

De waarde van hersenverschillen in een maatschappij die steeds sneller gaat.



In mijn jarenlange werk met neurodivergente breinen viel me iets op.

Het gesprek ging vaak over wat er moeilijk was.

Moeilijk in de zin van druk, te snel afgeleid, te gevoelig, te intens, teveel in hun eigen wereld, te anders..

De aandacht ging vooral naar wat niet aansloot bij de verwachtingen van school, werk of de maatschappij. Alsof het doel was om hen zo goed mogelijk te laten functioneren in een wereld die niet voor hen ontworpen is.

Zelden ging het over een andere vraag; wat brengt dit brein eigenlijk mee? Welke kwaliteiten, perspectieven en talenten ontstaan juist doordat iemand anders denkt, voelt of waarneemt?

Want wat als neurodivergentie niet alleen uitdagingen met zich meebrengt? Wat als deze verschillen ook iets waardevols toevoegen aan onze teams, organisaties en samenleving?

Misschien wordt het tijd dat we niet alleen kijken naar wat moeilijk is, maar ook naar wat mogelijk wordt wanneer verschillen de ruimte krijgen om zichtbaar te zijn.

Wat is neurodiversiteit?

Neurodiversiteit is het idee dat verschillen in de werking van het brein een natuurlijk onderdeel zijn van menselijke diversiteit.

Net zoals mensen verschillen in uiterlijk, persoonlijkheid en talenten, verschillen we ook in hoe onze hersenen informatie verwerken.

Autisme, ADHD, dyslexie, HSP, hoogbegaafdheid en andere neurologische profielen worden binnen het neurodiversiteitsdenken niet uitsluitend gezien als stoornissen of beperkingen, maar als natuurlijke variaties binnen de menselijke soort.

Dat betekent niet dat er geen uitdagingen zijn. Die zijn er vaak wel degelijk. Maar het betekent ook dat verschillen niet automatisch defecten zijn.

Waarom lopen zoveel mensen vast?

Veel van de moeilijkheden die neurodivergente mensen ervaren ontstaan niet alleen door hun brein, maar vooral ook door de omgeving waarin zij leven.

Onze scholen, werkplekken en sociale systemen zijn grotendeels ingericht op wat voor de meerderheid werkt.

Lang stilzitten, veel prikkels verwerken, snel schakelen tussen taken, werken volgens vaste structuren, navigeren binnen allerlei ongeschreven sociale regels.

Voor mensen met een anders werkend brein kan dit enorm veel energie kosten, of dit kan gewoonweg onmogelijk zijn. Daardoor ontstaat gemakkelijk het idee dat zij tekortschieten.

Wat als het probleem niet altijd bij de persoon ligt?

Misschien sluiten onze systemen simpelweg niet goed aan bij de volledige diversiteit van menselijke breinen.

De kracht van anders denken.

Door de geschiedenis heen hebben mensen met afwijkende denkstijlen belangrijke bijdragen geleverd aan wetenschap, kunst, technologie, ondernemerschap en innovatie.

Veel eigenschappen die regelmatig voorkomen bij neurodivergente mensen kunnen onder de juiste omstandigheden grote kwaliteiten zijn

Mensen met ADHD worden vaak omschreven als creatief, ondernemend, energiek en sterk in het leggen van onverwachte verbanden.

Mensen met autisme beschikken vaak over een scherp oog voor detail, een sterk analytisch vermogen, eerlijkheid, doorzettingsvermogen en een diepgaande interesse in onderwerpen die hen fascineren.

Natuurlijk geldt dit niet voor iedereen.

Neurodivergente mensen vormen geen homogene groep. Maar wat zij gemeen hebben, is dat hun brein de wereld vaak vanuit een ander perspectief bekijkt.

Misschien hebben we die perspectieven vandaag wel harder nodig dan ooit.

Neurodiversiteit is geen nieuwe trend

Interessant genoeg zijn veel van de genetische variaties die samenhangen met ADHD en autisme al duizenden jaren onderdeel van de menselijke evolutie.

Onderzoekers vermoeden dat bepaalde eigenschappen die vandaag de dag worden gekoppeld aan neurodivergentie maatschappelijke voordelen hebben gehad en altijd zullen blijven hebben.

De tijdens de menselijke evolutie geselecteerde varianten droegen bij aan uitzonderlijke geheugenvaardigheden, een verbeterde waarneming van zicht, smaak en reuk, een scherp oog voor detail, innovatief denken, een scherpe observatie en een diep begrip van systemen.

Eigenschappen die vandaag de dag nog steeds van grote waarde zijn.

Misschien zijn ze gebleven omdat ze iets essentieels toevoegen wat in deze tijd van verandering weer heel hard nodig gaat zijn.

Mijn visie

Wanneer we spreken over neurodiversiteit, gaat het vaak over ondersteuning, begeleiding of aanpassingen. Maar steeds vaker vraag ik me af of we daarmee iets essentieels missen.

Want wat als neurodiversiteit niet alleen gaat over individuele verschillen?

Wat als deze breinen ons iets laten zien over de manier waarop wij werken, leren, leven en organiseren?

Veel neurodivergente mensen voelen haarfijn aan wanneer iets niet klopt.

Ze stellen vragen waar anderen aan voorbijgaan.

Zien verbanden die nog niet zichtbaar zijn.

Denken buiten bestaande kaders.

Brengen creativiteit, innovatie en nieuwe perspectieven.

Tegelijkertijd leven we in een maatschappij die vaak snelheid, efficiëntie en aanpassing belooft.

Daardoor raken juist de mensen die anders kijken, voelen of denken soms het verst verwijderd van hun eigen kracht.

Tot slot

Voor mij gaat neurodiversiteit daarom niet over repareren.

Het gaat over begrijpen.

Over ruimte maken voor verschillende manieren van denken, werken en bijdragen.

Zodat mensen niet alleen beter functioneren, maar ook leiderschap kunnen nemen over hun eigen leven, talenten en unieke bijdrage aan deze wereld.

Ik ben benieuwd naar jouw ervaringen en wat deze blog bij je losmaakt.
Stuur me gerust een berichtje!

Liefs, Lennie.

www.leefjouwritme.nl
info@leefjouwritme.nl