

# Personalia betrokken partijen

## Onderzoeker

Naam: Renske Pertijs

Studentnummer:    2773260  
E-mail: [r.pertijs@student.fontys.nl](mailto:r.pertijs@student.fontys.nl)

Telefoonnummer: 06-24972994

Klas: 4H

## Medeonderzoekers

Naam: Charlotte Albertini

Opleiding: Logopedie

E-mail: [c.albertini@student.fontys.nl](mailto:c.albertini@student.fontys.nl)   
Telefoonnummer:    06-29321818  
  
Naam: Esti van Raak  
Studentnummer: 2705575  
E-mail: [esti.vanraak@student.fontys.nl](mailto:esti.vanraak@student.fontys.nl)   
Telefoonnummer: 06-51067099

## Begeleider

Naam: Marjolijn van Gelder  
E-mail: [m.vangelder@fontys.nl](mailto:m.vangelder@fontys.nl)   
Telefoonnummer: 088-5071255 / 06-51339538

Externe opdrachtgever  
Naam: Tjerk Feitsma

E-mail: [Tjerk@neurodiversiteit.nl](mailto:Tjerk@neurodiversiteit.nl)   
Telefoonnummer: 06-14034299

Interne beoordelaar  
Naam: Maaike Plant   
E-mail: [m.plant@fontys.nl](mailto:m.plant@fontys.nl)   
Telefoonnummer: 088-5079406

# Voorwoord

De eindrapportage ‘Wanneer verbale communicatie geen optie meer is’ die voor u ligt, is een bachelor thesis geschreven ter afronding van de hbo-opleiding voor logopedie aan de Fontys Paramedisch Hogeschool te Eindhoven. Dit onderzoek maakt deel uit van het project ‘‘Social Signs’ gebarentaal voor mensen met een autisme spectrum stoornis’ (ASS) binnen de stichting Neurodiversiteit in coöperatie met social impact bedrijf 2Tango. Zij streven ernaar een ondersteund communicatiehulpmiddel (OC-middel) te ontwikkelen dat bruikbaar is voor zich normaal ontwikkelende, sprekende personen met ASS. Er hebben drie studenten van de opleiding logopedie te Eindhoven aan dit onderzoek gewerkt met elk een individuele onderzoeksvraag. Met de resultaten van de onderzoeken wordt er uiteindelijk door stichting Neurodiversiteit in samenwerking met 2Tango een woordenboek gevormd voor in de applicatie, welke gekoppeld wordt aan gebaren.

Graag wil ik Tjerk Feitsma bedanken als externe opdrachtgever voor de kans om dit afstudeerproject in opdracht van hem uit te voeren. Ik hoop dat door mijn onderzoek er een start gemaakt kan worden aan de invulling van het OC-middel, zodat sprekende personen op het moment van communicatieve nood zich communicatief redzaam kunnen maken en de kloof tussen neurodiversiteit en de rest van de samenleving wordt verkleind.

Ook wil ik Marjolijn van Gelder bedanken als afstudeerbegeleider. Daarnaast bedank ik mijn groepsgenoten Charlotte Albertini en Esti van Raak voor alle uren samen werken, sparren, discussiëren en hun steun. Ten slotte gaat mijn dank uit naar Anouk Raijmaekers, die mijn producten altijd heeft voorzien van kundige feedback en mij door de laatste zware weken heen heeft gesleept.

Renske Pertijs

Eindhoven, juni 2019

Inhoudsopgave

[Personalia betrokken partijen 2](#_Toc10223491)

[Onderzoeker 2](#_Toc10223492)

[Medeonderzoekers 2](#_Toc10223493)

[Begeleider 2](#_Toc10223494)

[Externe opdrachtgever 2](#_Toc10223495)

[Interne beoordelaar 2](#_Toc10223496)

[Voorwoord 3](#_Toc10223497)

[Samenvatting Inleiding 5](#_Toc10223498)

[Wijzigingen methode 5](#_Toc10223499)

[Resultaten 7](#_Toc10223500)

[Kenmerken deelnemersgroep 7](#_Toc10223501)

[Thema’s 7](#_Toc10223502)

[Het spreken/communiceren 7](#_Toc10223503)

[Coping 8](#_Toc10223504)

[De invloed van de gesprekspartner 9](#_Toc10223505)

[De invloed van externe prikkels 9](#_Toc10223506)

[De invloed van emoties en gedachten 10](#_Toc10223507)

[Discussie 11](#_Toc10223508)

[Validiteit en betrouwbaarheid 12](#_Toc10223509)

[Interne validiteit 12](#_Toc10223510)

[Externe validiteit 13](#_Toc10223511)

[Betrouwbaarheid 13](#_Toc10223512)

[Toepasbaarheid voor de beroepspraktijk 13](#_Toc10223513)

[Aanbevelingen voor vervolgonderzoek 14](#_Toc10223514)

[Conclusie 14](#_Toc10223515)

[Literatuurlijst 15](#_Toc10223516)

[Bijlagen 16](#_Toc10223517)

[Bijlage I: Codeboom 16](#_Toc10223518)

[Bijlage II: Lijst met woorden en zinnen voor in de applicatie 26](#_Toc10223519)

# Samenvatting Inleiding

Personen met ASS kunnen last hebben van overprikkeling (Fokkens et al., 2015; Kuiper et al., 2019) en stress (Hendrikx, 2017), wat kan leiden tot sociale beperkingen (Bishop-Fitzpatrick, Minshew, Mazefsky & Eack, 2017) en ‘communicatieve nood’ (McKean, 1994; Williams, 1992). Hierdoor kunnen er belemmeringen optreden in de communicatieve redzaamheid (Singer, Klatte, Cnossen, & Gerrits, 2017). Bovenstaande problemen kunnen zich voordoen wanneer personen met ASS druk voelen door hun familie om deel te nemen aan sociale interacties, welke zij niet altijd als ontspannend beschouwen (Chen, Bundy, Cordier, Chien, & Einfeld, 2016). Dit is vanuit logopedisch oogpunt een uitdaging. Beide partijen zouden gebaat zijn bij ondersteuning op dit gebied. Het is nog onbekend hoe ouders, maar ook het kind zelf kunnen omgaan met de situaties van communicatieve nood. Om in te spelen op communicatieve redzaamheid wordt een ondersteund communicatiemiddel (OC-middel) ontwikkeld wat aansluit bij de behoeften van verbaal uitende ervaringsdeskundigen met een normale ontwikkeling. Om onderzoek te doen naar de invulling van het woordenboek van het OC-middel luidt de onderzoeksvraag:

Figuur Onderzoeksvraag en deelvraag

# Wijzigingen methode

Het onderzoek richt zich op het verkrijgen van woorden/zinnen die nodig zijn op het moment van communicatieve nood volgens ervaringsdeskundigen. Er is daarom gekozen voor een kwalitatief onderzoek waarin gebruik gemaakt is van semi-gestructureerde interviews. Op bepaalde punten in het onderzoek is afgeweken van de vooraf gestelde methode. Hieronder worden deze punten weergegeven:

* Volgens het projectplan zouden zich verbaal uitende, normaal ontwikkelende personen met ASS tussen 16-25 jaar worden geïncludeerd in het onderzoek. Omwille van het aantal aanmeldingen voor het onderzoek is, in overleg met de afstudeerbegeleider en opdrachtgever, de uiterste leeftijdsgrens van 25 jaar opgeheven, aangepast naar de leeftijd ‘vanaf 16 jaar’.
* Bij de werving werd een doelgerichte steekproef beschreven door participanten te werven via sociale media. Dit is gebeurd, maar ook sociale media van een door de onderzoekers benaderde zorgprofessional en personen uit de directe omgeving van de onderzoeker zijn gebruikt om participanten te werven. Daarnaast zijn er posters opgehangen bij verscheidene zorginstellingen in de regio Noord-Brabant en verspreid naar diverse onderwijs- en zorginstellingen binnen de regio’s Noord-Brabant, Zuid-Holland en Gelderland. Er zijn dus ook onderwijs- en zorginstellingen buiten de regio Breda-Tilburg benaderd.
* In het proces voor werving werd beschreven dat participanten zich vrijwillig konden aanmelden, middels een mail of telefonisch contact. Bij 2 participanten is dit zo gegaan. Daarnaast is één participant persoonlijk benaderd, omdat deze persoon met diens contactgegevens op een site van een onderwijsinstelling stond. Eén onderwijsinstelling in de provincie Noord-Brabant heeft de onderzoekers uitgenodigd om een dag bij hen langs te komen en face-to-face hun onderzoek uit te leggen aan de desbetreffende doelgroep. Hier zijn voor de onderzoeker vier participanten uit gekomen. Een andere deelnemer is geworven door middel van het toelichten van het onderzoek middels Skype tijdens een projectavond van een instelling.
* De deelnemers zijn niet meer gestratificeerd op basis van leeftijd en geslacht, wat in het projectplan wel zo beschreven was. Vanwege het aantal aanmeldingen was dit niet mogelijk.
* Er is een deelvraag aan de onderzoeksvraag toegevoegd, welke luidt: ‘Wat verstaat een zich verbaal uitende, normaal ontwikkelende persoon met ASS vanaf 16 jaar onder communicatieve nood?’ Hiervoor is gekozen, omdat er uit de interviews waardevolle informatie naar voren kwam over deze communicatieve nood en er in de literatuur (nog) geen eenduidige definitie is voor deze term. Daarnaast ervaart iedere persoon dit moment anders en zijn/haar definitieve van deze term is van invloed op wat hij/zij wil zeggen tijdens zo’n situatie. Dit is in overleg gebeurd met de afstudeerbegeleider.
* Er zijn, gedurende het afnemen van de interviews, aanpassingen gemaakt in het interviewschema. Zo zijn er door de observator tijdens de interviews extra vragen gesteld en kwam tijdens het houden van de interviews naar voren dat de interpretatie van de term ‘communicatieve nood’ per proefpersoon kan verschillen. Om deze nieuwe informatie mee te kunnen nemen in de resultaten van het onderzoek is de volgende vraag aan het interviewschema toegevoegd:
  + ‘Wat versta jij onder communicatieve nood?’
* Volgens het projectplan zou bij het analyseproces van de data gebruik worden gemaakt van het programma Kwalitan, maar dit is niet gebeurd. De data-analyse is handmatig uitgevoerd.

