



WerkWeb-Autisme (WW-A) is een gratis te gebruiken online tool. Deze tool helpt mensen met autisme om meer zelfinzicht te krijgen in wat ze willen, kunnen en nodig hebben wat betreft studie en werk. Daarnaast biedt WW-A handvatten aan (job)coaches en werkgevers om samen duurzaam werk te realiseren.

Hoe werkt werkwebautisme.nl in de praktijk?

5 voorbeelden

Door Bernadette Wijnker-Holmes

Op het ideale arbeidspad start je met een diploma in het voortgezet onderwijs, gevolgd door een leuke studie die aansluit bij je interesses en denkniveau. Na een succesvolle afronding van die studie vind je vlot een daarbij aansluitende baan; het begin van een succesvolle carrière, met een mooi salaris en fijne collega's, waar je soepel mee samenwerkt. De praktijk gaat meestal anders; je kiest een studie die je denkt leuk te vinden, maar die valt in werkelijkheid tegen. Dus je stapt over naar een andere studie. Na je studie blijkt het lastig om werk te vinden dat aansluit bij je studie. Of je vindt wel werk, maar slecht betaald, met een flexibel of tijdelijk contract, met lastige collega's of minder interessant dan gehoopt. Dergelijke hobbels op het arbeidspad zullen voor veel mensen herkenbaar zijn - met of zonder autisme. Als je autisme hebt, ervaar je onderweg vaak nog wat extra uitdagingen, waar je misschien wat extra steun of advies bij kunt gebruiken. WerkWeb-Autisme (WW-A) kan daarbij een handige wegwijzer zijn.

Werken met WW-A

In het project Werken met WerkWeb-Autisme onderzochten de NVA en het UMCG hoe, waar en wanneer WW-A in de praktijk optimaal ingezet kan worden. Zij gingen hierover in gesprek met mensen met autisme, (job)coaches, naasten en werkgevers. Uit dit project blijkt dat WW-A een ankerpunt kan zijn bij diverse uitdagingen op de route naar werk. De tool biedt overzicht over de situatie en helpt om te bepalen wat de volgende stap wordt. Samengevat werkt WW-A door:

- Informatie te bieden over autisme en werk aan mensen met autisme;
 - Psycho-educatie over autisme te bieden aan werkgevers, collega's en coaches;
 - Ondersteuning te bieden bij zelfreflectie;
 - Tips te geven voor het zetten van concrete stappen;
 - Herkenning te bieden door middel van ervaringsverhalen.
- Nogmaals veel dank aan alle lezers van Autisme Magazine die deelnamen aan de focusgroepen, interviews en brainstormsessies in dit project.

>> lees verder op pagina 18



Voorbeeld 1:

Wat wil ik, wat kan ik en wat heb ik nodig?

Dergelijke vragen kunnen bijvoorbeeld spelen als je op zoek bent naar een nieuwe studie, een nieuwe baan of als je dreigt vast te lopen in je werk. Je kunt dan professionele hulp inschakelen, bijvoorbeeld via de gemeente, via je werk of een (job)coach. Maar die hulp is niet altijd voorhanden. De vragen in het Persoonlijk Ontwikkel Profiel (POP) op WW-A kunnen je helpen om zelf inzicht te krijgen in wat je wil, kunt en nodig hebt. Je kunt de resultaten dan later met iemand bespreken - dit kan een professional zijn, maar ook een naaste of een collega.

Voorbeeld 2:

Welke studie of wat voor werk past bij mij?

Er bestaat geen lijst met 'passende functies' voor mensen met autisme. Het gaat om wat past bij jou als persoon. Op WW-A vind je ter inspiratie ervaringen van werkenden met autisme. Je vindt er ook handvatten om je te oriënteren op werk dat bij jou past. Zo staan in hoofdstuk 4 van het WERKboek op WW-A opdrachten die je kunnen helpen om samen met een naaste of begeleider te bepalen wat voor jou een geschikte functie kan zijn. Alle opdrachten zijn gratis te downloaden.

Voorbeeld 3:

Vertel ik wel of niet dat ik autisme heb?

Het blijft een lastig dilemma: wie vertel je dat je autisme hebt en wie niet? En hoe zorg je ervoor dat die ander begrijpt wat autisme voor jou betekent? Op WW-A lees je hoe andere mensen met autisme met dit soort vragen omgaan. Zo staat onder 'werk houden' een tabblad over bespreekbaar maken van autisme op de werkvloer en kun je met de opdrachten in hoofdstuk 3 van het WERKboek over 'autisme begrijpen' stap voor stap onderzoeken hoe je hier zelf mee wil omgaan.

Voorbeeld 4:

Hoe wen ik aan mijn nieuwe studie- of werkritme?

Wanneer aan een nieuwe werkomgeving en een nieuw ritme kost veel mensen met autisme meer tijd dan andere nieuwe collega's. Op WW-A vind je tips die je houvast kunnen bieden ter voorbereiding op je nieuwe baan en tijdens je proeftijd. Zie bijvoorbeeld de informatie en oefeningen in hoofdstuk 10 van het WERKboek. Deze kunnen je helpen om goed voorbereid aan de slag te gaan in je nieuwe baan.

Voorbeeld 5:

Begrijpt mijn werkgever dat ik niet voltijds kan werken?

