

Klein gebrek geen bezwaar



PIEN KEIZER- DE VRIES (36)

Is client services manager bij evenementenbureau ATPI Corporate & Sport Events. Ze begon aan een paar studies, maar maakte er uiteindelijk geen af. Een paar jaar later volgde de diagnose ADD.

Een veeleisende baan als je een autismestoornis hebt of dyslectisch bent, kan dat? Ja, zeggen deze drie professionals, al vraagt het soms doorzettingsvermogen en vindingrijkheid. 'Had ik deze diagnose op mijn zestiende gekregen, dan was ik nooit directeur geworden.'

Door Linda Huijsmans · Fotografie: Benning Gladkova

Nadat ik met mijn eerste studie gestopt was, suggereerde een psycholoog dat ik misschien ADHD had. Daar wilde ik niets van weten. Het was nog niet zo bekend als nu en het beeld dat ik erbij kreeg

was dat van kleine jongetjes die de hele dag heel druk rondstuiten. Daar herkende ik me totaal niet in.'

'Ik begon aan een nieuwe studie, maar ook daar stopte ik na een paar jaar mee. In die periode had ik een bijbaantje in een café en op een dag nam een stagiaire daar me even apart. Ze vroeg of ik misschien ADHD had, want ze herkende veel van zichzelf in mij. Mijn eerste reactie was afwerend: "Ga jij als jonkie mij nou vertellen wat er met mij aan de hand is?" Maar ze had een boek dat ik mocht lenen en dat ik meenam op vakantie. Toen ik dat opensloeg wist ik meteen: dit gaat over mij. Dit ben ik.'

'Inmiddels weet ik dat ik ADD heb. Mensen met ADD kunnen zich zeer goed concentreren op zaken waarin ze geïnteresseerd zijn. Daarnaast zijn ze vaak rustiger voor hun omgeving dan mensen met ADHD. Slecht zijn in plannen is bijvoorbeeld een belangrijk kenmerk, en dat geldt ook voor mij. In de evenementenbranche moet je vaak snel schakelen en crisismanagement is aan de orde van de dag. Daar ben ik goed in. Maar als ik het weken van tevoren in een spreadsheet moet zetten, lukt me dat niet.'

'Die formele diagnose bracht me rust. Ik wist dat ik niet dom ben, maar ik begreep nooit waarom ik toch niet kon meekomen. Ik ben heel snel afgeleid. Als ik met meer mensen in een ruimte zit, hoor ik alles en ben ik mijn focus kwijt.'

'ADD'ers en ADHD'ers missen de vaardigheid om

prioriteiten te stellen. Onze frontale hersenkwab is niet voldoende ontwikkeld, waardoor we niet kunnen beoordelen of iets wat we zien of horen nu relevant is, dat het kan wachten of dat we het moeten negeren. Dat heeft ook leuke kanten. In een volle tram, bijvoorbeeld, hoor en zie ik alles. Daar kan ik erg van genieten.'

'Nog steeds heb ik er moeite mee te zeggen dat ik geen enkele studie heb afgemaakt. Dat is in onze prestatie maatschappij niet erg geaccepteerd. Uiteindelijk ben ik via een stage bij een groot congrescentrum terechtgekomen. Daar heb ik een streep gezet onder mijn streven naar een diploma. Ik besloot me te concentreren op het versterken van mijn competenties en niet meer op mijn zwakke punten. Onlangs heb ik op mijn werk een presentatie gegeven over ADD. Ik heb aan mijn collega's uitgelegd hoe mijn hoofd werkt, hoe zij me kunnen helpen en ook hoe zij ervan kunnen profiteren.'

'Voor mij geldt bijvoorbeeld dat ik gehecht ben aan een vaste plek. Ik moet niet met mijn gezicht naar een gang zitten en ook niet in een drukke kantoortuin. Alles wat me te veel afleidt, wil ik vermijden. Soms doe ik oortjes in en sluit ik me van iedereen af om me te kunnen concentreren. Dat is niet onaardig bedoeld, dat is pure zelfbescherming. Als je mij een vraag stelt, begint mijn hoofd meteen te ratelen en stop ik onmiddellijk met waarmee ik bezig ben. Het kost me veel moeite om me daarna weer te concentreren.'

'Nu ik er zo open over ben geweest, voelt het niet meer als een nederlaag als ik om hulp vraag. Integendeel. Het heeft bij mijn collega's ook geleid tot het benoemen van hun goede en minder goede kanten. Je kwetsbaarheid tonen is juist een teken van kracht. Het resultaat is dat ik meer rust heb, mijn werk met meer plezier doe en effectiever ben.'