# Resultaten

## Kenmerken deelnemersgroep

Er hebben acht participanten deelgenomen aan het onderzoek. Er zijn zeven mannen en één vrouw geïnterviewd. In tabel 1 worden de belangrijkste kenmerken van de deelnemers weergegeven. De leeftijd van de deelnemers is ondergebracht in categorieën om hun anonimiteit te waarborgen.

Tabel : kenmerken deelnemersgroep

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| No. Deel-nemer | Geslacht | Hoogst genoten opleidings-  niveau | Leeftijds-categorie\* |
| D1 | Man | MBO | 3 |
| D2 | Vrouw | HBO (laatste jaar) | 2 |
| D3 | Man | Universiteit | 4 |
| D4 | Man | MBO | 5 |
| D5 | Man | HBO | 3 |
| D6 | Man | VMBO basis (niet afgemaakt) | 1 |
| D7 | Man | Havo (niet afgemaakt) | 2 |
| D8 | Man | MBO (niet afgemaakt) | 3 |

*\* 1 = 16-18 jaar, 2 = 19-21 jaar, 3 = 22-25 jaar, 4 = 26-29 jaar, 5 = 30-33 jaar*

## Thema’s

Uit de analyse van de interviews zijn vijf thema’s gehaald:

*Woorden en zinnen voor tijdens het moment van communicatieve nood omtrent:*

1. Het spreken/communiceren
2. Coping
3. De invloed van de gesprekspartner
4. De invloed van externe prikkels
5. De invloed van emoties en gedachten

In dit hoofdstuk worden de thema’s toegelicht aan de hand van de axiale codes passend bij de thema’s en citaten van de deelnemers. In bijlage I is de codeboom weergegeven en in bijlage II wordt aan de hand van ieder thema weergegeven welke woorden/zinnen de personen letterlijk in de applicatie zouden willen hebben.

### Het spreken/communiceren

In situaties van communicatieve nood gebeuren er verschillende zaken in het spreken. Zo geeft het merendeel van de deelnemers aan dat zij onvloeiendheden ervaren in het gesprek, zoals het niet meer uit de woorden komen en stotteren: *‘Ik struikel over mijn woorden’ (D8).*

Hiernaast zijn er veel deelnemers die stilvallen in een gesprek. Er zijn ook, bij zeven van de acht deelnemers, momenten dat het spreken op bepaalde momenten helemaal niet meer lukt: *‘Ja uiteindelijk dan sla je zo vast en komt er ook echt niks meer uit’ (D4) en ‘Ja dat er op dat moment even een blokkade komt van eh.. nu eh.. tot nu en niet verder’ (D6).* D8 geeft aan dat hij op zo’n moment zou willen zeggen: ‘het lukt me (nu) niet’ en D1 zou willen zeggen: ‘ik kom er even niet meer uit’.

Naast het minder spreken komt het bij de helft van de deelnemers ook voor dat zij op de automatische piloot gaan spreken. *‘Ja ik ga dan op automatische piloot ga ik eigenlijk praten zonder dat ik daar zelf eigenlijk iets van meekrijg’* *(D1).*

Hoe vaak deelnemers een moment van communicatie nood ervaren, verschilt per deelnemer van een of twee keer per week, eens in het half jaar, tot de mogelijkheid van voorkomen in elk gesprek/situatie. Zo benoemt D5 wanneer het gesprek over hemzelf gaat: *‘Ik denk in elk gesprek wel eigenlijk’* en D1 geeft aan: *‘Ja dat is heel wisselend, ligt er dus een beetje aan hoeveel dingen dat er spelen die er zijn, maar ik denk sowieso wel een of twee keer in de week zo’n moment heb (..)’.* Bij een andere deelnemer hangt het van de drukte af.

D2 ervaart het moment van communicatieve nood vooral in de thuissituatie, doordat zij haar overprikkeling heeft uitgesteld. Zij geeft het volgende aan: *‘Dat het gewoon niet meer eruit komt (..) en ‘’(..) als ik de woorden dan vind dan is het \*laat brabbels horen\* zoiets. Dan dan wil het gewoon niet meer, de communicatie gaat niet goed’.* Daarnaast gaf zij aan dat zij niks kan vinden wanneer ze overprikkeld is in huis en dat ze op dat moment wel iets zou willen aangeven over huiselijke, praktische dingen. Zij gaf, als enige deelnemer, aan dat categorieën als ‘Waar is..’, ‘In de/het..’, huiselijke dingen, praktische dingen en voorwerpen handig zouden zijn in de applicatie. Zo geeft zij voorbeelden als: *‘Ja, of in de slaapkamer’, ‘Of kan je de lampen uitdoen?, zoiets’’ en ‘Is de deur op slot?’.*

### Coping

Tijdens het moment van communicatieve nood zijn er verschillende dingen die de persoon met ASS dan doet. Zo blijft het merendeel van de deelnemers bij het (onderwerp van) gesprek. D4 geeft bijvoorbeeld aan bij de vraag of hij het over iets anders zou willen hebben: *‘’Nee nee, dan ben ik mijn gedachtegang helemaal kwijt’’* en D1 zegt: *‘(..) we kunnen het nou wel ergens anders over hebben, maar ik ben dan toch nog bezig met het gesprek en dan duurt het alleen maar langer voordat we er uiteindelijk uit zijn. Dus dan wil ik toch eigenlijk het liefst erin doorgaan’.*

Het merendeel van de deelnemers doet bepaalde zaken om in de situatie te blijven, zoals het maken van flauwe grappen (D1), iets vastpakken (D5/D6), rondkijken (D4/D5) of over iets anders praten (D7/D8). D1 beschrijft dit als volgt: *‘Eh da dat is wel dan iets wat mij dan helpt dat is niet iets wat ik echt bewust inzet, maar dat is gewoon dan gaat mijn gedachte ineens daar naartoe en dan flap ik dat eruit. En dat, dat helpt mij om dan even die ja die spanning weg weg te laten lopen om het zo te zeggen’.*

Daarentegen zijn er ook veel deelnemers die uit de situatie stappen om een moment voor zichzelf te nemen. D7 omschrijft dit als volgt: *‘Ja dan loop ik uiteindelijk maar gewoon weg’*.

Een kleine minderheid van de deelnemers geeft ook aan dat zij naar een excuus zoeken om uit het gesprek te stappen wanneer het spreken moeilijk wordt. Dit is ook iets wat deze deelnemers op zo’n moment aan willen geven: ‘het is warm, ik ga even naar buiten, even afkoelen’ (D1), ‘ik ga de hond uitlaten’ (D1/D2/D7) en ‘wil je wat te drinken?’ (D7).

Naast sociaal-wenselijke uitingen om met het gesprek te stoppen wordt het duidelijk dat de helft van de deelnemers tijd en ruimte nodig heeft om na te denken over wat te zeggen. D4 zegt bijvoorbeeld: *‘Mm.. ja even rustig, ik ben aan het nadenken. Ik weet niet zo goed hoe ik dit moet zeggen’.* D8 geeft dit als volgt aan: *‘En, of je zegt even opnieuw, ik ga even nadenken’.* Voorbeelden die de deelnemers gaven voor de applicatie zijn: ‘ik heb tijd nodig om na te denken’ (D6) en ‘ik ben een manier aan het verzinnen om duidelijk te maken wat ik bedoel’ (D4).

Voordat het moment van communicatieve nood komt, voelt de helft van de deelnemers dit moment aankomen en kunnen zij dit uitstellen. *‘Heb ik door de jaren heen geleerd om op dat moment kan ik heel goed functioneren en daarna ben ik overprikkeld. Dus ik stel het eigenlijk uit. Dus vaak komt het pas als de prikkels wegvallen’ (D2).*

De voorbereiding van een gesprek kan ervoor zorgen dat de persoon weet wat hij/zij op dat moment kan zeggen. Wanneer het voorbereide gesprek echter doorbroken wordt, wordt het bij enkele deelnemers vaak moeilijker om te spreken. Eén deelnemer ervaart ook dat het spreken altijd lastig kan worden, ongeacht de voorbereiding. Ook kan het juist zo zijn bij één deelnemer dat een onvoorbereid gesprek een positieve uitwerking heeft op het spreken. Zo geeft D1 aan: *‘(..) als er dan andere vragen komen of andere reacties als ik dan had voorbereid, dan is dat ehm.. dat scenario dat wordt dan doorbroken zegmaar, waardoor ik dan niet meer goed weet hoe dat ik dan moet reageren omdat ik m’n verhaaltje eigenlijk al klaar had liggen. En als zo’n gesprek dan onverwacht komt, dus het gaat er spontaan over, dan is het ooit makkelijker omdat ik het dan nog niet voorbereid heb (..)’.*

### De invloed van de gesprekspartner

Deelnemers zijn tijdens het gesprek bezig met hoe zij overkomen op de familiaire gesprekspartner. Zo denkt de helft van de deelnemers van te voren al na over consequenties van het gesprek en wegen zij af wat ze tegen die persoon willen zeggen. Zo vertellen D1 en D4: *‘Ja en dan ook vooral heel erg bezig zijn met wat zou er uiteindelijk voor consequenties aan het gesprek kunnen liggen’* en *‘(..) ik weet nog niet precies hoe ik het wil zeggen maar ja, ik ben het nu aan het afwegen’.* Ondanks dat ze graag zouden willen vertellen wat ze bedoelen: *‘Ja niet zeggen wat ik in m’n hoofd heb, maar zeggen wat ik daarmee bedoel eigenlijk’.* D4 zou op zo’n moment het volgende willen aangeven: ‘Ik heb meerdere manieren om het te zeggen en ik ben de beste aan het zoeken’.

