

Psycholoog en schrijver Gijs Lauret: ‘De grens tussen autistisch en niet autistisch is fluïde, arbitrair, kunstmatig.’

GZ-psycholoog en schrijver Gijs Lauret, zelf nog niet zo lang geleden gediagnosticeerd met autismespectrumstoornis (ASS), stelt dat er veel grijstinten bestaan tussen autisme en geen autisme. Hij schreef er een boek over: [Iedereen autistisch](#). In zijn boek laat Gijs met zijn eigen verhaal, wetenschappelijke achtergronden en voorbeelden uit de praktijk zien dat de kenmerken van autisme ontstaan door onderlinge verschillen in hoe mensen informatie verwerken. Met die nieuwe inzichten leert hij het gedrag van mensen beter begrijpen en krijgt de classificatie autismespectrumstoornis (ASS) zoals in de DSM omschreven, een nieuwe betekenis.



PREMIUM

Aan de telefoon hebben we meteen een miscommunicatie. Gijs vraagt mij hoeveel woorden een online artikel mag bevatten. Ik antwoord: '750, 1000.' Hij zegt: 'Huh, 750.000? Weet je dat zeker? Dat zijn 10 boeken.' Een spraakverwarring waar we hartelijk om moeten lachen. 'Grappig dat we bij de eerste kennismaking al meteen merken waar mijn boek over gaat, informatieverwerking', zegt hij.

Iedereen autistisch

Officieel is autisme een ontwikkelingsstoornis met een negatieve invloed op het dagelijks functioneren. Autismen kan ernstige problemen geven, zoals hevige sociale angst, dwanghandelingen en grote paniek door kleine onverwachte gebeurtenissen. Autismen kan zich echter op legio

verschillende manieren manifesteren. Zo kan iemand die elke dag op precies dezelfde tijd een wandeling moet maken autisme hebben, de man met een obsessie voor modeltreinen ook, maar de topsporter die met niets anders bezig is idem dito.

In zijn boek toont Gijs aan dat in ieder mens kenmerken van autisme schuilen en gaat hij in op zowel de kwaliteiten als de kwetsbaarheden die dat met zich mee kan brengen. Voor een gezonde portie autisme hoef je lang niet altijd radicaal af te wijken van de reguliere gedragsnormen, zo stelt hij. Vandaar ook de titel *Iedereen autistisch*. Een titel die zijn vriendin Arianne overigens bedacht.

‘Ik vond *Iedereen autistisch* meteen pakkend, omdat het veel vragen oproept en bijdraagt aan een belangrijk doel van het boek, namelijk om dat wat we autisme noemen in breder perspectief te plaatsen. Om autisme niet langer te zien als aparte categorie, maar als uiting van normale menselijke eigenschappen die sterker of juist verminderd aanwezig zijn, waardoor de persoonsprofielen minder in balans zijn en de kans op vastlopen groter. Zowel de kwaliteiten, kwetsbaarheden als behoeften van mensen met autisme zijn specifiek, minder ‘gemiddeld’.

De diagnose

Bijna twee jaar geleden kreeg Gijs zelf de diagnose ASS. Hoe voelde dat eigenlijk voor hem?

‘Aanvankelijk besepte ikzelf dat de sluimerende angst- en spanningsklachten die ik sinds mijn jeugd jaren al had en

waardoor ik uitgevallen was op mijn werk, bij autisme moesten passen. Extreem heftig vond ik het. Mede doordat ik destijds, nog maar twee jaar terug, er een ouderwets beeld van had waarin ik sowieso geen carrière als psycholoog zou kunnen hebben met zo'n diagnose. Ik zag het dus even niet meer zitten met mezelf en mijn toekomst. Gelukkig ben ik aardig uit dat dal gekropen, mede doordat ik al snel concludeerde dat als ik autisme zou hebben, het lang niet zo zeldzaam zou zijn als wordt verondersteld. Want ik ben helemaal niet zo'n bijzondere jongen. Althans, het is maar hoe je het bekijkt...'

Autisme en informatieverwerking

Door de uitleg tijdens de diagnostiek werd Gijs al gauw duidelijk dat zijn manier van denken, waarnemen en functioneren goed bij autisme past. De uiteindelijke diagnose was dus geen verrassing maar eigenlijk het startpunt van de vraag der vragen op dat moment: wat is autisme dan écht, wat is het onderliggend proces waar de DSM-criteria het gevolg van zijn? Een persoonlijke en wetenschappelijke zoektocht naar de antwoorden op die hamvraag leidde tot het schrijven van zijn boek. Wat viel hem vooral op?

