

# 1. Inleiding

Overall alleen voor staan. Nooit tegengas krijgen. Alle belangrijke beslissingen zelf moeten nemen. Weinig aandacht krijgen. Geen belangstelling ervaren. En elke keer maar weer het gevoel te hebben, terug te zijn bij af. Dat is wat vrijwel alle vrouwen, die getrouwd zijn met een man met autisme, in mindere of meerdere mate ervaren. In mijn praktijk kom ik veel echtparen tegen waarvan één van beiden autistisch gedrag laat zien. In de meeste gevallen is dat de man. Dat is logisch want van alle autistische mensen is, naar men in het algemeen aanneemt, ongeveer tachtig procent man. Meestal wisten beiden tot voor kort niet dat er sprake is van autisme. Tijdens de verkeringstijd en in de eerste jaren van het huwelijk accepteert men meestal veel van elkaar. Men leeft in die jaren nog veel in de eigen wereld; werk, studie en hobby's. Vaak vindt men wel dat de partner, van wie later blijkt dat hij autisme heeft, soms vreemd reageert, maar goed, 'dat hoort nu eenmaal bij hem'. Als er kinderen komen gaat het in de eerste jaren meestal nog wel redelijk goed. Maar voor heel veel vrouwen beginnen de problemen als de kinderen wat ouder worden, gaan puberen, een eigen wil gaan ontwikkelen en vaak tegendraads reageren. Dat is veelal het moment waarop de spanningen groter worden omdat de man alle problemen uit de weg gaat en de vrouw steeds meer het gevoel krijgt overal alleen voor te staan. Toen de kinderen nog klein waren, zag vader hen minder, ze gingen immers vroeger naar bed. En op die leeftijd deden ze ook nog gewoon wat hun werd opgedragen en lieten na wat hun verboden werd. Althans, meestal was dat zo. Nu ze ouder worden hebben ze een eigen mening en een eigen wil. Ze gaan later naar bed en

dus wordt vader meer geconfronteerd met hun aanwezigheid en oppositioneel gedrag. Wat voor andere vaders heel boeiend en uitdagend kan zijn, is voor de vader met autisme juist heel bedreigend. Er wordt ingebroken in zijn wereld en er zijn meer impulsen en prikkels. Het leven is onrustig geworden. En dat is voor veel autistische mensen heel moeilijk.

Dit boek wil een handreiking zijn voor vrouwen die een partner met autisme hebben. Het is vooral praktisch, een soort gebruiksaanwijzing. Veel zaken die aan de orde komen, zullen, voor de meeste vrouwen voor wie dit boek is bedoeld, heel herkenbaar zijn. Niettemin moeten we wel in gedachten houden dat elk mens uniek en dus anders is. Dat geldt ook voor mensen met autisme. Daarom zullen alle handvatten en tips die gegeven worden niet voor elke autistische partner bruikbaar of nodig zijn.

Veel van de vrouwen die ik in mijn praktijk zie, zijn aan het eind van hun Latijn. Ze hebben, zoals reeds gezegd, het gevoel dat ze steeds weer terug bij af zijn. Vaak hebben ze de idee dat hun partner gewoon niet wil, dwarsligt en eigenwijs is. Daarbij voelen ze zich onbegrepen door hun omgeving. De omgeving die zegt: 'Het is juist zo'n aardige rustige man' en 'Hij staat altijd voor iedereen klaar.' Ook wil de omgeving nog weleens door laten schemeren dat men haar maar een bazige echtgenote vindt. Iemand die alles regelt en haar man flink onder de duim heeft. Het feit dat vrouwen in mijn spreekkamer merken dat hun probleem wordt begrepen geeft al heel veel lucht. Als ik dan ook nog een aantal zaken kan noemen waar ze waarschijnlijk steeds weer tegenaan lopen, voelt zo'n vrouw zich begrepen, soms voor het eerst wat dit probleem betreft.

Toch is dit boek niet alleen voor de vrouwen bedoeld. Ook mannen doen er goed aan om het te lezen. Daardoor kan een man meer inzicht krijgen in hoe zijn vrouw het autisme van hem ervaart, om zo samen te kijken wie wat kan veranderen om tot een betere kwaliteit van hun relatie te komen.

Vaak werkt het ook als man en vrouw samen in therapie gaan. Door elkaar beter te leren begrijpen kan men elkaar ook helpen om daar waar dat mogelijk is, veranderingen aan te brengen. Daarbij zal wel in het oog gehouden moeten worden dat mensen met autisme hun gedrag moeilijk kunnen veranderen. Wel kan de man meestal leren om beter zijn grenzen aan te geven en om te benoemen wanneer hij iets niet begrijpt. Ook kan hij leren dat hulp vragen niet dom is maar dat het juist een pluspunt is als hij dat doet. En dat, als hij iets niet begrijpt, dat niet aan zijn IQ ligt, maar aan het feit dat hij informatie anders verwerkt dan niet-autistische mensen.

Het boek besluit met een viertal interviews met vrouwen die ik in mijn praktijk heb begeleid. Deze interviews zijn afgenomen en uitgewerkt door twee studenten van de Christelijke Hogeschool Ede, Irene van den Berg en Liesbeth Meijer, die ik begeleidde bij hun afstudeeropdracht. Hun zeg ik hartelijk dank voor hun inzet en de goede samenwerking die ik met hen had.

Waddinxveen, najaar 2016