

# Communicatietips

## voor ouders en begeleiders van kinderen met a.s.s.

o.a. gebaseerd op "Over autisme & communicatie" van Peter Vermeulen

Versie 1. Aanvullingen en correcties welkom bij [RobbertoBos@gmail.com](mailto:RobbertoBos@gmail.com)

1. Vertraag. Spreek langzaam, spaarzaam, stap voor stap, afgestemd op een "slow processor". Pas je tempo aan. Vraag even of de ander zover is.
2. Bouw begintijd, verwerktijd, en puzzelpauzes in tussen de verschillende instructies en gebeurtenissen.
3. Oefen jezelf in kalm, rustig praten en reageren. Train jezelf (en het kind) in kalmeren, centreren, gronden, verstillen, rustig ademen, ontspannende bewegingen, in je kracht komen, bij jezelf blijven, staan als een boom, zitten als een boeddha.
4. Trek eerst de aandacht van het kind als je wat wilt zeggen. Noem éérst zijn naam en zeg dan wat je wilt. Gebruik een inleidend zinnetje, zodat het kind de tijd heeft zijn aandacht op jou te richten. Geef dan pas de boodschap.
5. Gebruik eenvoudige, eenduidige, concrete, realistische, letterlijke woorden. Beschrijf concrete, werkelijke, waarneembare dingen. Zodat er een realistisch beeld bij past. Waar je zelf een plaatje bij kunt zien. En een concrete, realistische tekening van kunt maken.
6. Als je later toch figuurlijke taal wilt gebruiken, onderwijs dan eerst de betekenis ervan. Van spreekwoorden, synoniemen, vaagheden, dubbelzinnigheden, figuurlijke taal, metaforen, sarcasme, koosnaampjes, bijnamen, leuke namen, enz.
7. Beperk opdrachten tot de essentie. Stuur en commandeer dwingend maar vriendelijk. Schrap alle overbodige woorden.
8. Geef opdrachten via het "Geef me de vijf" principe: 1. wat, 2. wanneer (begintijd en eindtijd), 3. met wie, 4. waar, 5. hoe?
9. Geef duidelijke ik-boodschappen: "*Ik wil dat je nu...*"
10. Als je een boodschap moet herhalen, doe dat dan met precies dezelfde, zo eenvoudig mogelijke woorden.
11. Geef maar één opdracht tegelijk. Bespreek de uitvoering ervan, en ga pas verder als de boodschap overkomt en eerste opdracht af is. Bijvoorbeeld: Toon de jas. Pas als hij 'm ziet: "*Doe je jas aan*", terwijl je de jas zo houdt dat het armgat zichtbaar is. Pas als de jas aan is: "*We gaan wandelen.*"
12. Maak jezelf goed hoorbaar en zichtbaar. Minimaliseer afstand, ruis, rumoer, storing, drukte, afleiding, verwarring, prikkels.
13. Doe zelf maar 1 ding tegelijkertijd. Mono-tasking. Als je communiceert, communiceer dan volledig – zonder tegelijkertijd iets anders te doen.
14. Gebruik positieve taal. Vervang "*nee, stop, hou op, weg ermee, niet zo*" en kritiek door wat er wél moet gebeuren.
15. Geef ietwat theatrale, overduidelijke, overdreven boodschappen. Bijvoorbeeld: "*Bravo!*" met handgeklap.

16. Gebruik duidelijke, precieze, concrete aanwijzingen qua tijd. *"Over 5 minuten."* *"Als de grote wijzer van de klok op de 9 staat."* *"Over 3 dagen"*.
17. Vertel precies waar iets ligt of heen moet: *"Leg het in de middelste la."*
18. Geef je groepsinstructies aan meerdere kinderen tegelijk? Vertel dan het specifieke kind - voordat je met de instructie begint - dat die instructie ook voor hem/haar is. Noem eventueel de naam van het kind tijdens de instructie. *"Reken deze som even zelf uit.. X, jij gaat deze som ook uitrekenen.."*
19. Gebruik zichtbare, visuele hulpmiddelen, pictogrammen, foto's, voorwerpen, prenten, keuzekaartjes, taakanalyses, klok, zandloper, timer, kaartjes, telraam, stapeltjes, korte (dag)schema's, weekoverzicht, jaaragenda, programmaboekje, infographics, flow diagrammen, mindmaps, enz.
20. Geef duidelijk volgorde en gevolgen aan. *"Kom, doe je jas aan, we gaan naar de winkel, en daarna weer naar huis."* *"Kom, doe je jas aan, we gaan naar het zwembad om te zwemmen, en daarna boodschappen doen, en dan weer naar huis."* *"Ik kom zo bij je, als ik dit ... heb gedaan."*
21. Onderwijs de betekenis van je gelaatsuitdrukkingen, lichaamstaal, en aanrakingen. Ontwikkel en gebruik specifieke gebaren en lichaamstaal om duidelijke non-verbale commando's te geven met één betekenis. Bijvoorbeeld voor: zwijg, sta stil. Onderwijs de betekenis van: fronsen, knipogen, knippen, zuchten, priemende blik, stemverheffing, glimlachen, hoofd schudden, schouders ophalen, armen over elkaar vouwen, oogcontact, drukke gebaren, kusjes, high five, e.d.
22. Stel helderheid, samenhang, verheldering, duidelijkheid, overzicht, en essentie boven structuur, rigiditeit, en voorspelbaarheid. Leer het kind ook om te gaan met - onvermijdelijke - veranderingen, onverwachte situaties, e.d. Dat vergt training van: aanpassingsvermogen, soepelheid, flexibiliteit, veerkracht.
23. Leg op een rustig moment de gevolgen van bepaald gedrag uit op de gevoelens van anderen. Verwijs niet naar je *eigen* gevoelens, want daar kan het kind weinig mee.
24. Wees vriendelijk. Kinderen met a.s.s. willen vaak dingen tot in details goed doen, leggen de lat erg hoog en zijn streng voor zichzelf. Help inzien dat ze niet perfect en snel hoeven te zijn.
25. Stel concrete, eenduidige, gesloten vragen, die de keuzemogelijkheden beperken. *"Wil je limonade? Wil je een appel?"*
26. Soms werken vragen met keuzemogelijkheden. *"Wil je nu naar de wc om te plassen, of ga je straks in je broek plassen?"* Of omgekeerd: *"Wil je straks in je broek plassen, of nu in de wc plassen?"* Als je wilt dat het gaat zitten: *"Wil je op deze stoel zitten of op die stoel?"*
27. Stel duidelijke vragen. *"Help je me nú even om de tafel te dekken?"*
28. Stel vragen die aangeven wat voor antwoord je verwacht. *"Ik zag dat je je boek neergooide toen ik je vroeg om een spelletje met je broer te spelen. Was je boos?"* Gevolgd door: *"Vertel me eens waarom je boos was. Had je geen zin om te stoppen met lezen of wil je liever alleen spelen?"*
29. In plaats van vragen kun je invulzinnen gebruiken. *"Dit is een... Nu gaan we naar... Morgen is het... Die meneer noemt... Daar komt... Je trui is niet geel maar..."*