

Geluid waarnemen

Geluiden komen via onze oren binnen. Dat wat we horen moet dan door de hersenen van een betekenis worden voorzien. Soms hebben de gewaarwordingen van een van de andere zintuigen een ondersteunende functie in het bepalen van de betekenis. Bij het betekenis verlenen doen we een beroep op onze vroegere ervaringen, associatie genaamd.

Olga Bogdashina schrijft bij waar we op moeten letten: "Niet in staat onderscheid te maken tussen bepaalde geluiden."

Hierdoor kan angst voor onbekend geluid optreden. Om nu de omgevingsgeluiden uit te schakelen is het aanzetten van een radio of TV aantrekkelijk geworden. De angstwekkende geluiden worden daardoor overstemd. Het wordt een gewoonte en gewoontes zijn lastig af te leren voor een auti. Anderen zullen op allerlei manieren geluiden proberen te ontgaan. Hieruit is het belang af te lezen, dat kinderen en vaak ook ouderen hebben bij het benoemen van onder meer geluiden. Een bekend geluid zal minder snel angst inboezemen.

Bij autistische mensen is een vertraagde verwerking en reactie heel gebruikelijk. Vertraagd kan weken of soms maanden later betekenen. Bewust moet de aandacht alsnog op de eerder gehoorde geluiden gericht worden om deze te verwerken.

Voorbeeld.

We gaan weg; sluiten de achterdeur en gaan naar de gang en trekken onze jas aan. Dan hoor ik: "Waar zijn mijn sleutels nu gebleven?" Dat richt mijn aandacht op het gehoorde. Mono verwerking van gehoorde geluiden. Moeiteloos weet ik uit de serie geluiden – die ik eerst nu interpreteer – dat de sleutels in de huiskamer zijn neergelegd op een massief houten blad. Die klank, weet je wel. In de donkere huiskamer kan ik de sleutelbos zonder probleem op gevoel vinden.

Ook bij gesprekken kunnen wij deelnameloos lijken te zijn. In feite reageren we automatisch om de dialoog in stand te houden. Net zoals bij het zien kunnen we ons later hele stukken van het gesprek voor de geest halen als in een video. Het adequaat meteen reageren op het gehoorde is als gevolg van het autisme in ons onmogelijk. Het verwerken van het gehoorde vindt later plaats bij het overdenken en er een waarde aan toekennen. De conclusie of einduitkomst kan heel anders worden dan de partners in het gesprek inclusief wij zelf verwachtten.

In mijn boek 'autiweg' schrijf ik:

Tijdens het herhalen wordt veelal een indruk van het onderwerp van gesprek in de hersenen gevormd. Dit kan geluid, beeld of gevoel, maar ook geur of smaak zijn, naast de tekst. Het totaal is een unieke indruk voor een ieder afzonderlijk.

Door die concentratie maken wij het los van de andere geluiden die tegelijk ons oor bereiken en onthouden dat alleen zonder bijgeluiden.

Op de weblog <http://kirayoshi.wordpress.com/2011/01/19/beinvloeding-en-manipulatie/> was te lezen hoe wij soms gemeen behandeld kunnen worden en daartegen nauwelijks verweer hebben. De context is voor ons heel belangrijk. Vinden we gesprekspartners sympathiek of niet; wat verwachten we van de dialoog; zijn de omgevingsfactoren gunstig of ongunstig; dat alles doet zijn invloed gelden.

Bij problemen met de interpretatie bij overprikkeling kan een afsluiten voor het interpreteren van geluid – of een ander zintuig – optreden. Horende doof zijn wordt het dan bij geluid. Het lijkt een natuurlijke reactie van de geest tegen de overbelasting. Daar is op zich niets mis mee.

Hoewel het gehoorbereik bij auti's vaak heel breed is, (heel hoge of zachte geluiden horen) stel ik dat de gehoororganen gemiddeld normaal ontwikkeld zijn. Het is de geluidsinterpretatie die de uitersten bepaalt. Enkele voorbeelden laat ik volgen.

De kraan die bij de burens af en toe staat te lekken is niet mijn probleem. Moeten ze de kraan maar beter dichtdraaien of laten vernieuwen. Hier treedt relativeren op.

Die boormachine in de buurt stopt vanzelf als het gat gemaakt is en dat duurt maar kort. Nu relativeren in tijdsduur.

Veel soorten geluid tegelijkertijd (kakofonie) komt voor een gevoelige auti over als overweldigende herrie, terwijl het op zich helemaal niet een hard geluid hoeft te zijn. Geluiden in een foyer van de schouwburg voor de aanvang van de voorstelling zijn niet hard maar kunnen overweldigen door de hoeveelheid.

