatie. Dit gaat onbewust. Sterker nog: je hersenen laten je graag geloven dat je wél een open houding hebt.

**Enkele gedachtes rondom de kernvaardigheden van MI:**

**Open vragen stellen**

- Zeker mogelijk maar stem wel af op het intelligentieniveau van de ander.
- Wellicht kan 1 of meerdere gesloten vragen (waarvan MI normaal gesproken de frequentie juist laag wil houden) helpend zijn als inleiding voor een open vraag. Eventueel nevendoel: kaderen, sturing geven en minder wollig maar juist concreter maken. Een voorbeeld: Heb je vandaag op school rekenen gehad? Wat vind je van rekenen? Of evt. een meerkeuzevraag als de stap nog te groot is: Vind je rekenen moeilijk of makkelijk?

**Samenvatten**

- Wordt vaak als heel prettig ervaren. Geeft verheldering, richting en verdieping.
- Wat soms goed werkt is dat zoveel mogelijk in dezelfde taal /woorden terug te geven. Op die manier herkent de ander zich goed in wat gezegd wordt en struikelt niet over het verschil in woorden (taalmatching).

**Reflecteren**

- Daar waar MI juist vaak gebruik maakt van complexe reflecties om de ander aan het nadenken te zetten, zou het bij ASS wel eens effectiever kunnen zijn om juist meer éénvoudige reflecties terug te geven.
- Wellicht geldt ook hier dat het helpend kan zijn om dezelfde woorden te gebruiken (taalmatching). Dit voorkomt dat de ander afgeleid wordt door de betekenis van de woorden of wellicht zelfs het idee krijgt dat hij niet goed begrepen wordt omdat de woorden niet kloppen, maar hij wordt juist met zijn eigen woorden tot verder nadenken geprikkeld.
- Pas op met metaforen, beeldspraak, dingen oprekken (versterkte reflecties), dingen verbinden (dubbelzijdige reflecties/betekenis reflecties).
- Het kan zijn dat de ander het lastig vindt om over zijn/haar gevoelens te praten. Wat dan mogelijk wel lukt is een eenvoudige keuze te bieden: negatief/positief, leuk/niet leuk, niet fijn/wel fijn etc.
- (Emotionele) nabijheid kan soms als bedreigend worden ervaren (wellicht teveel prikkels?). Dus check frequent of het nog steeds aankomt en of de ander zich gehoord voelt.

**Bevestigen & Bekrachtigen**

Zeker heel waardevol. Soms heeft het zelfvertrouwen in de loop van de jaren of tijdens een veranderproces een deuk op gelopen. B&B kan dan heel waardevol zijn en wellicht zelfs een mooie manier om goed contact te krijgen en de relatie te verstevigen. Hoe beter de relatie is hoe meer credits je hebt op de (onvermijdelijke) momenten dat er onduidelijkheden