

EEN AUTISMEVRIENDELIJKE GEVANGENIS: hoe doe je dat?!

Het leven in de gevangenis brengt veel onduidelijkheid en onzekerheid met zich mee.
Wat kan helpend zijn?

Ivan werkt bij de technische dienst.
Er is cake bij de koffie.
"Snij maar een stuk af", zegt de beambte. Ivan is zichtbaar in de war. De technische beambte heeft dit door en geeft een duidelijkere instructie: "We zijn met 6, snij maar een stuk af, zodat elk van ons ongeveer een even groot stuk heeft."

Maak duidelijk wat je bedoelt

Duidelijke communicatie is voor iedereen helpend. Gebruik eenduidige en concrete taal. Leg uit waarom iets niet kan of verandert. Schrijf in korte zinnen en gebruik eventueel foto's erbij. Geef uitleg bij gevangenisjargon.

Geef een overzicht

Als iemand nog maar pas in de gevangenis is, kunnen er veel onduidelijkheden zijn. Waar ben je? Waar moet je heen? Hoe verloopt de internering of detentie? Hoe ziet een activiteit eruit? Het kan helpend zijn om dit (visueel) uit te leggen.

Op een stakingsdag ontploft Renzo snel. Hij vindt het moeilijk dat de wandeling op een ander moment doorgaat en hij dit niet op voorhand weet. Dit geeft veel onrust en zorgt ervoor dat de stress bij hem opbouwt.

Bied voorspelbaarheid

Vaste afspraken, kalenders of schema's kunnen houvast bieden. Communiceer vooraf duidelijk en concreet over veranderingen. Leg ook uit wat er hetzelfde blijft. Hoe minder onzekerheden, hoe beter. Voorspelbaarheid biedt rust.

Anka is te laat op het gesprek met de psycholoog. Ze vindt het moeilijk om haar weg in de gevangenis te vinden: alle gangen en deuren lijken op elkaar. We brengen gekleurde looppijpen per vleugel aan en hangen informatiebordjes dwars op de muur bij de lokalen, zodat die op afstand zichtbaar zijn. Nu kan Anka zich beter oriënteren.

Hamid slaapt niet goed, omdat zijn matras heel hard en oncomfortabel aanvoelt. Hij slaapt nog liever op de lattenbodem. Daarom zet hij zijn matras rechtop tegen de muur. Dit leidt tot discussies. Hamid krijgt toestemming om een andere matras te proberen.

Sofia staat meestal niet op tijd klaar om te gaan douchen of te fitnessen. Hierdoor kan zij vaak niet meegaan. Sofia is gefrustreerd, want ze wil wel graag gaan. Het is voor haar helpend om 5 minuten op voorhand al even te gaan kloppen. Zo heeft ze tijd om de overgang te maken en toch mee te gaan naar de activiteit.

Geef tijd

Mensen met autisme reageren soms trager, zeker bij plotse veranderingen of onduidelijkheid. Probeer tijd en begrip op te brengen voor een vertraagde reactie op een vraag of instructie.

Zorg voor een zintuiglijk aangepaste omgeving

De gevangenis is een prikkelrijke omgeving door geluiden, licht, geuren en aanrakingen. Bij sommige mensen met autisme komen bepaalde prikkels hard(er) binnen. Ga na of je overprikkeling kan voorkomen of verminderen.

Bart is een krak in het eenvoudig verwoorden en helder structureren van teksten. Hij herkent direct onduidelijkheden of ontbrekende informatie. Bart leest met plezier formulieren, vragenlijsten en geschreven instructies na en doet suggesties om deze te verbeteren.

sterkmakers
in autisme



zakboekje
autismevriendelijkheid

Deze tips zijn gebaseerd op het zakboekje autismevriendelijkheid van sterkmakers in autisme.

sterkmakers
in autisme

Werk met sterke kanten

Naast de uitdagingen brengt autisme ook sterke kanten met zich mee. Iedereen wil er graag bij horen en gezien worden. Benut de talenten.

Autisme uit zich op allerlei manieren. Ivan, Anka, Renzo, Hamid, Sofia en Bart zijn allemaal anders. Met wat kleine aanpassingen die tegemoetkomen aan de unieke noden van iemand, maak je een wereld van verschil.

Verruim je blik op autisme

Je kan meer over autisme te weten komen door bijvoorbeeld: te praten met autistische mensen, een inleef- of ervaringsessie te volgen of meer te lezen, te bekijken of te beluisteren.