'Nog steeds heb ik er moeite mee te zeggen dat ik geen studie heb afgemaakt'



Als kind wilde ik uitvinder worden. Mijn hersenen zijn constant aan het werk; ik krijg steeds nieuwe ideeën, bedenk de hele tijd plannetjes. Toen ik in groep vier van de basisschool zat, wilden de leraren me een klas laten overslaan. De enige reden om dat niet te doen was dat ik nog niet zo goed kon lezen en schrijven. Toen dat na groep zes nog steeds zo was, werd ik onderzocht. Ik bleek dyslectisch te zijn. Jarenlang heb ik samen met mijn moeder iedere avond geoefend. We hebben alle taalregels geleerd en eindeloos woorden aangestreept met verschillende kleuren. De taal is bij mij helemaal ingesleten. Lezen gaat nu goed, maar het duurde tot na mijn afstuderen voor ik in het openbaar iets durfde voor te lezen. Als ik schrijf, maak ik nog steeds spelfouten.'

'Op het gymnasium waren een paar docenten die iedereen die een fout maakte keihard afbrandden. Toen ik een dyslexieverklaring kreeg waardoor ik meer tijd had voor toetsen en proefwerken, deden ze daar smalend over. Daar raakte ik onzeker van. Ik had het gevoel dat ik geen eerlijke kans kreeg. Dat ging ik compenseren door me te storten op dingen die ik wel goed kon en daarin wilde ik dan per se de beste zijn. Ik ben supercompetitief omdat ik wil laten zien wat ik wél kan. Dat ik daarin mijn eigen grenzen overschreed, merkte ik later pas.'

'Tijdens mijn studie heb ik flink aan mijn cv gewerkt. Ik had veel baantjes en deed bestuurswerk omdat ik per se een traineeship bij een AEX-genoteerd bedrijf wilde gaan doen. Het was crisis en bijna nergens werden nog mensen toegelaten, maar het is me toch gelukt. Daarna stapte ik over naar een groot IT-bedrijf, waar ik een vrije rol kreeg naast de ceo; mijn droombaan.'

'In korte tijd moest ik in Engeland een groot project uit de grond stampen en daarvoor moest ik in het Engels communiceren. Spreken gaat prima, maar schrijven duurt bij mij nog langer dan in het Nederlands. Google helpt wel, maar nooit genoeg. Ik zat tot

diep in de nacht te werken en het project werd een groot succes.'

'Toen werd ik ziek. Griep, dacht ik. Ik ging een weekje naar Spanje om uit te rusten, maar het werd niet beter. Toen ik weer terug was, kon ik de weg naar mijn eigen huis niet meer vinden. Ik kon alleen nog maar in kleine stapjes denken; van de straathoek naar die boom naar die gevel. Zo kwam ik thuis. Op de fiets werd ik aangereden doordat ik geen overzicht meer had. Ik kon geen krant meer lezen, geen gesprek meer voeren en alleen nog maar eenpansgerechten koken. Mijn hersenen waren verrekt, zo voelde ik me, zoals je je knieband kunt verrekken. Ik had te lang te veel informatie in mijn hoofd gestopt en daarbij mijn grenzen genegeerd.'

'Pas na een jaar krabbelde ik weer een beetje op en begon ik met mijn eigen bedrijf. Purpuz is de paraplu waaronder al mijn ideeën komen te hangen. Ik ben begonnen met een agenda, de Purpuz-planner, die helpt grote doelen te bereiken door kleine stapjes te zetten. Dat heb ik overgehouden aan mijn burn-out; een klein stapje is ook vooruitgang. Het werd dat jaar de bestverkochte agenda bij Bol.com.'

Spelfout in een tekstje

'Ik heb gezien hoe instituten reageren als je niet bent zoals zij verwachten. Nu ben ik eigen baas. Die vrijheid is het cadeau dat ik me heb gegeven door uit het systeem te stappen. Maar natuurlijk wil ik groeien. Ik blijf competitief. In mijn gedachten is Purpuz al een multinational. We zijn het alleen nog niet, maar het is "meant to be great".'

'Toch ben ik me nu bewust van mijn valkuilen. Ik schrijf alles zelf, maar belangrijke teksten laat ik altijd vijf keer checken. Ik weet dat ik, als het om spelling gaat, niet volledig op mezelf kan vertrouwen. Laatst ging het weer mis. Ik ben lid van een herensociëteit en had een tekstje voor de website geschreven waar een spelfout in zat. Prompt werd ik gebeld door een woedende oudere man, die me uitschold en me toebeet: "Jouw soort mensen moeten we hier niet." Nee, dat is niet leuk, maar ik weet nu: ik hoef me niet te verdedigen. Ik ben niet de fouten die ik maak.'



GLEN VERKLEIJ (31)

Is dyslectisch. Hij maakte in eerste instantie een droomstart in het bedrijfsleven, maar werd ziek. Is nu zelfstandig ondernemer.

'Ik werd gebeld door een oudere man, die me toebeet: "Jouw soort mensen moeten we hier niet"'



ARNO BEEK
(36)

Is directeur van Voorzet. Deze organisatie is gespecialiseerd in de begeleiding en behandeling van mensen met een autismespectrumstoornis (ASS). Een jaar geleden kreeg hij onverwacht zelf die diagnose.