Een groot merendeel van de deelnemers geeft aan dat zij eigenlijk tijd wil van de gesprekspartner om na te denken over wat ze willen zeggen. Daarbij zeggen alle deelnemers dat zij eerlijk willen aangeven dat het gesprek genoeg is geweest. D1 en D6 geven dit als volgt aan: ‘(..) *ik heb nou ff een momentje voor mezelf nodig’* en *‘Ja soms heb ik wel zoiets van nou van nou zo is het wel genoeg’.* D1, D2 en D6 zouden het volgende in de applicatie willen: ‘ik heb nu heel even rust nodig’ en D5 en D7: ‘kunnen we het over iets anders hebben?’

Een kleine minderheid van de deelnemers geeft aan dat de vragen die de gesprekspartners aan hen stellen ook invloed hebben op het spreken: *‘Vroeger was dat anders, dan probeerden ze het antwoord nog uit me te halen. (..) Ehm, ja dan sloeg ik nog meer dicht’ (D4).*

Ook het onderwerp van gesprek heeft bij een meerderheid van de deelnemers een wisselwerking met communicatieve nood. Zo zijn emotioneel lastige onderwerpen, onderwerpen waar de interesse van de deelnemer minder ligt en persoonlijke onderwerpen van grote invloed op hoe het spreken gaat. D6 zegt bijvoorbeeld over het spreken: *‘De problemen komen pas echt om de hoek kijken wanneer echt gevoelige onderwerpen aan bod komen’*.

### De invloed van externe prikkels

Er zijn diverse externe prikkels die bij de meerderheid van de deelnemers van invloed zijn op het spreken, zoals temperatuur, (omgeving)geluid en beelden. Zo geeft D4 wat betreft omgevingsgeluid het volgende aan: *‘Ik kan best wel in een groep zijn, ehm.. maar er moeten niet tien gesprekken tegelijk aan de gang gaan want dan kom ik helemaal nergens meer uit’.* De helft van de deelnemers geeft aan dat er ook sprake is van een samenloop van zowel prikkels, situaties als onderwerpen. D1 beschrijft zo’n moment als volgt: *‘En van hoe meer eh over.. prikkels ik merk, hoe minder goed ik om kan gaan met prikkels, waardoor ik meer prikkels krijg en dan wordt het zo eigenlijk een beetje een spiraal naar beneden’.* Deze deelnemers zouden het volgende in de applicatie willen terugzien: ‘Kan het geluid wat zachter?’ (D1) en ‘De omgeving leidt me af’ (D5).

Ook speelt vermoeidheid bij het merendeel van de deelnemers een grote rol. *‘Als ik een tijdje lang met iemand optrek op een dag ofzo dan ben ik uiteindelijk toch een beetje sociaal moe’,* zegt D7, wat voor hem invloed heeft op het spreken. D3 geeft vermoeidheid ook als oorzaak: *‘Eh ja als ik echt heel oververmoeid ben’.* Dit is ook iets wat deze deelnemers aan willen geven aan de gesprekspartners: *‘Ik moet ook wel eigenlijk eerlijk toegeven, ik moet eigenlijk ook beter gaan aangeven dat ik moe ben en geen zin meer heb om te praten, maar ik blijf zelf doorpraten’ (D8)* en *‘Ja zo van het is even zwaar geweest. Veel te veel nagedacht of veel te veel bewogen en ehm.. Ik moet dat even laten bezinken’ (D4).* Dit zouden zij als volgt willen aangeven middels de app: ‘ik ben moe’ (D2/D8) en ‘ik heb te veel bewogen, ik moet dat even laten bezinken’ (D4).

### De invloed van emoties en gedachten

Wanneer het spreken niet gaat zoals de deelnemer dit beoogt, dan kan dit bij het merendeel van de deelnemers leiden tot vervelende gevoelens als frustratie en irritatie. Zo benoemt D5: *‘(..) het is heel frustrerend als je normaal best wel goed met spraak bent en op zo’n moment het gewoon echt niet lukt. En niet om een fysieke reden, maar gewoon omdat het niet meer lukt (..)’.* D4 en D5 zouden het volgende aan willen geven met de applicatie: ‘Het frustreert met dat ik nu even niks kan’ en ‘Het irriteert me’.

Negatieve emoties kunnen niet alleen het gevolg, maar bij de helft van de deelnemers ook de oorzaak zijn van het minder goed uit de woorden komen. *‘Ik denk dat dat echt die die die overgave en die onmacht mij zo grijpt dat ik daar verder niks meer mee kan’,* aldus D6. Een ander deelnemer geeft aan dat hij zijn emoties probeert uit te stellen op dat moment. D1 zou op zo’n moment het volgende willen zeggen: ‘Ik ben te gestrest’.

Ook gedachten hebben bij een kleine minderheid een invloed op de uitkomst van het spreken. Zo geeft D1 aan: *‘(..) dan heb ik zelf eigenlijk niet echt door wat ik aan het zeggen ben omdat ik dan heel erg in mijn eigen gedachten bezig ben. Dus het is niet dat ik dan niet nie kan praten, maar dat het niet eh.. dat het er niet uitkomt wat ik wil zeggen (..) en dan blijf ik mezelf herhalen omdat ik dan bang ben dat het onduidelijk is wat ik zeg’.*

Ook zijn de helft van de personen op het moment van communicatieve nood niet altijd meer met hun volle aandacht bij het gesprek. Zo zegt D7: *‘Ik word veel rustiger en ik eh.. ik knik gewoon een beetje instemmend. En ik hoor het wel, maar ik heb geen idee eigenlijk, ik hoor d’r niet per se woorden in of zo’.* Dit zou als volgt aangegeven kunnen worden in de applicatie: ‘Ik merk dat ik nu kwijt ben waar we het precies over hebben’ (D1).

Het overgrote deel van de deelnemers omschrijft ook dat het druk is in hun hoofd: *‘(..) mijn hoofd is heel erg vol, heel erg druk’(D1).* Naast het voorbeeld van D1, zouden D6 en D7 het volgende willen zeggen op het moment van communicatieve nood: ‘Het is nu te veel’.

De halve deelnemersgroep linkt dit ook aan dat zij niet meer weten wat zij moeten zeggen. Zo zegt D7: *‘Maar ook gewoon over dat het te veel is en ik ff niet meer weet wat ik eh.. erop moet zeggen ofzo ja’.* D4 zou dit als volgt aan willen geven: ‘Ik weet niet zo goed hoe ik dit moet zeggen’.

Tot slot heeft de helft van de deelnemers niet altijd meer behoefte aan een gesprek wanneer het te veel is. Zo geeft D2 het volgende aan: *‘Ja, want dan heb ik gewoon geen zin meer om te praten en uit te leggen en daar voel ik dan ook niet de behoefte toe (..)’.* D7 zegt: *‘(..) of gewoon ff stilte’.* D8 zou het volgende willen zeggen op zo’n moment: ‘Ik heb geen zin om na te denken’.

# Discussie

Interpretatie

Het doel van dit onderzoek was om inzichten te krijgen in wat personen met ASS verstaan onder communicatieve nood en wat zij op deze momenten, in gesprek met hun ouders/verzorgers, zouden willen zeggen. De definitie van en welke woorden/zinnen de deelnemers willen zeggen tijdens communicatieve nood gaan over het spreken/communiceren en de coping tijdens het moment, de invloed van de gesprekspartner op het moment en de invloed van externe prikkels, emoties en gedachten op het spreken.

Wat een grote invloed heeft op de oorzaak van communicatieve nood is (een combinatie van) factoren. Zo kwamen de invloed van (omgeving)geluid, vermoeidheid en de gesprekspartner in het huidige onderzoek duidelijk naar voren. Royackers (2013) beschrijft dat een overvloed aan prikkels een brein van een persoon met ASS kan overspoelen, wat voor een neurotypisch persoon, een persoon zonder de diagnose ASS, niet altijd zichtbaar is. Dit kan ook gekoppeld worden aan het huidige onderzoek, doordat de deelnemers nu hun verbale moeilijkheden camoufleren terwijl ze hun eigen grenzen zouden willen aangeven en willen zeggen waar zij op dat moment behoefte aan hebben. In het huidige onderzoek vallen deelnemers soms stil en laten ze het gesprek leiden door de gesprekspartner. Dit wordt bevestigd door onderzoek van Dunn (2001), waaruit blijkt dat personen met sensorische gevoeligheid zintuigelijke stimuli als bewegingen, geluiden en temperaturen snel opmerken en daar gemakkelijk door zijn afgeleid. Het opmerken en blijven ervaren van deze informatie leidt tot een meer passief reagerende strategie, door het bijvoorbeeld te laten gebeuren (Dunn, 2001). De kenmerken van de deelnemers komen overeen binnen de onderzoeken, maar dit betekent niet dat het de wens is van de personen om passief te worden. Er komt juist naar voren in het huidige onderzoek dat de personen willen aangeven wat zij op dat moment ervaren en nodig hebben.

