



Autinoom

AUTISTISCHE BURN-OUT

Ynske Reynaert
Bernice De Vos

WAT MAG JE VERWACHTEN?

1. Voorstelling Ynske
 - a. Gezin
 - b. Werk
 - c. Diagnose 2019, depressies – borderline -AB
2. Voorstelling Bernice
3. Wat is Autistische burn-out (ABO)? Verschil met gewone burn-out (BO)
4. Oorzaken ABO
5. Belemmeringen bij herstel
6. Schema
7. Behandeling?
8. Vragen



○ WHO (2018)

- Gevoelens van uitputting
- Afstand / cynisme jegens werk
- Verminderd gevoel van professionele competentie

Burn-out

○ Raymaker et al (2020)

- Uitputting
- Verlies van vaardigheden / executieve functies
- Toename autistische symptomen / prikkelgevoeligheid

Autistische burn-out



IJSBERGDENKEN

AUTISME BEGRIJPEN

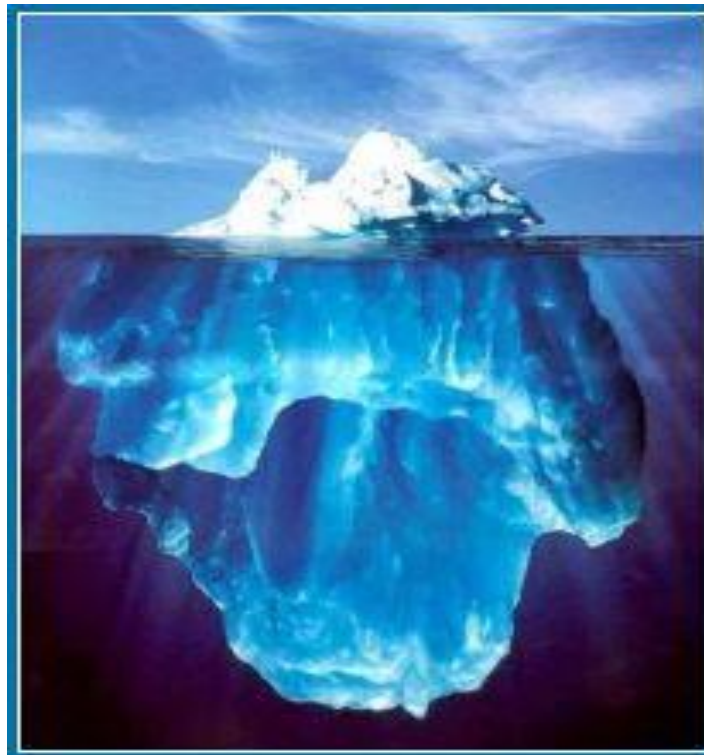
VAN

BINNENUIT

UIT RESPECT

VOOR DE MENSEN MET AUTISME

ZELF EN VOOR HUN OUDERS



OORZAKEN AUTISTISCHE BURN-OUT

- ◉ Maskeren / camoufleren
- ◉ Verwachtingen van de omgeving
- ◉ Rekening houden met beperkingen
- ◉ Stress door levensveranderingen

