

OPEN VOOR WERK

Ria (56) *werkt bij een gemeente* Rustig uitleggen

Ria (56) werkt bij een gemeente en is fractievoorzitter van een partij in de gemeenteraad van haar woonplaats. Zij heeft moeite meerdere zaken tegelijk te doen. En ook met planning om naast het raadswerk andere zaken te regelen. Vooral het afmaken van zaken blijft een probleem of beter gezegd een uitdaging. Ondanks de medicatie waar Ria veel baat bij heeft. Ria heeft behalve ADHD ook dyslexie. Bij haar vorige werkgever, ook een gemeente, voelde zij zich weggepest door de leiding. Die had een oordeel over haar en wilde dat niet bijstellen nadat zij medicatie was gaan gebruiken en gecoacht was. Ria beseft dat van haar kant ook andere karaktertrekken meespelen. Het is vaak moeilijk om zelf heel duidelijk te kunnen onderscheiden wat waar mee te maken heeft.

Wat ging er mis?

Ria denkt zelf dat zij teveel gefocust was op haar eigen doelen en hoe zij die wilde bereiken. Daardoor sloot zij zich te veel af voor collega's. Mensen die haar wel konden volgen, waren enthousiast. Maar collega's die teveel in een keurslijf zaten niet. Ria kreeg haar ideeën en gedachten aan hen niet uitgelegd. Ze vindt dan ook dat veel mensen bang zijn hun bekende terrein te moeten verlaten en op een andere manier te werken.

Welke oplossing(en) zijn er gevonden?

In de loop der jaren heeft Ria een oplossing gevonden. Op het moment dat mensen haar niet meer kunnen volgen, legt ze het hele verhaal liefst schriftelijk of in een rustig gesprek nog eens gestructureerd en stap-voor-stap uit. Vaak wordt het dan wel duidelijk. Anderen zijn dan ook in staat aan te geven waar hun redenering afwijkt van die van Ria. Rustig overleg is voor haar dus een soort werkvoorwaarde.

Vooroordelen

Ria merkt dat men heel weinig van ADHD weet. Ze komt veel tegen dat mensen, ook leidinggevenden, verbaasd zijn dat ADHD ook bij volwassenen voorkomt. Ze denken vaak dat het kinderziekte is die vooral bij jongens voorkomt. Haar omgeving was ook heel verbaasd maar als ze het rustig uitlegt herkennen ze opeens typische trekjes in haar gedrag. Mensen die haar als kind al kenden, beamen dat zij toch wat anders was dan anderen. Het blijft – ook voor Ria - lastig dat het aan de buitenkant niet te zien is en dat er ook niet een heel duidelijk kenmerk is. ADHD staat erg in de belangstelling, wat goed is, maar wat ook het nadeel heeft dat het soms een "modeverschijnsel" wordt genoemd. Dat maakt het soms lastig serieus genomen te worden. Ria heeft wel, door open over haar ADHD en dyslexie te zijn, anderen geholpen anders tegen bijvoorbeeld hun partner of hun dochter aan te kijken.

Niet iedereen kan me volgen.
Rustig werkoverleg is voor mij dan
ook een voorwaarde.

Tips van Ria

- Wees open over je aandoening
- Eindeloos en geduldig uitleggen hoe het zit
- Niet zielig doen. Wel duidelijk zijn.
- Af en toe wel aandacht vragen en vinden dat mensen om je heen even de tijd moeten nemen om te luisteren.
- Zelf uitzoeken waar je misschien iets aan kan bijdragen.
- Geef zelf aan waar je handiger in bent dan een ander.
- Anderen kunnen niet zien hoe jij denkt, dat geldt ook anders om. Uitleggen dus. Communiceren!!!
- Het zou goed zijn als onderwijzers, leidinggevenden en personeelsmensen zich meer in dyslexie en ADHD verdiepen.
- Mensen die niet al te veel last hebben van hun ADHD en van wie ook de omgeving geen grote last ondervindt, moet je niet willen veranderen door training of medicijnen. Het inspirerende van een team met verschillende mensen verdwijnt dan. Maar wanneer jij (of je omgeving) er wel veel last van hebt, moet je een beroep op hulp kunnen doen.