Uit de resultaten blijkt dat de deelnemers het moment van communicatieve nood allemaal verschillend ervaren. Bij elke deelnemer verandert er op dat moment iets in de spraak, wat bevestigd wordt door Baron et al. (2006). Zij beschrijven dat stress bij zowel neurotypische personen als personen met ASS ervoor kan zorgen dat spreken moeilijk of zelfs onmogelijk wordt gemaakt. Eén persoon gaf aan een dusdanig hoge mate van stress te ervaren dat dit de mogelijkheid van het brein om verbaal te communiceren blokkeerde en een ander startte juist met praten zonder de essentie van zijn gewilde boodschap over te brengen. Scaler Scott (2015) beschrijft dat normale niet-vloeiendheden, zoals interjecties en revisies voor kunnen komen wanneer een persoon met ASS zijn gedachtenspoor kwijtraakt. In huidig onderzoek geven deelnemers aan dat hun hoofd vol is en dat ze niet meer met de volle aandacht bij het gesprek zijn. Royackers (2013) beschrijft dat een gevolg hiervan afzonderen of stoppen met communiceren kan zijn. In huidig onderzoek wordt ook wel gezien dat deelnemers niet meer weten wat zij moeten zeggen of dat ze tijd en ruimte nodig hebben om hierover na te denken. Het feit dat deelnemers dit middels de applicatie willen uiten laat zien dat zij eigenlijk hun grenzen willen aangeven in een gesprek richting de gesprekspartner.

De persoon zelf heeft invloed op de frequentie en het voorkomen van communicatieve nood, door bijvoorbeeld overprikkeling uit te stellen of uit de situatie te stappen. In de literatuur van De la Marche, Steyaert en Noens (2012) wordt bevestigd dat adolescenten met ASS actief proberen om overprikkeling te voorkomen. Dit wordt bevestigd in het onderzoek van Dunn (2001), waaruit blijkt dat personen met sensorische gevoeligheid weg blijven uit afleidende situaties of uit situaties stappen die visueel, auditief of gevoelsmatig te druk worden, om de binnenkomst van sensorische prikkels te beperken. Daarentegen zijn er ook deelnemers in het huidige onderzoek die het gesprek blijven voeren, al dan niet door te compenseren of een moment voor zichzelf te nemen. Het blijven in of verlaten van de situatie wanneer de mate van stress dusdanig hoog wordt, kan verklaard worden doordat de persoon met ASS zich bedreigd voelt en hierdoor een vecht- of vluchtreactie ontstaat (Baron, Groden, Groden, & Lipsitt, 2006; Burghardt, 2015; Fokkens et al., 2015). In beide onderzoeken komen dezelfde aspecten naar voren, wat laat zien dat de deelnemers uit het huidige onderzoek terug kunnen denken aan (de oorzaak van) het moment van communicatieve nood en hierop de woorden/zinnen kunnen baseren die ze dan willen zeggen.

Zo willen de deelnemers als manier om hun grenzen aan te geven sociaal-wenselijke uitingen in de applicatie als manier om uit het gesprek te stappen. Dit komt ook in het onderzoek van Hull et al. (2017) naar voren. Zij beschreven dat personen met ASS technieken gebruikten om zich meer sociaal competitief op te stellen en manieren bedachten om de gesprekspartner hun sociale moeilijkheden niet te laten zien. Daarnaast geven zij aan dat personen met ASS zich niet ‘anders’ voor willen doen dan anderen en dat zij sociaal geaccepteerd willen worden (Hull et al., 2017). Dit wordt ook gezien in huidig onderzoek, doordat deelnemers hun overprikkeling of emoties uitstellen, waardoor de gesprekspartner hun moeilijkheden in de verbale communicatie niet kunnen zien. Ook proberen zij acceptatie te bereiken door na te denken over hoe hetgeen zij uiten overkomt op de gesprekspartner. Dit komt ook overeen met welke uitingen de deelnemers in de applicatie willen. Naast uitingen die rekening houden met de gesprekspartner, willen zij op het moment van communicatieve nood ook directer hun eigen grenzen aangeven. In literatuur komt echter naar voren dat personen met ASS in sociale situaties juist camoufleren (Hull et al, 2017) en dat de gesprekspartner niet altijd doorheeft dat het voor hen te veel wordt (Royackers, 2013). Het is echter wel een begrijpelijke wens, omdat continu door blijven gaan in het gesprek in combinatie met de prikkels kan leiden tot verergering. Zo beschrijft Bogdashina (2004) dat sensorische hypergevoeligheid onafhankelijk van een overbelasting aan informatie kan voorkomen, maar daar ook het directe gevolg van kan zijn. De overbelasting kan leiden tot hypergevoeligheid, wat op diens beurt kan leiden tot platlegging van het systeem of, wanneer er geen verspreiding in tijd plaatsvindt, kan leiden tot een sensorische agnosie (Bogdashina, 2004). Door grenzen aan te geven, kan deze cirkel doorbroken worden en kan het bewustwording creëren bij de gesprekspartner, wie in dit geval de ouder/verzorger is.

## Validiteit en betrouwbaarheid

Tabel : sterke en zwakke punten

|  |  |
| --- | --- |
| Sterke punten | Zwakke punten |
| Semi-gestructureerd interviewschema | Onervaren onderzoeker bij het afnemen van de interviews |
| Iteratief proces | Kleine onderzoekspopulatie |
| Personen die communicatieve nood allen op hun eigen manier ervaren | Ongelijke verdeling mannen-vrouwen |
| Iteratief proces | Onderzoeker is het meetinstrument (subjectiviteit) |
| Personen die communicatieve nood allen op hun eigen manier ervaren |  |
| Observator(s) bij alle interviews |  |
| Peerreviews bij het coderingsproces (tweede en soms derde persoon) |  |
| Member-check bij alle interviews |  |

### Interne validiteit

De interne validiteit geeft de mate weer waarin de onderzoeksopzet heeft gezorgd voor het vooraf beoogde resultaat (Willems & van Zwieten, 2004).

Er is semi-gestructureerd geïnterviewd. Door het doorvragen is de interne validiteit en de kwaliteit van het onderzoek gestegen. Na een aantal interviewafnames zijn er vragen toegevoegd, wat onderdeel is van het iteratieve proces, wat ook bijdraagt aan de interne validiteit (Baarda et al., 2013). Zeven van de acht personen die zijn geïnterviewd ervaarden communicatieve nood in gesprekken met hun ouders/verzorgers en konden ook aan deze momenten terugdenken. Dit zorgt voor een hoge interne validiteit, omdat zij zich konden verplaatsen in dat moment en konden aangeven wat zij op zo’n moment zouden willen zeggen. De interviews zijn afgenomen door een onervaren onderzoeker, wat de interne validiteit verlaagt (Baarda et al., 2013). Een ervaren onderzoeker kan gerichtere vragen stellen, waardoor er wellicht meer woorden/zinnen naar voren waren gekomen die de persoon op een moment van communicatieve nood zou willen zeggen.

### Externe validiteit

De externe validiteit geeft de mate weer waarop de onderzoeksgegevens generaliseerbaar zijn naar andere personen, situaties of verschijnselen dan die van het onderzoek (Willems & van Zwieten, 2004).

Door het langdurige wervingsproces zijn er acht interviews afgenomen binnen de beschikbare tijd, wat minder was dan gestreefd. Door alle aangemelde personen te includeren was de onderzoekspopulatie niet transparant. Van te voren was een gelijke man-vrouw verhouding verwacht, ook al komt ASS vaker voor bij mannen dan bij vrouwen (Versteegde, Singer, Zoutenbier, Sluijmers, & Gerrits, 2016). Er heeft maar een vrouwelijke participant deelgenomen aan het onderzoek en haar voorbeelden waren anders dan die van de mannelijke deelnemers. Dit kan verklaard worden doordat zij het moment van communicatieve nood uitstelt tot thuis en zich dan niet meer in een familiaire situatie bevindt. Haar antwoorden kunnen hierdoor niet vergeleken worden met andere vrouwelijke deelnemers. Dit verlaagt de mate van generaliseerbaarheid wat betreft vrouwelijke personen met ASS (Baarda et al., 2013).

### Betrouwbaarheid

Bij alle interviews is er minimaal een observator aanwezig geweest, wat de betrouwbaarheid van het onderzoek vergroot (Baarda et al., 2013). De observator heeft de vragen uit het interviewschema bewaakt, verdiepende vragen gesteld aan de deelnemers en lette ook op non-verbale uitingen van de deelnemers. Bij drie van de acht interviews waren zelfs twee observatoren aanwezig. Dit heeft bijgedragen aan de precisie en nauwkeurigheid van de meetprocedure.

Aan de hand van peerreviews zijn de interviews gecodeerd, wat de kans op fouten maken bij het coderen en interpreteren heeft verkleind. Daarnaast zijn er member-checks gedaan bij alle deelnemers, wat aantoont dat de interpretaties en conclusies van de onderzoeker recht doen aan de werkelijkheid (Baarda et al., 2013). Waar de member-check de betrouwbaarheid verhoogt, verlaagt de onderzoeker dit omdat zijzelf het meetinstrument is. Hierdoor is het onderzoek niet volledig objectief (Baarda et al., 2013).

## Toepasbaarheid voor de beroepspraktijk

Wanneer in de applicatie door Stichting Neurodiversiteit rekening wordt gehouden met de verschillende thema’s, kunnen personen met ASS zich op momenten van communicatieve nood in gesprekken met diens ouders uiten op verschillende vlakken. Het advies is daarnaast om het onderzoek te vergelijken met de andere deelonderzoeken. Bij verschillen is het advies om een onderscheid te maken tussen de situaties ouders/verzorgers, leerkracht/coach en vrienden/relaties.

Wat betreft de logopedische praktijk kan gekeken worden naar hoe er door de ouder/verzorger rekening gehouden kan worden in het gesprek met hun kind met ASS. Doordat personen met ASS sociale interacties met hun familieleden niet altijd als ontspannend beschouwen en ouders/verzorgers de momenten van communicatieve nood niet altijd opmerken, zijn zowel ouders als kind gebaat bij ondersteuning in sociale interacties. Zo zou er een interventie ontwikkeld kunnen worden waarin het kind meer de eigen grenzen leert aangeven naar de ouders toe en de ouders meer bewust worden van de meer onzichtbare problemen in de communicatie. Hierdoor weten beide partijen beter om te gaan met momenten van communicatieve nood en kan het OC-middel op de beste wijze worden ingezet.