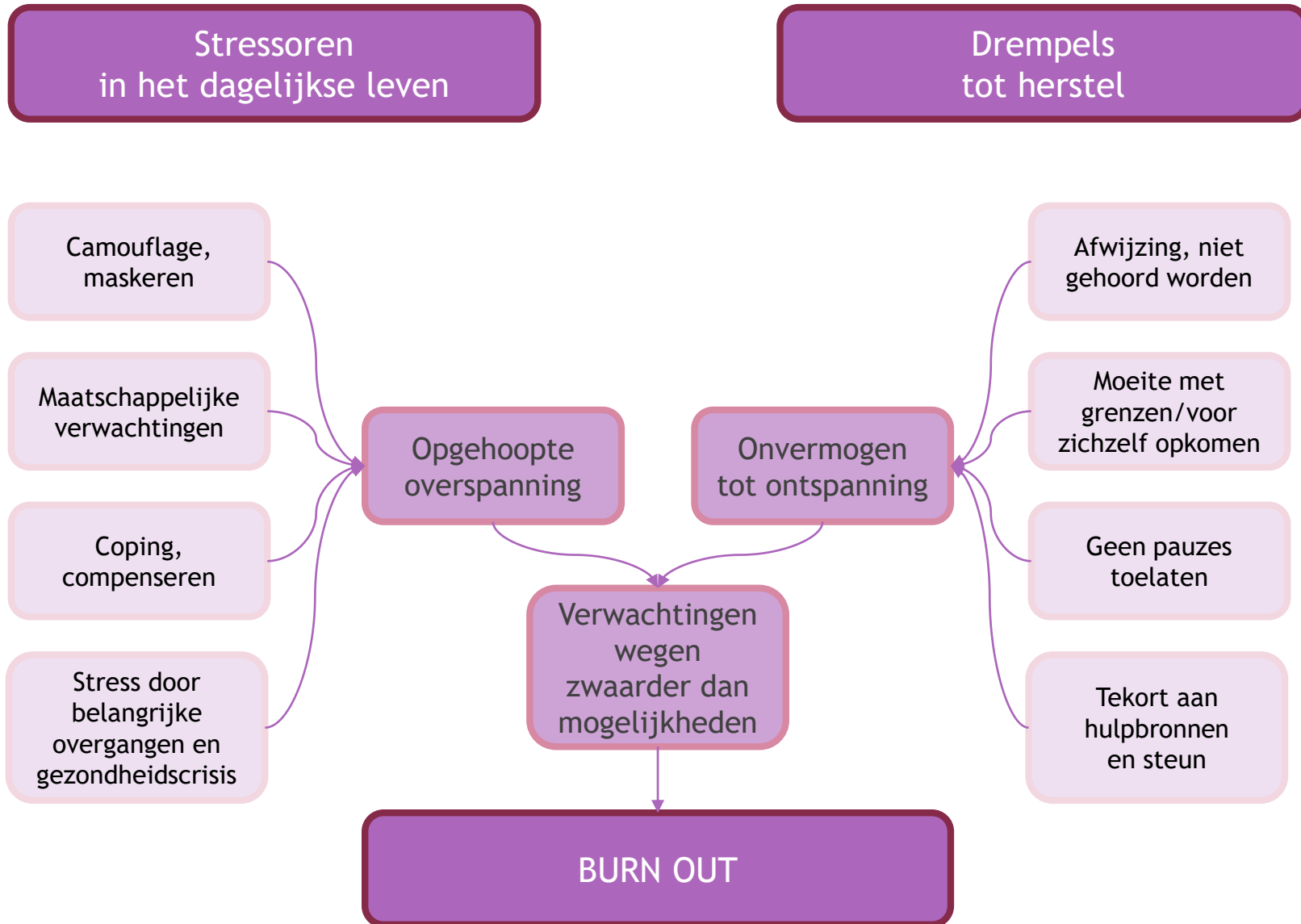


BELEMMERINGEN BIJ HERSTEL

- ◉ Niet gehoord worden
- ◉ Grenzen bewaken en behoeften communiceren
- ◉ Time-outs nemen
- ◉ Passende hulp vinden



SCHEMATISCH OVERZICHT

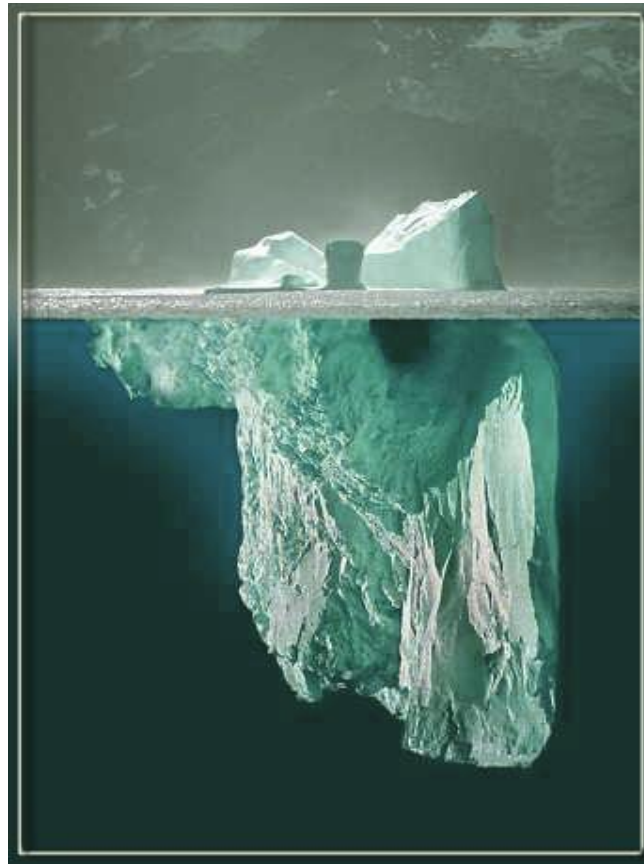


BEHANDELING??

- ◉ Onderzoeken wat overbelast
- ◉ Meer rust aanbrenge
- ◉ Signaleringsplan
- ◉ Dagstructuur
- ◉ Sociaal contact en ‘unmasking’
- ◉ Grenzen
- ◉ Acceptatie van beperkingen
- ◉ Re-integratie



GEDRAG



ZICHTBAAR

GEDRAG

**NIET
ZICHTBAAR**

PREVENTIEF WERKEN



PRESENTATIE GEBASEERD OP

- ◉ Artikel van Annelies Spek in Wetenschappelijk Tijdschrift Autisme:
 - <https://www.anneliesspek.nl/wp-content/uploads/2021/11/autistische-burnout-artikel-WTA-11-2021.pdf>



VRAGEN?



Autinoom

- AUTINOOM- Bernice De Vos
 - Klinisch Orthopedagoge
 - Autismedeskundige
- bernice@autinoom.be
- 0478/ 04 53 34

