



Stadia van verwerking*:

1. **Bewustzijn:**

Lezen over autisme. De informatie lijkt te kloppen, maar dringt nog niet helemaal door. Je kunt het nog niet helemaal op jezelf betrekken. Je kunt dan vooral weerstand en ontkenning voelen.

2. **Besef:**

Het onomkeerbare en doordringbare besef dat je een vorm van autisme hebt. Dat leidt tot een dubbel gevoel: enerzijds de blijdschap dat de puzzelstukjes op hun plaats beginnen te vallen, anderzijds het verdriet om het onomkeerbare ervan.

3. **Bevestiging:**

Je leest en leert verder en er vallen nog meer puzzelstukjes op hun plaats. Een aaneenschakeling van Aha!-belevissen. Verklaringen vinden, jezelf leren begrijpen.

4. **Opluchting:**

Het verdriet maakt plaats voor vooral opluchting en blijdschap. Steeds meer raak je ervan doordrongen dat er een reden is, waarom je je altijd "anders dan anderen" voelde. En je begint steeds meer in te zien dat dat een oorzaak heeft.

5. **Zorgen:**

Wat betekent dit voor je toekomst en je mogelijkheden?

6. **Kwaadheid:**

Je kunt kwaad worden op je omgeving en het eeuwige misbegrijpen van jouw persoon, of op het feit dat niet eerder gezien werd dat er sprake is van autisme.

7. **Acceptatie:**

Een scherp bewustzijn van onze talenten en beperkingen. Verstandig gebruik leren maken van wat we nodig hebben en leren dat aan anderen te uiten.

* Bron: Rudy Simone - Aspergirls