## Aanbevelingen voor vervolgonderzoek

Het is nog onbekend of vrouwelijke personen met ASS de momenten van communicatieve nood met hun ouders/verzorgers hetzelfde ervaren als de enige vrouwelijke deelnemer uit deze groep. Hierdoor is het interessant om grootschaliger onderzoek te doen, waarbij de onderzoekspopulatie transparanter is.

Ook kan grootschaliger onderzoek gedaan worden naar of de huidige woorden/zinnen door meerdere personen met ASS als meerwaarde worden ervaren en of daar nog aanvullingen op zijn. Hierin zouden jongere en oudere personen meegenomen kunnen worden, om de applicatie passend te maken voor een grote range gebruikers.

Daarnaast kan er vervolgonderzoek plaatsvinden naar de gebaren die passend zijn bij de woorden/zinnen voor in de applicatie, waarin behoeften van potentiële gebruikers worden meegenomen.

Tot slot is het onbekend hoe de andere partij binnen de uitgevraagde context, de ouders/verzorgers, deze momenten van communicatieve nood met hun kind ervaren. Er zou ook kwalitatief onderzoek gedaan kunnen worden naar hun ervaringen wat betreft deze momenten en hun behoeften voor in de applicatie.

# Conclusie

Huidig onderzoek richtte zich op de vragen uit figuur 2:

Figuur Onderzoeksvraag en deelvraag

Hoe een persoon het moment van communicatieve nood ervaart, heeft invloed op wat deze persoon op dat moment zou willen zeggen. Er komt duidelijk naar voren dat personen met ASS rekening houden met de gesprekspartner, in dit geval ouders/verzorgers/familieleden, en zich zoveel mogelijk willen aanpassen aan de gesprekspartners in sociale communicatie, door zich sociaal-wenselijk te uiten. Wat zij voornamelijk willen aangeven middels de applicatie zijn hun eigen grenzen. Zo willen zij kunnen middels de applicatie kunnen uiten wat hen stoort op dat moment en wat er op dat moment dient te gebeuren om de communicatieve nood te doorbreken. Door deze zaken aan te geven kan er begrip worden gecreëerd bij de gesprekspartner en kan er door beide partijen beter met het moment worden omgegaan. Het is echter nog onbekend hoe de ouders/verzorgers van hun kind met ASS deze momenten ervaren en of huidige invulling van het woordenboek door hen en een grotere, heterogene groep personen met ASS, als meerwaarde wordt ervaren.

# Literatuurlijst

Baarda, B., Bakker, E., Fischer, T., Julsing, M., De Goede, M., Peters, V., & Van der Velden,   
T. (2013). *Basisboek kwalitatief onderzoek* (3e ed.).Houten: Noordhoff Uitgevers.

Baron, M. G., Groden, J., Groden, G., & Lipsitt, L. P. (2006). *Stress and coping in autism.*   
New York: Oxford University Press, Inc.

Bogdashina, O. (2004). *Waarneming en Zintuiglijke ervaringen bij mensen met Autisme en Aspergersyndroom. Verschillende ervaringen, verschillende werelden (Fontys-OSO-reeks, nr. 11)* (3e ed.). Apeldoorn, Nederland: Garant.

De la Marche, W., Steyaert, J., & Noens, I. (2012). Atypical sensory processing in adolescents with an autism spectrum disorder and their non-affected siblings. *Research in Autism Spectrum Disorders, 6*(2), 639–645. <https://doi.org/10.1016/j.rasd.2011.09.014>

Hull, L., Petrides, K. V., Allison, C., Smith, P., Baron-Cohen, S., Lai, M., & Mandy, W. (2017). “Putting on My Best Normal”: Social Camouflaging in Adults with Autism Spectrum Conditions. *Journal of Autism and Developmental Disorders, 47*(8), 2519–2534. <https://doi.org/10.1007/s10803-017-3166-5>

McKean, T. A. (1994). *Soon Will Come the Light: A View from Inside the Autism Puzzle* (2e ed.). Arlington, TX: Future Horizons.

Royackers, P. (2013). *Autisme in bolletjes: Tips voor hulpverlening aan begaafde volwassenen.* Leuven, België: Acco.

Scaler Scott, K. (2015). Dysfluency in Autism Spectrum Disorders. *Procedia - Social and Behavioral Sciences, 193*, 239–245. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.03.266>

Singer, I., Klatte, I., Cnossen, I., & Gerrits, E. (2017, 6 april). *Consensus over definitie*

*communicatieve redzaamheid* [PowerPoint slides]. Geraadpleegd op 19 maart 2019, van <https://docplayer.nl/60737012-Consensus-over-definitie-communicatieve-redzaamheid-ingrid-singer-inge-klatte-ingrid-cnossen-en-ellen-gerrits-simea-congres-6-april-2017.html>

Versteegde, L., Singer, I., Zoutenbier, I., Sluijmers, J., & Gerrits, E. (2016). *De prevalentie en*

*incidentie van autismespectrumstoornissen.* Geraadpleegd van <https://www.nvlf.nl/stream/8c-de-prevalentie-en-incidentie-van-autismespectrumstoornissen.pdf>

Willems, D., & Van Zwieten, M. (2004, 10 december). Waardering van kwalitatief onderzoek. Geraadpleegd op 29 mei 2019, van <https://www.henw.org/artikelen/waardering-van-kwalitatief-onderzoek>

Williams, D. (1992). *Nobody Nowhere: The Extraordinary Autobiography of an Autistic*. New York, NY: Future Horizons.

# Bijlagen

## Bijlage I: Codeboom

In de tabel wordt met de groene tekst aangegeven wat de deelnemers op een moment van communicatieve nood zouden willen zeggen en dus in de applicatie zou moeten worden opgenomen.

Elk thema kan steeds gelezen worden met het volgende zinsgedeelte ervoor:

**Woorden en zinnen voor tijdens het moment van communicatieve nood omtrent..**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Het spreken / communiceren | Stilvallen in het gesprek | D4: Ik kan niet uitleggen waarom ik niet begrepen word, omdat ik stilval  D4: Ik val stil halverwege een zin  D4: Ik kan niet uitleggen waarom ik gefrustreerd ben, omdat ik stilval  D8: Ga over je drempel heen en val dicht  D2: Dan word ik wat stiller  D7: Dan val ik stil  D4: Ik val stil  D7: Ik word veel rustiger  D6: Dan word ik passief tijdens het spreken (vermoeidheid, moeilijk onderwerp)  D5: Ik zeg niks op zo’n moment |
| **Onvloeiend-heden in het spreken** | D8: Ik struikel over mijn woorden  D1: Als ik heel erg gestrest ben ga ik stotteren  D4: Ik ga stotteren  D1: Kom ik niet meer uit mijn woorden en duurt het lang voor ik de zin afmaak (stotteren)  D1: Blijf ik mezelf herhalen  D3: Dan ga ik een beetje staccato praten  D7: Dan verweef ik bijna woorden in elkaar  D7: Dan mompel ik wat meer  D2: Als ik woorden vind is het gebrabbel  D2: Komt er gebrabbel uit  D8: Hakkelen door niet nadenken  D8: Ik ga hakkelen |
| **Praten lukt niet meer op bepaalde momenten** | D2: Spraak is minder, dat het gewoon niet meer eruit komt  D2: Praten lukt niet meer  D6: Dat er op dat moment een blokkade komt van tot nu en niet verder  D4: Uiteindelijk loop ik zo vast dat er niks meer uitkomt  D2: Praten gaat op spaarstand  D6: Het komt er niet altijd even goed uit  D2: Kom ik niet meer uit m’n woorden  D8: Ik heb soms moeite met uit m’n woorden komen  D2: Het praten wil niet  D2: Kom ik niet op de woorden  D1: Hetgeen ik wil zeggen komt er dan niet uit  D2: Communicatie gaat niet goed  D1: Krijg ik niet duidelijk uitgelegd  D2: Dat gaat knappen  D2: Mijn spraak houd op  D2: Moeite met praten komt erna (na avond met gezin)  D7: Kortsluiting  D1: Het komt er niet uit wat ik wil zeggen  D5: Help ik loop vast  D6: Vroeger stagneerde ik en ging ik het gesprek niet aan (gevoelige onderwerpen)  D8: Het lukt (nu) niet  D1: Ik kom er ff niet meer uit |
| **Spreken op de automatische piloot** | D4: Bij totaal vastslaan op automatische piloot gaan  D8: Ik rits er vijf zinnen in een zin uit  D4: Ik begin een zin waarvan ik het einde niet weet  D1: Ik ga op automatische piloot praten, zonder dat ik daar iets van meekrijg  D8: Soms ben ik niet aan het hakkelen maar heel druk aan het zeggen  D4: De zin gaat nergens heen  D8: Ik begin een zin zonder na te denken wat er gaat komen  D4: Ik ga veel ja zeggen aan het einde van de zin  D1: Kom ik niet to-the-point  D5: Vroeger praatte ik mijn mond voorbij  D5: Vroeger zei ik wat in me opkwam  D1: Praat ik op de automatische piloot  D1: Heel onsamenhangend verhaal  D4: Dan bedoel ik helemaal niet wat ik zeg |
| **Bij over-prikkeling snel in kernwoorden willen aangeven binnen de thuissituatie** | D2: Praten over huiselijke praktische dingen  D2: Ik kan niks vinden als ik overprikkeld ben (in huis)  D2: Als ik overprikkeld ben, ben ik alles kwijt  D2: Huiselijke dingen (in app)  D2: ‘Waar is’ categorie (in app)  D2: Waar is?  D2: Waar is het?  D2: Waar is die?  D2: .. heb ik nodig  D2: ‘In de/het’ categorie  D2: In de/het..  D2: Woonkamer  D2: Badkamer  D2: In de slaapkamer  D2: In de kelder  D2: In de koelkast  D2: Praktische dingen  D2: Zijn de lampen uit?  D2: Kan je de lampen uitdoen?  D2: Is de deur op slot?  D2: Deur  D2: Staat de verwarming naar beneden?  D2: Is de verwarming uit?  D2: Voorwerpen  D2: M’n glas  D2: M’n telefoon |
| **Frequentie van voorkomen van communicatie-ve nood** | D1: Sowieso een of twee keer in de week  D2: Als het goed gaat een half jaar niet  D1: Kan op alle momenten zijn  D1: Komt ongeveer een of twee keer per week voor  D4: Twee keer per maand denk ik  D2: Frequentie ligt aan drukte periode  D8: Komt eens in de zoveel tijd voor, heel weinig  D1: Soms is dat wat vaker  D1: Soms is het kort dat ik er niet uitkom  D1: Is wisselend per situatie  D5: Als het over mezelf gaat is spreken in elk gesprek lastig |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Coping | Bij het (onderwerp van) gesprek blijven | D1: Ik ben dan nog bezig met het gesprek (geen onderwerpswitch)  D1: Duurt alleen maar langer voordat we eruit zijn (geen onderwerpswitch)  D6: Ik laat het gesprek leiden door mijn moeder  D7: Ik blijf luisteren en meepraten  D6: Ik ga het gesprek niet uit de weg, om het achter de rug te hebben  D4: Meestal probeer ik op het onderwerp te blijven  D8: Als je het van tevoren aangeeft kan het zijn dat je nog 2 uur door kan gaan (aangeven moment voor jezelf, doet D niet)  D8: doorpraten  D4: Op hetzelfde onderwerp blijven, anders ben ik mijn gedachtegang kwijt  D2: Lastig om redenen aan te geven (voor weggaan)  D1: Ik kom dan toch graag tot de oplossing (geen onderwerpswitch)  D1: Ik wil het liefst doorgaan, terwijl ik weet dat het alleen maar langer duurt  D4: Ik probeer wel in de situatie te blijven  D1: Liefst gesprek afmaken  D4: Ik wil koste wat kost het gesprek door laten gaan, maar heb mezelf aangeleerd om dat niet te doen  D7: Ik hoop dat hij vanzelf opstaat  D7: Ik knik instemmend  D4: Het moet afgesloten worden  D7: Ik zeg ja, ik lach en hoop dat het goed is |
| **Uit de situatie gaan om een moment voor zichzelf te nemen** | D2: Tijdens overprikkeling in situatie loop ik weg  D2: Als ik meer prikkels ervaar ga ik weg  D2: Ik loop gewoon weg  D7: ff eruit  D2: Ik ga vaak gewoon weg  D2: Meestal loop ik weg  D7: Uit de situatie stappen  D2: Naar huis gaan, de prikkels langzaam weghalen  D1: Benoem dat er iets is en dat ik uit situatie ga  D2: Naar buiten en babbelen is voor even genoeg prikkelvermindering  D2: Nou ga ik naar huis  D7: Iets aanbieden (even uit de situatie)  D1: Zo bezig met eigen gedachten en prikkels dat ik me afsluit  D8: Bij overprikkeling afzonderen van de rest  D7: Even iets voor mezelf doen  D7: Moment voor mezelf nemen  D4: Ik neem een moment voor mezelf  D4: Even centreren  D4: Gedachten op 0 zetten  D7: Soms lees ik iets op m’n telefoon  D7: Ik ga dingen bekijken op m’n telefoon  D7: Het nieuws lezen  D7: Ik luister muziek  D1: Twee minuten dat ik mijn gedachten weer tot rust kan laten komen (even weggaan)  D2: Uitstellen door vijf minuten op de wc te zitten  D1: Na twee minuten kan ik verder met gesprek (na weggaan uit situatie)  D8: Opnieuw beginnen helpt vaak  D1: Dat ik daardoor ook weer beter uit mijn woorden kom (even weggaan)  D4: Fijn om een punt te hebben waar je op kan focussen en dat heb ik dan minder (rustigere ruimte)  D7: Beetje verwerken wat er allemaal gezegd is  D1: Nu even weggaan, gedachten op orde brengen en daarna afmaken (gesprek) |
| **Sociaal-wenselijke uitingen om uit het gesprek te stappen** | D1: Als mensen het niet van mij weten zoek ik naar een excuus  D1: Ik zoek vaak op dat moment naar een excuus  D2: Dan heb ik een excuus  D2: Ik vermom het meestal wel  D1: Bij mensen die niet van mij weten dat ik rust nodig heb zoek ik een excuus  D1: Ik heb het hier echt heel warm, ik ga even naar buiten, even afkoelen.  D1: Ik heb het warm, ik ga een raam open zetten  D1: Het is warm, ik ga ff ramen en deuren openzetten  D1: Ik ga even een raam open zetten  D1: Ik heb nog huiswerk (te doen)  D1/D2/D7: Ik ga de hond uitlaten  D2: Ik ga plassen  D1: Ik ga even. Sorry, maar ik moet echt ontzettend nodig naar de wc  D1: Ik krijg echt veel last van de rook hierbinnen, ik ga even naar buiten want het slaat op mijn longen  D1: Er komt iets op tv wat ik graag wil zien  D1: Ik wil iets kijken op de televisie  D7: Kan ik je iets aanbieden?  D7: Wil je (nog) wat te drinken?  D1: Ik ga even koffie halen  D1: Ik ga ff wat te drinken pakken  D1: Ik ga ff op mijn kamer zitten, over een half uurtje kom ik wel weer terug  D1: Ik moet er morgen vroeg uit, dus ik ga naar bed  D2: Ik moet morgen weer vroeg op  D2: Ik ga weer  D2: Ik ga even naar buiten  D2: Ik ga met oma praten (op verjaardag) |
| **Tijd en ruimte nodig om na te denken over wat te zeggen** | D8: Als ik in m’n hoofd nadenk loopt het vast, ik moet het hardop zeggen  D8: Het lukt me niet om het in m’n hoofd te doen (nadenken)  D8: Fijn als je de mogelijkheid hebt om hardop te mogen nadenken  D4: Dat ik moet nadenken (over wat te zeggen)  D4: Op zon moment probeer ik rustig na te denken over wat ik moet zeggen  D4: Ik moet me heel erg gaan focussen op wat ik dan wil gaan zeggen  D4: Ik probeer te denken aan wat ik eigenlijk wil zeggen  D4: Heel erg bezig met het formuleren met de taal  D2: Graven naar woorden  D8: Ik moet heel even nadenken  D4: Ik moet nu even nadenken  D4: Even rustig, ik ben aan het nadenken  D6: Ik heb tijd nodig om na te denken  D4: Ik ben even goed aan het nadenken  D4: Ik ben aan het bedenken wat ik nu wil zeggen  D8: Ff denken  D8: Even opnieuw, ik ga even denken  D8: Ik denk even hardop  D8: Even opnieuw  D8: Ik ga even opnieuw beginnen  D8: Het kost me moeite om na te denken over een antwoord  D4: Ik ben een manier aan het verzinnen om duidelijk te maken wat ik bedoel  D4: Ik weet nog niet precies hoe ik het wil zeggen, ik ben het nu aan het afwegen  D4: Ik weet nog niet precies wat ik wil zeggen, ik weeg het af  D4: Ik laat zometeen weten wat ik bedoel |
| **Uitstellen van over-prikkeling** | D2: Ik stel het uit en dan komt het eruit (prikkels, niet meer kunnen spreken)  D2: Ik kan de prikkels uitstellen  D2: Ik weet wanneer het gaat komen  D8: Ik hou het tegen  D2: Komt als de prikkels wegvallen  D2: Als ik daarna in vertrouwde omgeving ben is het klaar  D2: Ben ik thuis helemaal klaar  D2: Na even rust komt het praten wel weer  D8: Als ik thuiskom ga ik eerst relaxen  D2: Als ik thuiskom MTV aanzetten (prikkels afbouwen)  D2: Na een paar uur prikkels uitstellen is het klaar  D3: Ik heb verwerkingstijd nodig van een paar dagen  D8: Over overprikkeling heengaan  D7: Na drukte moet ik de volgende dag uitrusten |
| **Manieren om het gesprek te kunnen blijven volgen of vermijden** | D1: Ik heb iets nodig wat het gesprek opbreekt (flauwe grappen)  D1: Onbewust ga ik flauwe grappen maken  D1: Flauwe grappen haalt een stukje spanning weg  D1: Dat helpt mij dan om even die spanning weg te laten lopen  D1: Mijn gedachten gaan daar onbewust naartoe en dan flap ik dat eruit  D5: Ik zit altijd te friemelen met iets in m’n handen  D6: Dan probeer ik iets vast te pakken als andere bezigheid  D4: Ik kijk rond, denk in mezelf  D4: Ik kijk rond  D5: Ik kijk niemand aan  D5: Moeite met oogcontact als ik praat  D8: Dan ga ik praten over dingen die ik leuk vind  D7: Schakelen we naar een ander gespreksonderwerp |
