

Studeren met autisme

In *Autisme Magazine 3 2021* staat een artikel over studeren, met veel tips voor studenten, docenten en ouders. Sylvia Stuurman, docent informatica aan de Open Universiteit, vertelt bijvoorbeeld over haar ervaringen met studenten met autisme, en hoe zij zelf haar studie heeft ervaren als student met autisme. Ook komen er een aantal (ex)studenten aan het woord. Op deze plek lees je de interviews met Irene en Sabine, eveneens twee (ex)studenten met autisme die over hun ervaringen vertellen en tips geven.



Naam: Irene (38)
Studie: Franse taal en cultuur (universiteit)
Jaar: Afgerond
Diagnose: Vóór de studie
Woonsituatie: Eerste twee jaar thuis, daarna op kamers, ook in het buitenland
Nu: Geeft Franse les, werkt bij een zuivelfabriek, is NVA-vrijwilliger

Wat ging er goed?

‘Mijn tentamens gingen goed. En ik heb leuke stages in het buitenland gehad. Het leven in een studentenhuus beviel me goed; ik had wel geluk dat een van mijn huisgenoten een vriend had met autisme.’

Waar liep je tegenaan?

‘Voornamelijk tegen stigma’s over autisme, bij medestudenten en bij sommige studiebegeleiders. Eén studieadviseur kan ik achteraf wel schieten: ik gaf heel duidelijk aan wat ik nodig had om goed te kunnen studeren: tentamens in aparte ruimtes en wat extra tijd. De studieadviseur zei dat hij niets aan mij zag, dus ik kreeg niets.’

Was je open over je autisme?

‘Ik was meteen open over mijn autisme tegenover mijn decaan en studieadviseurs, pas wat later tegenover mijn medestudenten.’

Heb je hulp gehad?

'Naast slechte ervaringen heb ik ook goede ervaringen met een decaan en een stagebegeleider: zij luisterden goed en begrepen wat ik nodig had. Ik heb ook een jaar een maatje gehad, en een tijdje psychologische hulp. Mijn moeder kwam af en toe schoonmaken, als mijn hoofd vol zat.'

Tips van Irene

- Bouw een netwerk op.
- Zoek een maatje.
- Zoek mensen met gezamenlijke interesses (bijvoorbeeld een studievereniging of sportvereniging).
- Vraag je decaan om hulp.
- Zoek begeleiders met wie je een klik hebt.
- Geef je behoeftes duidelijk aan en neem contact op met een studentepsycholoog als je vastloopt.



Naam: Sabine Jaegers (21)
Studie: Bestuurskunde (universiteit)
Jaar: Laatste jaar bachelor
Diagnose: Op de basisschool
Woonsituatie: Op kamers

Wat gaat er goed?

'De tentamens gaan heel goed. Op mezelf wonen ging ook al heel snel goed; ik heb de huishoudelijke taken allemaal op orde. Ik heb fijne sociale contacten. In het begin van mijn studie heb ik bij een studievereniging gezeten en een hardloovereniging, maar dat bleek niet zo mijn ding. Ik maak liever mijn eigen netwerk met vrienden van vroeger en een paar mensen van de studie en van mijn bijbaantje.'

Waar loop je tegenaan?

'Ik vind het moeilijk om samen te werken. En ik heb moeite met brede opdrachten, opdrachten waarbij executieve functies nodig zijn. Ik kan de context moeilijk inschatten. Hoe diep moet ik ergens op in gaan? Moet ik ergens op focussen of links laten liggen?

De docenten zijn vaak niet zo inlevend. Er is minder begrip en ondersteuning dan op het middelbaar onderwijs, ook vanuit je eigen omgeving. De verwachtingen worden hoger; men gaat ervan uit dat je nu wel alles zelfstandig kunt.'

Ben je open over je autisme?

'Ik ben nu vrij open over mijn autisme. Ik weet al sinds mijn zesde dat ik autisme heb, maar het duurde even voordat ik ergens tegenaan liep. Ik heb veel gecompenseerd, gemaskeerd. Vorig semester liep ik vast. En toen heb ik hulp gevraagd bij de decaan.'

Wat voor hulp heb je gekregen?

'Ik hoef minder samenwerkingsopdrachten te doen. Aan de paar die ik wel moet doen, kan ik dan extra aandacht besteden. Ik krijg ook wat extra feedbackmomenten bij onderzoeken, verslagen en papers zodat ik weet dat ik op de goede weg zit.

Ik vind hulp voor studenten zo belangrijk dat ik me wil gaan inzetten om autisme beter te representeren en om begrip te creëren. Dat moet er eigenlijk eerst zijn voordat je hulp kunt aanbieden. Ik wil een bedrijf opzetten voor studiehulp voor neurodiverse studenten, om te ondersteunen bij executieve functies. Zeg maar een autisme-ambassadeur voor studenten. Dat is heel erg nodig op het hbo en de universiteit.'

Tips van Sabine

- Meld direct als je gaat studeren bij je decaan dat je autisme hebt, want dan kun je extra hulp krijgen.
- Stel niet te hoge verwachtingen aan jezelf. Het is oké als niet alles direct lukt: én studeren én een nieuwe omgeving én je eigen huishouden én nieuwe sociale contacten én huiswerk.
- Wees open met je docenten en met je medestudenten. Het lukt mij soms niet een heel college lang te luisteren en dan loop ik wat eerder weg. Het is dan goed dat de docent weet dat dat niet uit desinteresse is. Als je het niet durft te zeggen, mail het dan of zeg het via een vertrouwenspersoon.