Ikwerkte als bedrijfsleider op een manege, toen er een jongen met autisme kwam werken. Al snel merkte ik dat ik me goed kon verplaatsen in de manier waarop hij naar de wereld keek. Veel mensen vertonen in meer of mindere mate kenmerken van autisme, zonder dat ze ooit officieel dat stickertje krijgen. Dat hoeft ook niet. Zo'n diagnose is pas nodig als je problemen krijgt en het duurt nog elf jaar voordat dat met mij zou gebeuren.'

'Ik ben autodidact. Alles wat ik wil weten, zoek ik zelf op. Sociaal wenselijk gedrag heb ik me tot in detail aangeleerd. Er zitten 100.000 scenario's in mijn hoofd en voor elke situatie kies ik dat ene uit dat het best past. Maar als de situatie om scenario 100.001 vraagt, blokkeer ik. Dan gebeurt er helemaal niets.'

'Tijdens een BHV-training werd ik plotseling benauwd. Ik kreeg pijn op mijn borst, werd duizelig en moest zelfs naar het ziekenhuis. Aanvankelijk leek het of ik hartklachten had, maar er werden geen afwijkingen gevonden. Ondertussen was ik gaan vermoeden dat het weleens paniek- of angstklachten zouden kunnen zijn. Ik ben zelf gaan zoeken en kwam zo op het spoor van ASS, de afkorting voor autismespectrumstoornis, gecombineerd met panieklachten.'

'Na een lang traject volgde toen inderdaad de diagnose ASS. Daarna werd het voor mij gemakkelijker te accepteren dat ik ben zoals ik ben. Ik heb enerzijds veel behoefte aan structuur, maar zoek anderzijds ook graag grenzen op. Maar alleen als ik die grenzen zelf kan bepalen. Ik vind het belangrijk dat mensen op tijd zijn, maar zelf ben ik altijd te laat. Dat vind ik niet erg, want ik weet dat ik te laat kom. Tijdens het diagnostisch onderzoek moest ik een aantal vragen binnen een bepaalde tijd beantwoorden. Daar werd ik boos over. Ik kan moeilijk omgaan met opgelegde tijdsdruk. Dat wil ik zelf bepalen.'

'Het is best lastig samen te leven met iemand met autisme. Dat is niet veranderd, maar zowel op mijn werk als thuis hebben we de taken nu anders verdeeld. Ik heb kinderen, maar ga nooit mee naar kinderfeestjes. Een tijdje heb ik mijn kinderen op woensdagmid-

dag van school gehaald, maar dan willen ze bij andere kinderen spelen en dat moet je dan gaan organiseren en dat kan ik niet. Mijn vrouw regelt dat nu allemaal. Ik kook iedere dag. En dan doe ik natuurlijk ook de boodschappen, want ik kook niet iets wat een ander gekocht heeft. Koken is een gestructureerde bezigheid, het is duidelijk.'

Gedoe met mensen

'Op mijn werk heb ik tijdens een bijeenkomst al het personeel ingelicht. De meesten waren niet erg verbaasd over de diagnose. Het werd erg gewaardeerd dat ik er zo over open was. Onder de drie directeuren hebben we de taken anders verdeeld. Gedoe met mensen, daar ben ik allergisch voor. Onderhandelen met de ondernemingsraad is voor mij een ramp. Ik vermijd conflicten ook niet. Als ik een vraag dom vind, zeg ik dat gewoon. Daarom doet een van de andere directeuren nu de personeelszaken. Mijn belangrijkste taak is de rode lijn vasthouden. Daar ben ik goed in.'

'Als ik deze diagnose op mijn zestiende had gekregen, was ik hier zeker geen directeur geworden. Dan had de buitenwereld me veel meer gestuurd. Ik ben ambulante begeleider geweest, maar dat was nooit gelukt met mijn diagnose, want dat functieprofiel past helemaal niet bij het profiel van iemand met autisme, zeker tien jaar geleden niet.'

'Voor de meeste mensen met autisme geldt dat de dagvoorspelbaar moet verlopen en dat kun je organiseren. Die moet je niet in een drukke kantoortuin zetten en zeker geen telefoon geven die hen kan storen. Die van mij staat standaard op stil. Ik neem gewoon niet op. In de pauze verplicht met je collega's lunchen is ook geen goed idee.'

'Het is niet zo moeilijk die randvoorwaarden aan te passen. Bovendien blijkt dat meer structuur iedereen rust geeft. Onze samenleving wordt in hoog tempo ingewikkelder en mensen met autisme zijn de eersten die uitvallen. Het voordeel daarvan is dat er nu aandacht voor is. Mensen zonder autisme zijn weliswaar beter in staat te reageren op veranderingen, maar ook bij hen brengen ze onrust teweeg. En daar zit toch niemand op te wachten?' □

'Er zitten 100.000 scenario's in mijn hoofd, maar als de situatie om scenario 100.001 vraagt, blokkeer ik'