| **De invloed van voorberei-ding van het gesprek** | D1: Als mijn voorbereide scenario wordt doorbroken, weet ik niet meer goed hoe ik moet reageren  D7: Hak op de tak lukt me niet (onverwachte gebeurtenissen/gesprekken)  D6: Spreken is moeilijk bij zowel voorbereid als onvoorbereid scenario  D1: Voorbereid gesprek wordt in mijn hoofd veel groter als dat het uiteindelijk is  D1: Bij onverwachte gesprekken kan ik makkelijker uit woorden komen |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| De invloed van de gesprekspartner | Rekening houden met de gespreks-partner | D6: Ik zou willen zeggen wat ik ermee bedoel wat ik in mijn hoofd heb  D6: Ik probeer aan te geven wat in me omgaat  D6: Ik zou een normaal gesprek willen voeren  D6: Ik wil dat de ander begrip heeft voor mij  D7: Ik vind het lastig om nee te zeggen  D1: Consequenties van het gesprek (rekening houden)  D1: Bezig met wat voor consequenties aan het gesprek kunnen liggen  D1: Wat ik zeg wat dat gaat betekenen voor de ander of mij (consequentie gesprek)  D1: Spanning als ik weet dat het voor anderen onduidelijk is  D4: Welke manier zou het beste passen in welke situatie  D1: Ik zeg niet wat ik zou willen zeggen  D4: Ik heb meerdere manieren om het te zeggen en ik ben de beste aan het zoeken |
| **Grenzen aangeven** | D8: Ik heb in mijn hoofd gedachten, maar het is lastig om deze uit te leggen  D4: Ik heb tijd nodig om na te denken over wat en hoe ik het wil zeggen  D6: Ik heb dan meer tijd nodig om op m’n antwoord te komen  D4: Even rustig de tijd nemen om te bedenken wat ik wil zeggen  D7: Ik heb dan echt ff m’n rustmoment nodig  D6: Ik probeer te zeggen wat ik denk  D7: Ik heb een pauze nodig  D1: Ik heb echt ff een moment nodig voor mezelf  D1/D2/D6: Ik heb nu heel even rust nodig  D7: Ik heb tijd nodig voor mezelf  D7: Ik heb een time-out nodig  D1: Ik heb een moment voor mezelf nodig  D1: Het is in mijn hoofd heel vol en druk, dus daarom ga ik even weg  D4: Ik heb te veel nagedacht, ik moet dat even laten bezinken  D2: Het is voor nu een te moeilijke vraag  D2: Ik wil hier geen antwoord op geven  D5/D8: Ik heb geen zin (meer) om te praten  D7: Wil je even stil zijn?  D4: Kun je even rustig aan doen  D7: Even mond dicht, je mag straks verder praten  D3: Stop  D5: Wil je ermee stoppen?  D6: Nu is het genoeg  D3: Klaar  D5: Ik wil dat je ermee ophoudt  D2: Laat me nou gewoon ff  D3: Nu ff niet  D8: Ik ga even opnieuw beginnen  D7: Ik moet even uit de situatie  D4: Zouden we eventueel naar een rustigere plek kunnen gaan?  D5/D7: Kunnen we het over iets anders hebben?  D6: Kunnen we het er later over hebben?  D6: Kunnen we het onderwerp parkeren?  D6: Ik heb liever niet dat je de volgende keer weer zo’n gesprek met me aangaat  D6: Ik wil niet dat je zo’n gesprek aangaat de volgende keer |
| **Spanning door veel (door)-vragen** | D3: Als ik iets gelijk vertel, komt er een lawine aan vragen  D1: Bij benoemen een vragenvuur krijgen  D3: Af en toe word ik hun vragen zat  D1: Spanning door doorvragen  D4: Bij antwoorden uit me trekken sloeg ik nog meer dicht  D3: Af en toe heb ik geen zin in veel vragen  D3: Ik word allergisch voor die vragen en interesse |
| **Verschillen-de gespreksonderwerpen** | D1: Emotioneel lastige onderwerpen  D1: Onderwerp wat spanning oproept  D6: Bij bepaalde onderwerpen is dat geen fijn scenario  D3/D4: Gespreksonderwerpen waar mijn interesse minder ligt gaan ook minder  D7: Onderwerpen waarbij je moet uitleggen verlopen niet soepel  D1: Lastig om moeilijke zaken te bespreken  D3: Spreken moeilijk als er geen raakvlakken zijn  D4: Als het over school gaat loopt het bij mij wat vast  D5: Als het over mij gaat vind ik spreken lastiger  D5: Bij niet leuke onderwerpen is het spreken lastiger  D6/D5: Bij onderwerpen die dicht bij mezelf liggen  D3: Onderwerpen waarin meer frictie is tussen wel/niet begrijpen worden uit de weg gegaan  D6: Bij gevoelige onderwerpen krijg ik problemen met spreken |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| De invloed van externe prikkels | De invloed van temperatuur op het spreken | D1: Van stress krijg ik het warm en voelt mijn lichaam heel ongemakkelijk  D8: Als ik het hartstikke koud heb dan bibber ik en kom ik moeilijker uit mijn woorden  D2: Warmte kost mij veel energie  D1: Ik heb snel last van warmte, dat leid me af  D2: Warmte is vrij grote prikkel  D1: Warmte in lichaam is ook een constante ruis op de achtergrond  D2: Bij warmte nog meer prikkels |
| **De invloed van (omgeving)-geluid op het spreken** | D4: Als er veel gesprekken tegelijk zijn kom ik nergens meer uit  D1: Een gesprek in een drukkere omgeving  D5: Ik raak afgeleid als er mensen om me heen ook gesprekken voeren, ga ik meeluisteren.  D5: Door veel omgevingsgeluid wordt spreken moeilijker  D2: Als het druk is (in de ruimte)  D7: Heel veel geluid is lastig  D5: Veel lawaai zorgt voor afleiding en dat praten minder makkelijk gaat  D2: Hele gezin is soms heel veel (drukte omgeving)  D2: Heel gevoelig voor geluid  D4: Harde geluiden of visuele prikkels kunnen zorgen voor afleiding  D4: Moeilijk in een nieuwe of drukke omgeving  D2: Het is te druk (omgeving)  D4: Ik heb moeite met veel indrukken  D7: Als het druk is vind ik het lastig  D2: Bijna altijd oordoppen in bij meerdere mensen in de ruimte  D1: Kan de televisie ff wat zachter?  D1: Kan het geluid wat zachter?  D5: De omgeving leidt me af  D4: Het is even heel druk (geluid)  D4: Het is even iets te veel (geluid) |
| **De invloed van binnenkomende geuren en beelden op het spreken** | D4: Harde geluiden of visuele prikkels kunnen zorgen voor afleiding  D2: Visueel helpt mee  D7: Heel veel observeren maakt het lastig  D5: Geluiden en bewegingen leiden me af  D1: Zicht ook wel wat  D2: Geur heb ik heel erg |
| **De samenhang van factoren die het spreken beïnvloedt** | D1: Dan wordt het een spiraal naar beneden (prikkels)  D4: Een samenloop van omstandigheden (prikkels, onderwerp)  D4: Afleiding door geluid of licht samen met een onderwerp is het ergst  D1: Zowel bepaalde onderwerpen, situaties als prikkels zorgen voor communicatieve nood  D1: Samenhang van factoren zorgt voor communicatieve nood  D1: Alles heeft invloed op elkaar en op wat ik wel en niet kan zeggen op dat moment  D1: Het heeft te maken met prikkels om me heen  D1: Door sensorische prikkels word ik gestrest  D2: Het is in een keer klaar (door overprikkeling)  D8: Overprikkeld  D8: Gedachten vasthouden bij overprikkeling zorgt voor meer overprikkeling |
| **De invloed van vermoeidheid op het spreken** | D8: Bij moe zijn komt het niet binnen  D4/D2: Als ik moe ben  D2: Heel moe (overprikkeling)  D1: Vermijden van onderwerpen door vermoeidheid  D4: Spreken gaat minder goed als ik een zware dag achter de rug heb  D1: Het heeft te maken met hoe vermoeid ik ben  D8: Door moeheid/prikkels geen zin meer om te praten  D3: Dat moet je allemaal vertellen en daar word ik moe van  D7: Dan weet ik niet waar ik het over moet hebben (sociaal moe)  D7: Na een dag met iemand optrekken ben ik sociaal moe  D7: Een sociale dag is slopend  D3: Als ik oververmoeid ben gaat het spreken minder  D8: Door moeheid word ik prikkelbaar  D8: Ik word moe als ik overprikkeld raak  D2: Ik ga me niet in het gesprek mengen, dat is te vermoeiend  D8: Over energielevel heen  D4: Als ik veel fysiek of mentaal bezig ben geweest  D2: Als ik te veel heb ingepland  D4: Als ik veel bezig ben geweest  D2: Te veel dingen in een week  D1: Het heeft te maken met hoe druk ik zelf ben  D8: Door moeheid/prikkels komt het hakkelen  D4: Ik heb te veel bewogen, ik moet dat even laten bezinken.  D2: Ik ben te moe  D8/D2: Ik ben moe |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| De invloed van emoties en gedachten | Frustratie en irritatie door er niet uit kunnen komen | D2: Frustrerend als het praten niet lukt  D7: Als de frustratie heel hoog word loop ik weg  D2: Bij frustreren wordt het erger  D3: Als ik moe ben krijg ik vragen en dan raak ik geïrriteerd  D4: Ik word geïrriteerd als ik stilval  D5: Ik vind het irritant als het spreken minder gaat  D2: Dan heb ik minder zin om te praten  D8: Als ik iets wil uitleggen is het vervelend  D8: Het is vervelend als je wil praten maar je komt niet uit je woorden  D5: Het irriteert me  D4: Het frustreert me dat ik nu even niks kan  D4: Het frustreert me dat het er niet uitkomt |
| **Gedachten over het spreken** | D1: Geen herkenning  D1: Ongerustheid/onbegrip wat leidt tot niet meer kunnen uiten  D1: Hoe maak ik me duidelijk  D8: Veel gedachten  D1: Gedachten gaan snel en ik ben er niet meer bewust van  D1: Ik sla vast in mijn gedachten  D1: Heel erg in mijn eigen gedachten bezig  D1: Niet meer bezig met het gesprek zelf  D4: Ja noodhulp |
| **Emoties bij het spreken** | D1: Een gesprek waar emotie bijkomt  D8: Emoties tegenhouden zodat ik kan praten  D6: Dan word ik heel zenuwachtig  D8: Als ik emotioneel ben lukt het praten niet  D8: Ik probeer emoties tegen te houden om het makkelijk te maken.  D8: Als ik me vervelend voel  D6: De overgave en onmacht grijpt mij zo dat ik er niks mee kan  D6: Het spreken lukt minder door onmacht  D6: Emotie beïnvloedt spreken  D1: Door emoties overmand worden waardoor je niet meer uit je woorden kunt komen  D8: Als ik me niet zo goed voel  D8: Als ik niet goed in m’n vel zit  D1: Als er veel spanning komt wordt spreken moeilijker  D2: Veel stress op stage  D8: Als ik emotioneel ben  D8: Als ik ga hakkelen doordat ik te moe of emotioneel ben  D1: Ik ben te gestrest |
| **Niet met volle aandacht bij het gesprek zijn** | D4: Soms heb ik het idee dat ik buiten het gesprek sta als dat gebeurd  D7: Ik hoor het wel, maar ik hoor er niet per se woorden in  D8: Wat er gezegd wordt komt niet binnen  D1: Ik ben bang dat het onduidelijk is  D1: Gesprek voeren zonder te luisteren wat er van de ander komt  D1: Ik merk dat ik nu kwijt ben waar we het precies over hebben  D1: Wat was je vraag?  D1: Wat vroeg je dan eigenlijk? |
| **Wanneer het hoofd heel vol is** | D3: Mijn hoofd zit zo vol dat ik niet weet wat ik moet vertellen  D2: Hoofd heel onrustig (overprikkeling)  D8: Als ik druk ben in mijn hoofd  D2: Het is druk in mijn hoofd  D8: Ik ben heel druk bezig in mijn hoofd  D7: Kan mijn hoofd niet bijbenen  D2: Emmer is vol  D1: Bezig in mijn hoofd met wat ik wil zeggen  D1: Mijn hoofd is heel erg vol  D1: Mijn hoofd is heel erg druk  D1: Er gaan nu te veel dingen in mijn hoofd om  D6/D7: Het is nu te veel  D2: Het is ff te veel  D4: Het is even zwaar geweest |
| **Niet meer weten wat te zeggen** | D1: Niet meer weten wat te zeggen  D6: Ik weet het niet (meer)  D4: Ik weet niet goed hoe ik dit moet zeggen  D4: Ik weet niet zo goed hoe ik dit moet zeggen  D6: Ik weet het niet meer  D7: Ik weet niet goed wat ik moet zeggen |
| **Geen behoefte om te praten wanneer het te veel is** | D8: Ik heb geen zin om na te denken  D2: Geen zin meer om over gevoel te praten  D2: Geen zin om het gesprek aan te gaan  D2: Geen zin meer om te praten en uit te leggen  D2: Geen behoefte om te praten  D3: Dan maak ik een stopgebaar  D7: Dan gewoon ff stilte  D2: Praat ik gewoon niet  D8: Ik heb geen zin om na te denken |

