

NeuroAtypisch

## **NeuroAtypisch**

Autisme en ADHD in beeld

*Kirsten Verdonschot*

ISBN 978 90 8560 352 8

NUR 770 / THEMA VFJR

© 2024 Uitgeverij SWP Amsterdam

Behoudens de in of krachtens de Auteurswet van 1912 gestelde uitzonderingen mag niets uit deze uitgave worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch door fotokopieën, opnamen of enig andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

# NEURO TYPISCH

Autisme en ADHD in beeld

Kirsten Verdonschot



uitgeverij

**SWP**

# Voorwoord

Wat leuk dat je mijn boekje hebt gepakt!

Ben je nieuwsgierig?

Gediagnosticeerd of niet?

Het maakt niet uit, je gaat je sowieso herkennen in mijn tekeningen. Het verschil tussen wel of geen diagnose zit hem in hoeverre de dingen die anders gaan impact hebben op je leven. Iedereen is weleens zijn sleutels kwijt, maar bij mij is het andersom; ik ben ze weleens niet kwijt.

Na mijn diagnose ben ik op zoek gegaan naar wat ADHD in de praktijk voor mij betekende. Boeken, internet, praten met andere mensen met een diagnose, een opleiding voor autismebegeleider... Het heeft me veel gebracht, maar het bleef soms abstract.

Ik geef ook voorlichting over autisme en ADHD en merk dat ik met tekeningen veel duidelijker kan maken wat ik bedoel.

Vandaar dit boekje.

Het brein van mensen met autisme of ADHD werkt anders.

Het besturingssysteem Android werkt niet op apparaten van Apple, terwijl het een prima besturingssysteem is. (Voor de oudere lezers: een film op Betamax werkt niet in een VHS-recorder, maar de film staat echt op de band.)

Anders dus, niet meer en niet minder. Al lukken door dat anders dingen beter en minder goed dan 'normaal'. En 'normaal'? Tja, dat is natuurlijk ook maar gewoon het gemiddelde van alle afwijkingen.

Dit boek bestaat uit vijf hoofdstukken. Elk hoofdstuk begint met een korte inleiding. Daarnaast zie je 'de woorden achter de tekeningen'. Dit is een uitleg en/of een term. Sommige zijn in het Engels omdat deze termen in het Engels een beter zoekresultaat geven op internet.

De tekeningen staan allemaal op zichzelf, er is geen verhaal.

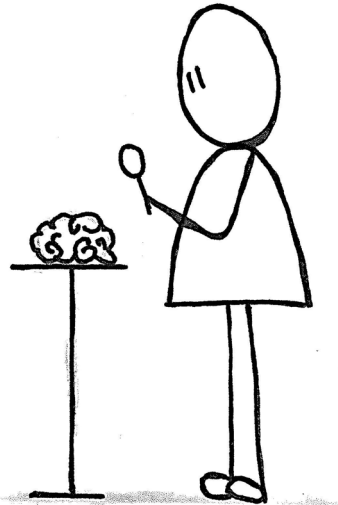
De poppetjes die alleen op een pagina staan hebben een diagnose autisme of ADHD.

Als je twee poppetjes ziet is het linker poppetje neurotypisch en het rechter neuroatypisch, dus met een diagnose.

# Lichamelijk

Als het besturingssysteem anders werkt, werkt wat het aanstuurt ook anders. Er zijn dus lichamelijke gevolgen als je een diagnose autisme of ADHD hebt. Hier is nog lang niet alles over bekend. Niet alles is op te vangen of op te lossen, maar kennis over hoe de diagnose invloed heeft op jouw leven is belangrijk. Weten waarom iets anders gaat, maakt wellicht dat je wat liever naar jezelf kan kijken.

In tekening 19 hebben beide poppetjes een diagnose.



