

Neurodiversiteit – wat is het en wat kunnen wij ermee?



Wat is het?

- Het idee dat mensen de wereld om hen heen op veel verschillende manieren ervaren én ermee omgaan
- Circa 20% van de mensen heeft een neurodivergent brein
- Het gaat om denkstijlen, de 'bedrading'
- Neurotypisch versus neuro atypisch o.a. ADD, ADHD, Autisme, Hoogbegaafdheid, Dyslexie, Dyscalculie, Dyspraxie, HSP, Bipolaire stoornis

Wat kunnen wij ermee?

We krijgen steeds meer kinderen aan tafel met 'problemen', met een diagnose. We kunnen daarop inspelen door tijdens de SKB te benoemen wat de diagnose betekent voor het studiekeuze proces en de toekomst. En dat vooral te vertalen naar mogelijkheden ipv problemen. Welke talenten gaan er schuil achter de diagnose? Wat kun je ermee bereiken? Welk werk past bij jou? Zie daarvoor de volgende slides die je 'ge-hide' in de quiz kunt opnemen

Vaak het DISC-profiel: te hoge D/I? en een lage S en C

Kenmerken	Kwaliteiten	Valkuilen	Tips voor begeleiding/samenwerking
Onoplettendheid: • Onvoldoende aandacht aan details • Fouten maken, aanwijzingen niet opvolgen • Moeite met organiseren van taken en activiteiten • Afgeleid en vergeetachtig	• Actiegericht • Verbanden leggen • Hyperfocus • Brainstormen • Crisismanagement, stressbestendig in acute situaties • Ondernemend • Open voor veranderingen en nieuwe dingen	• Snel afgeleid • Moeite met stilzitten en focus • Moeite met instructies opvolgen • Moeite met plannen en structureren van taken • Uitstelgedrag • Spullen kwijt, afspraken vergeten, te laat komen • Vermoeid brein door neiging prikkels te zoeken	• Snelle communicatie, snel schakelen, verwachtingen duidelijk maken • Actiegericht leren, on-the-job • Stress door niet goed afgestemd tijdsbeheer en prikkels • Motiverend: afwisseling en actie • Taken met ou-of-the-box denken • Positief bekrachtigen (veelal gehoord: drammer, druk) • Hulp bij structureren

Vaak het DISC-profiel: hoge C met lage I

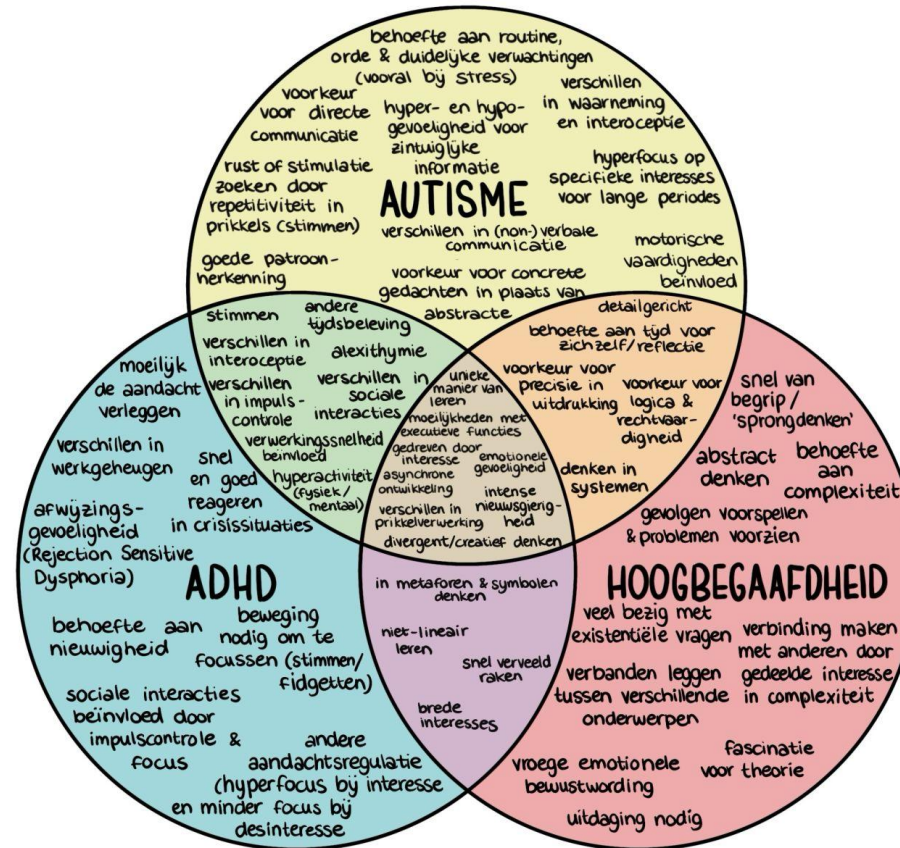
Kenmerken	Kwaliteiten	Valkuilen	Tips voor begeleiding/samenwerking
Sociale communicatie & interactie: • Tekort en sociale-emotionele wederkerigheid • Onvoldoende begrijpen van non-verbaal gedrag • Tekort in aangaan, onderhouden en begrijpen van relaties	• Oog voor details, nauwkeurig • Volhardend • Systematisch • Betrouwbaar • Out-of-the-box denken • Logisch denken • Analyseren, patronen herkennen • hyperfocus	• Sociaal soms onhandig en sociale stress • Moeite met het interpreteren van non-verbaal gedrag • Moeite met onverwachte veranderingen • Vasthouden aan routines • Prikkelgevoelig van binnenuit en buitenaf • Zaken letterlijk nemen • Energieproblemen	• Communicatie: direct en duidelijk, inhoud boven de persoon • Soms minimale communicatie, meestal gericht op de inhoud • Extreem logische ongefilterde informatieverwerking • Gestructureerd leren met een duidelijk tijdspad • Stress door onduidelijkheid, incongruentie, inconsistentie, prikkels • Motiverend: zaken verbeteren, optimaliseren • Positieve focus: wat gaat al goed?
Repetitief gedrag en interesses: • Repetitieve bewegingen, gebruik van voorwerp of spraak • Vasthouden aan hetzelfde, gehecht aan routines • Zeer beperkte interesses • Sensorisch vaak over- en/of ondergevoelig			