Drukke achtergrondgeluiden vallen veelal weg als er een interessant gesprek gaande is waarop gefocust wordt. We kunnen dus wel ietsje filteren ...

En hier is het volume oorzaak van ergernis:

1 ding word ik denk ik wel boos om, van die opgefokte tieners op opgevoerde scooters (meestal zonder helm) die veel te hard en roekeloos rijden, maar vooral het geluid dat die dingen produceren. Bron: Outsider.net

Mensen die hun mobieltjes met harde ringtones maar over laten gaan. Zet dat ding dan op stil.

Mensen die hun mp3-speler te hard hebben staan.

Herrie van andere mensen, zoals muziek waar ik dan verplicht word om ook maar van te 'genieten'.

Een voorbeeld op de site ongeschikt.punt.nl:

http://www.youtube.com/watch?v=BPDTUeotHe0&feature=player_embedded

Dit filmpje laat zien wat iemand met autisme ervaart, als hij/zij overprikkelt raakt iets wat veel NT-ers vaak nogal onderschatten waardoor mensen met autisme helaas nog al te vaak tegen een hoop onbegrip oplopen.

Een duidelijke reactie hierop is:

Ik denk dat dit per persoon met ASS anders ligt, ik kan bijvoorbeeld wel redelijk tegen hard geluid, maar zodra die harde geluiden een lage bas of hoge toon bevatten wordt ik gek. En als het dan ook nog in een drukke ruimte is, dan is de overprikkeling snel een feit. Andere mensen hebben het weer met licht, of met een bepaald geluid van staal op staal, enzovoort. Maar uiteindelijk uit de overprikkeling zich vaak op dezelfde manier qua ervaren in het hoofd. door: Margretha [puurheid.punt.nl](http://www.puurheid.punt.nl)

Een tweede voorbeeld op de site <http://www.leokannerhuis.nl/> :

Het Dr. Leo Kannerhuis heeft het 'Hoofdkwartier' uitgewerkt om buitenstaanders te laten ervaren wat mensen met ASS dagelijks voelen, denken en meemaken. "Het gaat er dan niet om hoe de buitenwereld naar mensen met autisme kijkt, maar om de beleving van henzelf, van binnenuit. Samen met cliënten, ouders en behandelaars is een project opgezet waar

bezoekers door middel van beeld en geluid kunnen ervaren wat er in hoofd én hart van mensen met autisme omgaat. Het hoofdkwartier is een multimediaal theater gevormd door een groot hoofd van stalen stroken. In het hoofd is plaats voor negen mensen die door middel van beeld en geluid mee worden genomen in de belevingswereld van een persoon met autisme.” (www.hoofdkwartier.org, 2010)

Een reactie hierop is:

"Ik heb daar niets mee en dat heb ik ze verteld ook. Bij mij is het heel anders."

Navraag bij verscheidene mensen met autisme leert me, dat de gelijktijdigheid van vele geluiden een overweldigende indruk geeft die als herrie bestempeld wordt, maar dat ze een normaal gehoor hebben.

Beide voorbeelden – hoe goed ook bedoeld en weergegeven – zetten mensen op het verkeerde been door te stellen dat het zo is in plaats van dat het zo **kan** zijn.

Bij Auditieve Informatieve Training (AIT) wordt de verwerkingscapaciteit langzaam als het ware opgerekt. Er wordt wel eerst een rapport opgemaakt van de extra gevoelige toonhoogten van de cliënt. Eveneens is dit mogelijk voor andere zintuigen met Sensorisch Integratietherapie.

SI-therapie richt zich op het beïnvloeden van het zenuwstelsel door middel van gedoseerde zintuiglijke prikkeling, om het lichaam te stimuleren deze prikkels beter te verwerken.

Tijdens de behandeling wordt gebruik gemaakt van een oefenprogramma om een geleidelijke gewenning aan prikkels op te bouwen en worden technieken aangereikt om overgevoelighedsreacties te voorkomen of te dempen.

Het is me gebleken dat ik zelf invloed kan hebben op de interpretatie van geluiden. Een AIT volgen is daarmee overbodig geworden. Wel leren wij langzamer wennen aan geluiden dan 'normale' mensen.

Geluiden waarop ik vroeger meteen agressief reageerde kan ik nu relativeren of bespreken, zonder agressie. Mijn voorkeur is echter ongewijzigd gebleven. Van heel veel indrukken denk ik de oorzaak te weten. Het kunnen plaatsen ervan geeft me duidelijkheid en rust.