Overbelasting door een autistische burn-out komt helaas vaak voor. Angst voor onbegrip en je baan kwijtraken kunnen hier oorzaken van zijn. Ook onervarenheid van werkgevers is hier vaak debet aan. Op WW-A vind je tips om met (dreigende) burn-out om te gaan. Ook zijn er informatie en tips voor werkgevers te vinden over autisme op de werkvloer. ●



Linda van der Niet heeft samen met haar man twee dochters, van wie Daniëlle (Daan) de oudste is. Zij werd in 2000 geboren en heeft klassiek autisme en een licht verstandelijke beperking.
Reacties: linvdniet@gmail.com of via Facebook

Stap voor stap

op zoek naar antwoorden

Jamiro Boyé is jobcoach bij HiCare en heeft positieve ervaringen met WW-A: 'WW-A zet ik regelmatig in bij cliënten die het lastig vinden om open vragen te beantwoorden over wat ze willen en kunnen op het gebied van werk. Met de vragen en opdrachten in het WERKboek en het Persoonlijk Ontwikkel Profiel (POP) gaan zij stap voor stap op zoek naar antwoorden. Ze kunnen alle opdrachten thuis in hun eigen tempo doorlopen. We bespreken daarna samen de resultaten. In dat gesprek lukt het ons dan veel gemakkelijker om samen vervolgstappen te bepalen, doordat de cliënt hier alvast over heeft nagedacht.'

WW-A in het werkproces van Job-Flow

Het Limburgse werving- en selectiebureau Job-Flow is de eerste organisatie die WW-A structureel inbedt in haar werkwijze. Job-Flow richt zich op het inzetten van mensen met autisme en helpt zowel werkgevers als werknemers. Aan kandidaten met autisme die werk zoeken, wordt gevraagd om op WW-A een Persoonlijk Ontwikkel Profiel (POP) aan te maken. Met behulp daarvan wordt samen met de kandidaat bekeken welke werkzaamheden, werkomstandigheden en werkgever daar mogelijk bij aansluiten. Autisme on the Job, noemen ze dat. Naast Autisme on the Job, biedt Job-Flow onder deze noemer trainingen aan bedrijven, zodat zij begrip en een autismevriendelijke werkomgeving (Autisme Awareness) kunnen creëren waar mensen met autisme duurzaam aan de slag kunnen.

Het project Werken met WerkWeb-Autisme vond plaats dankzij het Platform Werk Inclusief Beperking, NVA, UMCG, AutismeFonds, UWV en Goldschmeding Foundation.

Elastiekje

Me aanpassen, daar ben ik altijd goed in geweest. Toen ik eenmaal wist dat Daan extra zorg nodig had, met bijbehorende gesprekken en onderzoeken, stopte ik met mijn baan. Mijn aandacht en focus waren nodig. Mijn salaris niet, al deed het wel iets met me. Ik 'was' nu niet meer mijn functie. Dag status, arbeidsvoorwaarden en collega's. Ik werd wat ze in de VS een stay-at-home-mom noemen. En ik was echt héél veel thuis, want Daan verdroeg niet veel daarbuiten.

Ons huis werd onze wereld, met vaste dingen op gezette tijden.

Omdat Daan 'flippte' als ik niet in de buurt was, sportte ik als zij sliep, vroeg in de ochtend. Dan sloop ik om half zeven de voordeur uit. En mijn sociale leven moest vooral gepropt worden in de uurtjes dat Daan op haar dagbesteding was.

Om mee te blijven doen in de buitenwereld, meldde ik me bij de regionale krant en kreeg daar een eigen rubriek. Later werd dit freelancewerk in jeugdzorgprojecten en nu in medisch onderwijs. Het blijft bij uurtjes, want mijn bijzondere gezin had en heeft prioriteit; als Daan thuis is, ben ik er. Zelfs als ik naar de wasmachine op zolder ga, meld ik haar dat. Zodra ik weer in dezelfde ruimte ben, ontspant ze. Oppas aan huis of patronen doorbreken is eerder lastig dan helpend. De taak die ik heb, vraagt veel en is voor velen onzichtbaar. Het voelt alsof ik meedoe, maar niet helemaal en zoals het 'hoort'. Alsof ik op de rem leef.

Nog steeds pas ik me aan, twintig jaar later. Ik bedacht me dat ik nog steeds achter mijn keuze sta. En ook hoe tegennatuurlijk het is om al die jaren te blijven steken in moeder zijn van een jong kind. Gebroken nachten omdat ze me 's nachts roept, naar speelplaatsjes met een glijbaan, kindermuziek en K3-spullen. Normaal gesproken zijn er veel meer fases in een kinderleven, die ook weer stoppen. Niet zo vreemd dat ik mezelf inmiddels omschreef als een 'uitgerekt elastiekje'. Het effect van steeds geduldig meeverten. Ik hield vol. En er was nog iets wat zwaar op mijn schouders drukte: het feit dat ik Daan haar leven altijd moet vormgeven. Zonder mij heeft ze geen sociale afspraken, sport of uitstapjes.

Inmiddels logeert ze twee nachten per week in een Thomashuis en het doet haar goed. Al die extra's vindt ze daar. Zwemmen, Nordic walking, varen. Kortom: een compleet en gezellig leven.

Nu dat van mij nog. ●

'Het voelt alsof ik op de rem leef'