01. Auditieve stims
02. Onhandig (proprioceptie)
03. Vaak buikpijn
04. Vermoeidheid
05. Vocale stims
06. Innerlijke onrust
07. Medicatie kan helpen
08. Hypermobiel
09. Freeze-modus
10. Motorische stims
11. Delayed sleep phase syndrome
12. Dopamine, serotonine en noradrenaline zijn verstoord
13. Zo ontspan ik
14. Kneuzingen (proprioceptie)
15. Noise cancelling
16. Proprioceptieve stims
17. Prikkel(over)gevoelig
18. Visuele stims
19. Prikkel(over)gevoelig
20. Onhandig (proprioceptie)
21. Stimulus heeft tegengestelde werking
22. Taak niet afmaken (dopamine is op)
23. Motorische stims
24. Slaapstoornissen
25. Blauwe plekken (proprioceptie)
26. Vol hoofd
27. Op tenen lopen
28. Dinohanden (hypermobiliteit)

01.

Steeds hetzelfde liedje

Geluidjes

Vingers knakken

ASMR

Klakken met tong

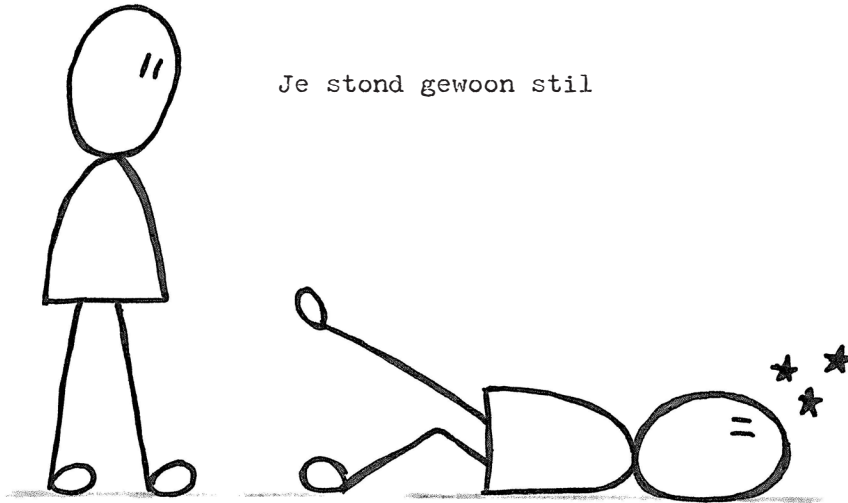
Neuriën

Zingen





02.



03.



04.

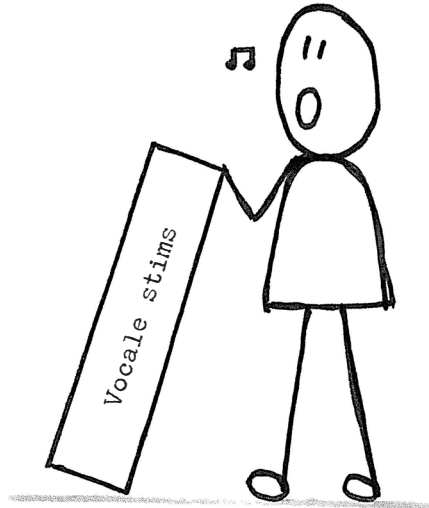


05.

Herhalen van woorden

Klakken met de tong

Geluidjes maken

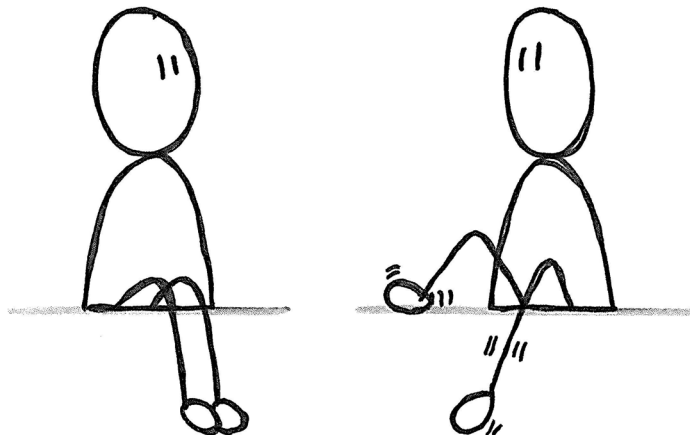


Zingen

Echolalie

06.

Kan je 1 minuut stilzitten?



07.



08.

Je kan het ook  
overdrijven met die  
hypermobiliteit!