Vaak het DISC-profiel: hoge S met lage D

Kenmerken	Kwaliteiten	Valkuilen	Tips voor begeleiding/samenwerking
• Fantasie en dromerigheid • Conceptualiteit • Geen filter op zintuigen/alles komt sterk binnen • Diepere verwerking van van alle zintuigelijke prikkels • Associeren en kan daarom warrig overkomen (hak op de tak) • Lat hoog • Harde werkers met groot verantwoordelijkheidsgevoel • Wil voldoen aan verwachtingen • Gaat over gevoeligheid: intens ervaren	• Empathisch vermogen/inleven • Voelt sfeer goed aan • Aanpassingsvermogen • Sterk rechtvaardigheidsgevoel • Vertrouwenwekkend • Creativiteit	• Te veel meegaan met anderen • Please gedrag • Vindt het moeilijk grenzen te stellen • Te veel aanpassen, weg bij eigen behoefte • Niet goed weten wat je wil, daarom luisteren naar ouders/omgeving • Groepsbelang voorop ipv persoon zelf • Ongezond hard werken • Te loyaal (wordt makkelijk misbruik van gemaakt) • Conflictvermijdend • Zelfbeeld soms negatief: Negatieve gedachten/piekeren over zichzelf en dierbaren • Zorgelijkheid • Faalangst als lat te hoog ligt	• Laten aansluiten bij gevoel • Aanmoedigen meer naar gevoel te luisteren • Hebben fijne sfeer nodig • Emotionele veiligheid • Moedig aan om zich uit te spreken • Harmonie • Stel haalbare doelen • Tijd voor aanpassing

Vaak het DISC-profiel:Hoge S en hoge C?

Kenmerken	Kwaliteiten	Valkuilen	Tips voor begeleiding/samenwerking
• Leren snel • Supersnel (complexe) verbanden leggen • Hoge denksnelheid • Extreem goed geheugen • Vaak sociale voorsprong (cognitief ver vooruit, emotioneel vaak dichterbij de kalenderleeftijd) • Behoeftte aan diepgang en uitdaging • Gaat over capaciteit: intens denken • Meeste hoogbegaafden zijn ook hoogsensitief	• Kritisch: eerlijk, neemt niet zomaar iets aan, vraagt waarom, stelt regels ter discussie, stelt vaak al heel jong existentiële vragen • Rechtvaardigheidsgevoel: afspraak is afspraak, het moet eerlijk voelen • Sensitief: grote emotionele intensiteit, zeer empathisch, verwerkt op een diep niveau, gevoelig voor sfeer, over- en onderprikkeling, ziet en hoort heel veel (details) • Autonom: sterke wil, leert vanuit intrinsieke behoefte, leert top-down, wil eerst het geheel begrijpen, het waarom, diepe interesse	• Perfectionistisch: hoge lat voor zichzelf en anderen, in één keer goed, of niet • Faalangst, vindt het erg om fouten te maken • Aanpassingsdrang: aan verwachtingen van anderen willen voldoen, waardoor ze hun eigen behoeften uit het oog verliezen • Snel verveeld door snelle denkvermogen • Over verantwoordelijk, wat emotioneel belastend kan zijn • Overdenken en besluiteloosheid door constant analyseren • Gevoelig voor kritiek (ook constructief), omdat ze zichzelf hoge standaarden opleggen	• Aanpassing aan het schoolsysteem geeft kans op depressie en uitval • Grote behoefte aan autonomie • Stimuleer diepgang en complexiteit • Wees transparant en eerlijk • Laat hen meedenken over processen (verbeteren van werkwijzen en strategieën) • Respecteer gevoeligheid en toon empathie • Focus op gelijkwaardigheid



Vertaling: Mentaal Klassikaal

Illustratie: klairtje.nl

Bron: Katy Higgins Lee, MFT, Tending Paths

OORZAKEN VAN DE VERSLECHTERING VAN DE MENTALE GEZONDHEID BIJ JONGEREN