'Er bestaat interessante wetenschappelijke literatuur waarin wordt geconcludeerd dat autisme het gevolg is van verschillen in informatieverwerking. Aan het ene uiteinde van het menselijk spectrum, want zo noem ik het, is informatieverwerking meer globaal en flexibel. Aan het andere uiteinde is informatieverwerking juist heel gedetailleerd en precies, wat leidt tot gedragingen en

manieren van denken die passen bij autisme. Informatieverwerking, denken en gedrag zijn in dit verklaringsmodel dus geen losse componenten, maar hangen sterk samen. De vraag waar de grens is waar autisme begint of juist ophoudt, ben ik in de literatuur niet of nauwelijks tegengekomen. Die vraag stel ik wel hardop. Want hoe meer ik me erin verdiepte, hoe meer ik begon te concluderen dat die grens fluïde is, arbitrair, kunstmatig. Dat betekent voor mij niet dat het concept autisme onzin is, maar wel dat de processen onderliggend aan dat wat we autisme noemen, op ieder mens in zekere mate van toepassing zijn.'

‘Ieder mens beleeft de wereld op zijn eigen manier.’

‘Informatieverwerking gaat bij iedereen 24 uur per dag door, van de wieg tot de kist, en is daarom een interessante invalshoek om het menselijk functioneren mee te begrijpen. De basisprincipes zijn voor iedereen hetzelfde. Het menselijk brein is geen passieve ontvanger van zintuiglijke informatie, maar voorspelt automatisch en onbewust voortdurend welke informatie er zal binnenkomen, want anders is alles wat er gebeurt steeds een verrassing. Deze voorspellingen worden ook doorlopend gecontroleerd en als binnenkomende informatie niet overeenkomt met de verwachting, ontstaat er een zogenaamde voorspellingsfout, en die voorspellingsfouten zijn groter en veelomvattender als je gedetailleerd informatie verwerkt en voorspelt. Naast dat er meer details binnenkomen wat het risico op

overprikkeling vergroot, geeft dat vaak meer stress en kost extra energie.'

'Tegelijkertijd leren we van die voorspellingsfouten, want daarmee stellen we ons wereldbeeld bij. Wij zien die wereld niet zoals ze is: door verschillen in gedetailleerdheid van informatieverwerking, context en leergeschiedenis beleeft ieder mens de wereld op zijn eigen unieke manier. En omdat iedereen erop gericht is om dat wat je verwacht ook daadwerkelijk te laten gebeuren, is ieder menselijk gedrag in de kern functioneel. Menselijk gedrag is er namelijk altijd op gericht om regie te nemen over iets wat op dat moment als relevant wordt ervaren; over de eigen zintuiglijke indrukken, uiteindelijk. Zoals je waarschijnlijk automatisch je neus dichtknijpt of wegloopt als je plotseling een onprettige geur opmerkt. Iedereen heeft een optimale persoonlijke prikkelbalans waarbinnen je goed kunt functioneren. Er zijn wel grote verschillen in de speelruimte die mensen daarin hebben: naarmate de informatieverwerking gedetailleerder wordt, neemt die speelruimte af, ontstaan meer kenmerken van autisme en stijgt meestal de kans op psychische problematiek. Afhankelijk van leerervaringen en wederom context kan die speelruimte met de jaren toe- of juist afnemen.'

'We moeten af van de stoornisstaal.'

'Naast meer inhoudelijke kennis bij hulpverleners zou mijn eerste wens zijn om van de stoornisstaal af te komen. Mensen hebben geen behandeling nodig omdat er iets mis

met ze is, maar omdat ze door omstandigheden uit balans zijn. Want dat is wat wij allemaal 24 uur per dag op onze eigen manier proberen: in balans blijven, binnen onze context en met onze leergeschiedenis. Dan kunnen we psychische problematiek toch op een mensvriendelijker manier beschrijven?’

‘Neem het concept persoonlijkheidsstoornis: een opsomming van onhandige en soms ronduit nare karakterkenmerken, zonder inachtneming van context of leergeschiedenis, wederom. Ik vind dat nogal wat, alsof je als persoon defect bent. Hulpverlening is vaak in eerste instantie gericht op verandering van het individu en dat is niet altijd slecht, maar ik vind dat we het belang van begrip en acceptatie van onszelf en een context vinden waarin je goed gedijt niet moeten onderschatten. Meer begrip van hoe je brein werkt en kleine veranderingen in context kunnen heel betekenisvol zijn, zeker als iemand moegestreden is na jarenlange behandeltrajecten.’

HET BOEK IS [HIER](#) TE BESTELLEN

GIJS LAURET

IEDEREEN AUTISTISCH

The image shows two human profiles facing each other, constructed from interlocking puzzle pieces. The puzzle pieces are in shades of red, orange, yellow, and dark blue. The background is a solid teal color. The text is centered on the teal background.

Waarom wij
allemaal meer op
elkaar lijken dan
we denken

LUCHT