














# Ins en Autisme

In dit overzicht geven we een beschrijving van wat je bij een sporter met autisme kunt zien en wat je voor hem of haar kunt doen.

## ***Wat kun je zien:***

-  **Sociaal onhandig gedrag**; van extreem teruggetrokken tot claimend, overheersend (dwingend) gedrag. Missen van gevoel voor afstand en nabijheid. In contacten minder gericht op leeftijdsgenoten, moeite met vriendschappen vast houden, samenspel, omgaan met winst en verlies. Weinig inlevingsvermogen.
  -  **Weerstand of angst** voor verandering. Rigide vasthouden aan regels. Beperkte interesses.
-  **Moeite met taal** of juist uitgebreid, deftig taalgebruik. Neemt taal letterlijk, begrijpt ironie/grapjes niet.
  -  Langzame **informatieverwerking**, gericht op details, moeite met opdrachten uitvoeren. Vertekend beeld van realiteit, onder- en overschatten van eigen vermogens.
-  Een houterige **motoriek**, op de tenen lopen, moeite met oogcontact, soms moeite met aanraking.

## ***Wat kun je doen:***

-  Benoem **positieve elementen**. Weet welke sterke kanten/interesses de sporter heeft en gebruik deze om contact te maken en als beloning.
  -  **Biedt structuur**; zorg voor een overzichtelijke prikkelarme situatie (licht, geluid, aanraking), duidelijke regels, afbakening van plaats en tijd, opdrachten in tussenstappen, verandering van te voren aankondigen.
-  **Bescherm** tegen pesten; biedt overal toezicht, onderhoudt contact met ouders voor en na.
  -  Wees **voorspelbaar, consequent en direct**. Noem bij instructie/feedback altijd eerst de naam van de sporter.
-  **Vaste opbouw** in training, gebruik 6 w's (wie-wat-waar-wanneer-welke wijze-wat daarna). Oefening= voordoen (visualiseren) + vertellen (ondertitelen) + nadoen (check begrip)
  -  Wees **voorzichtig** met het stellen van eisen ten aanzien van tempo en prestatie.
-  **Stop ongewenst gedrag** bijtijds, neem neutrale houding aan: emotie wordt moeilijk begrepen, geef alternatieven voor de volgende keer.
  -  **Vraag hulp** aan deskundigen (ook ouders!) bij bijzonderheden.

***Benader gedragsproblemen als onmacht, niet als onwil!***