## Bijlage II: Lijst met woorden en zinnen voor in de applicatie

Hieronder worden onder de eerder beschreven thema’s lijsten weergeven met woorden en zinnen die volgens de deelnemers opgenomen dienen te worden in de applicatie.

*Woorden en zinnen voor tijdens het moment van communicatieve nood omtrent het spreken/communiceren:*

* D8: Het lukt (nu) niet
* D1: Ik kom er ff niet meer uit
* D2: Waar is?
* D2: Waar is het?
* D2: Waar is die?
* D2: In de/het..
* D2: Woonkamer
* D2: Badkamer
* D2: In de slaapkamer
* D2: In de kelder
* D2: In de koelkast
* D2: Zijn de lampen uit?
* D2: Kan je de lampen uitdoen?
* D2: Is de deur op slot?
* D2: Deur
* D2: Staat de verwarming naar beneden?
* D2: Is de verwarming uit?
* D2: M’n glas
* D2: M’n telefoon

*Woorden en zinnen voor tijdens het moment van communicatieve nood omtrent coping*:

* D1: Ik heb het hier echt heel warm, ik ga even naar buiten, even afkoelen.
* D1: Ik heb het warm, ik ga een raam open zetten
* D1: Het is warm, ik ga ff ramen en deuren openzetten
* D1: Ik ga even een raam open zetten
* D1: Ik heb nog huiswerk (te doen)
* D1/D2/D7: Ik ga de hond uitlaten
* D2: Ik ga plassen
* D1: Ik ga even. Sorry, maar ik moet echt ontzettend nodig naar de wc
* D1: Ik krijg echt veel last van de rook hierbinnen, ik ga even naar buiten want het slaat op mijn longen
* D1: Er komt iets op tv wat ik graag wil zien
* D1: Ik wil iets kijken op de televisie
* D7: Kan ik je iets aanbieden?
* D7: Wil je (nog) wat te drinken?
* D1: Ik ga even koffie halen
* D1: Ik ga ff wat te drinken pakken
* D1: Ik ga ff op mijn kamer zitten, over een half uurtje kom ik wel weer terug
* D1: Ik moet er morgen vroeg uit, dus ik ga naar bed
* D2: Ik moet morgen weer vroeg op
* D2: Ik ga weer
* D2: Ik ga even naar buiten
* D2: Ik ga met oma praten (op verjaardag)
* D8: Ik moet heel even nadenken
* D4: Ik moet nu even nadenken
* D4: Even rustig, ik ben aan het nadenken
* D6: Ik heb tijd nodig om na te denken
* D4: Ik ben even goed aan het nadenken
* D4: Ik ben aan het bedenken wat ik nu wil zeggen
* D8: Ff denken
* D8: Even opnieuw, ik ga even denken
* D8: Ik denk even hardop
* D8: Even opnieuw
* D8: Ik ga even opnieuw beginnen
* D8: Het kost me moeite om na te denken over een antwoord
* D4: Ik ben een manier aan het verzinnen om duidelijk te maken wat ik bedoel
* D4: Ik weet nog niet precies hoe ik het wil zeggen, ik ben het nu aan het afwegen
* D4: Ik weet nog niet precies wat ik wil zeggen, ik weeg het af
* D4: Ik laat zometeen weten wat ik bedoel

*Woorden en zinnen voor tijdens het moment van communicatieve nood omtrent de invloed van de gesprekspartner:*

* D4: Ik heb meerdere manieren om het te zeggen en ik ben de beste aan het zoeken
* D7: Ik heb een pauze nodig
* D1: Ik heb echt ff een moment nodig voor mezelf
* D1/D2/D6: Ik heb nu heel even rust nodig
* D7: Ik heb tijd nodig voor mezelf
* D7: Ik heb een time-out nodig
* D1: Ik heb een moment voor mezelf nodig
* D1: Het is in mijn hoofd heel vol en druk, dus daarom ga ik even weg
* D4: Ik heb te veel nagedacht, ik moet dat even laten bezinken
* D2: Het is voor nu een te moeilijke vraag
* D2: Ik wil hier geen antwoord op geven
* D5/D8: Ik heb geen zin (meer) om te praten
* D7: Wil je even stil zijn?
* D4: Kun je even rustig aan doen
* D7: Even mond dicht, je mag straks verder praten
* D3: Stop
* D5: Wil je ermee stoppen?
* D6: Nu is het genoeg
* D3: Klaar
* D5: Ik wil dat je ermee ophoudt
* D2: Laat me nou gewoon ff
* D3: Nu ff niet
* D8: Ik ga even opnieuw beginnen
* D7: Ik moet even uit de situatie
* D4: Zouden we eventueel naar een rustigere plek kunnen gaan?
* D5/D7: Kunnen we het over iets anders hebben?
* D6: Kunnen we het er later over hebben?
* D6: Kunnen we het onderwerp parkeren?
* D6: Ik heb liever niet dat je de volgende keer weer zo’n gesprek met me aangaat
* D6: Ik wil niet dat je zo’n gesprek aangaat de volgende keer

*Woorden en zinnen voor tijdens het moment van communicatieve nood omtrent de invloed van externe prikkels:*

* D1: Kan de televisie ff wat zachter?
* D1: Kan het geluid wat zachter?
* D5: De omgeving leidt me af
* D4: Het is even heel druk (geluid)
* D4: Het is even iets te veel (geluid)
* D4: Ik heb te veel bewogen, ik moet dat even laten bezinken.
* D2: Ik ben te moe
* D8/D2: Ik ben moe

*Woorden en zinnen voor tijdens het moment van communicatieve nood omtrent de invloed van emoties en gedachten:*

* D5: Het irriteert me
* D4: Het frustreert me dat ik nu even niks kan
* D4: Het frustreert me dat het er niet uitkomt
* D1: Ik ben te gestrest
* D1: Ik merk dat ik nu kwijt ben waar we het precies over hebben
* D1: Wat was je vraag?
* D1: Wat vroeg je dan eigenlijk?
* D1: Mijn hoofd is heel erg vol
* D1: Mijn hoofd is heel erg druk
* D1: Er gaan nu te veel dingen in mijn hoofd om
* D6/D7: Het is nu te veel
* D2: Het is ff te veel
* D4: Het is even zwaar geweest
* D6: Ik weet het niet (meer)
* D4: Ik weet niet goed hoe ik dit moet zeggen
* D4: Ik weet niet zo goed hoe ik dit moet zeggen
* D6: Ik weet het niet meer
* D7: Ik weet niet goed wat ik moet zeggen
* D8: Ik heb geen zin om na te denken