

Solliciteren: zeg ik het, of zeg ik het niet?

In principe behoort de diagnose autisme tot je privéleven en ben je niet verplicht om dit aan je toekomstige werkgever mee te delen. Als je door je autisme niet alle taken van het werk kan uitvoeren dan moet je dat wel zeggen. Je hoeft dus niet alles over je beperkingen te vertellen maar wel wat voor het werk belangrijk is.

Wel vertellen

Mogelijke voordelen:

- Men kan rekening houden met zowel je mogelijkheden als met je beperkingen.
- Je kunt eventuele gaten in je CV verklaren.
- Je kunt ondersteunende tewerkstellingsmaatregelen vermelden.
- Je wordt begeleid door een dienst en de jobcoach kan ook voor de werkgever een meerwaarde zijn.
- Minder stress ervaren omdat je meer jezelf kan zijn.

Mogelijke nadelen:

- Je verkleint misschien jouw kansen op de job.
- Je zult eventueel moeten opboksen tegen vooroordelen en onwetendheid.
- Men zal ook focussen op het autisme, beperkingen en problemen.

Niet vertellen

Mogelijke voordelen:

- Je wordt zoals andere kandidaten beoordeeld.
- Je komt misschien zelfzekerder over.

Mogelijke nadelen:

- Je verzwijgt iets en je moet steeds op je hoede zijn dat het uitkomt.
- Je werkgever kan geen aanspraak maken op ondersteunende tewerkstellingsmaatregelen.
- Ondersteuning en aanpassingen kunnen niet open besproken worden.

Je wilt vertellen dat je autisme hebt: enkele tips

- Bereid je grondig voor: wat en hoe je het wilt vertellen en wat je niet wilt vertellen.
- Vertel zo bondig mogelijk wat autisme is. Let erop dat je eenvoudige taal gebruikt.
- Zorg dat je weet waar je goed in bent en wat je sterke punten zijn.
- Benadruk dat autisme ook voordelen kan hebben (veel oog voor details, eerlijk, loyaal, nauwkeurig werken, ordelijk, ...). Leg het verband tussen je kwaliteiten en de vereisten voor de job. Bijvoorbeeld, ik werk zeer accuraat een vereiste voor administratief werk.
- Als je het hebt over problemen, vermeld er steeds bij wat mogelijke oplossingen kunnen zijn. Bijvoorbeeld, ik kan moeilijk omgaan met onverwachte veranderingen in de planning. Maar als ik op voorhand weet dat er overgewerkt moet worden, dan heb ik daar geen probleem mee.
- Als men vraagt naar negatieve punten, let er dan op dat je toch probeert dit positief te belichten. Enkele voorbeelden:
 - Ik hou niet zo van 'sociale' praatjes. Ik hou dan ook liefst de pauzes zo kort mogelijk.
 - Ik ben gesteld op regelmaat en structuur, maar dit wil zeker niet zeggen dat ik niet hou van een uitdaging in mijn werk.
- Geef uitleg over de voordelen (ondersteunende tewerkstellingsmaatregelen) voor de werkgever als ze iemand met een arbeidshandicap in dienst nemen. Neem informatie hierover op papier mee dat je kunt afgeven. De [informatie](#) van de website van de VDAB kan je printen en meenemen. Je kan bij de VDAB een attest aanvragen met de tewerkstellingsmaatregelen waarop de werkgever recht heeft als hij je een contract aanbiedt.

Nog meer tips speciaal voor mensen met autisme die op zoek zijn naar werk kan je lezen in de brochure ['Jij zoekt werk en je hebt autisme. Zo pak je dat aan!'](#) Dit is een uitgave van het Nederlandse kenniscentrum CrossOver. Opgelet, enkele details zijn alleen in Nederland van toepassing.

