

Gerie (45) is getrouwd met Sjoerd (46). Samen hebben ze twee kinderen. Na een lange zoektocht kreeg Sjoerd, in het jaar dat hij veertig werd, de diagnose autisme. Een aantal jaren voor deze diagnose kreeg hij de bevestiging dat hij hoogbegaafd is. Autismе heeft een plek in hun huwelijk gekregen. Dat ging niet vanzelf. Steeds terugkerende angsten en paniekgevoelens zorgden ervoor dat Sjoerd de controle over zichzelf dreigde te verliezen.



Ik ben soms zo moe. Hooft u dat wel vaker?

Door Gerie en Sjoerd Schrijver

'Mevrouw Schrijver?' Een vriendelijke, pittige dame staat in de deuropening. Ik denk dat ze eind veertig is. Zwarte hoge hakken, een krijtstreepbroek en een witte blouse. Haren netjes opgestoken. Fijn, iemand met een beetje levenservaring. Ik geef haar een hand en loop de spreekkamer binnen.

'Ziet u opvallende dingen in het gedrag van uw man?' vraagt de onderzoekster nadat ik

in vogelvlucht onze relatie van het begin tot het heden heb verteld. 'Ja, daar hoeft ik niet lang over na te denken. Het meest opvallende vind ik dat hij kleine

papiertjes, kassabonnetjes bijvoorbeeld, een aantal keren dubbelvouwt en daarmee over zijn armen, zijn handen, zijn vingers en zijn voorhoofd aait. Zelfs als we visite hebben, Hij doet dit in een heel rustig tempo en met een soort ritmische bewegingen. Hij lijkt dan ook wat in zichzelf gekeerd te zijn. Hij krijgt in elk geval niet alles mee van wat er om hem heen gebeurt.'

'Weet u ook waarom uw man dit doet?' Ik zie dat de onderzoekster notities maakt.

'Hij zegt dat hij dat doet om in contact met zijn gevoel te komen. Hij wordt er rustig van. Maar het valt mij ook op dat hij het niet altijd doet. Soms zie ik het een hele tijd niet en vind ik ook geen papiertjes in zijn broekzak. Ik denk dat hij het vooral doet wanneer hij zich niet goed voelt.'

'Mensen met autisme maken soms stereotiepe bewegingen. Zijn er nog meer opvallende dingen?'

'Ja, dat hij boos kan worden om in mijn ogen totaal onbelangrijke dingen. Bijvoorbeeld als ik na een drukke werkdag vier pizza's in de winkel koop, omdat ik die avond ook nog een afspraak op de school van onze kinderen heb. Ik vind dat je daar best een mening over mag hebben en er ook kritisch over mag zijn naar mij toe. Maar je stem verheffen en me met grote ogen aankijken alsof ik iets strafbaars heb gedaan, gaat mij te ver. Ik trek me daar ook niks van aan en lach hem soms gewoon uit. Ik weet dat het hem niet om de pizza's gaat, maar om het geld. Hij wil graag dat ik die pizza's van tevoren in de aanbieding koop, zodat ik die uit de vriezer kan halen wanneer ik ze nodig heb. Ik wil dat ook wel, maar soms ligt er nu eenmaal niks in de diepvries.'

'Mensen met autisme kunnen snel boos worden. Vooral wanneer ze overprikkeld zijn.' Ze stelt nog een aantal vragen en legt dan haar schrijfblok en de pen op tafel. Ze vraagt of ik nog zin in een kop koffie heb. Ze heeft genoeg informatie van mij gekregen. Ik mag na gaan denken of ik nog vragen heb voor haar terwijl zij koffie voor ons gaat halen. Ik hoef

niet na te denken. Ik weet het al en heb moeite om rustig op mijn stoel te blijven zitten totdat ze terugkomt.

Zodra ze binnenkomt begin ik gelijk: 'Ik heb eigenlijk maar één vraag voor u.' De spieren in mijn lichaam spannen zich aan. In mijn ogen voel ik de tranen komen. 'Ik maak me af en toe enorm veel zorgen om mijn man. Hij heeft heel goede maanden. Dan lijkt er niets met hem aan de hand te zijn. Maar soms is hij zo angstig, dat ik bang ben dat hij niet meer bij ons thuis kan blijven wonen. Ik ben soms zo moe. Hooft u dat wel vaker?'

'Ja, dat hoor ik regelmatig. Het leven van uw man verloopt op dit moment in golfbewegingen. En de golven lijken steeds groter te worden. Dat is erg vermoeiend voor hemzelf, maar ook voor u als zijn partner. Als het hem niet gaat lukken om zijn leven door een aantal aanpassingen beter onder controle te krijgen, raad ik jullie aan om een afspraak bij een psychiater te maken. Mogelijk heeft uw man dan medicatie nodig.'

Het klinkt alsof deze mevrouw het allemaal heel logisch en vanzelfsprekend vindt. Hoewel ik liever niet op deze stoel in de spreekkamer had gezeten, ben ik blij met haar uitspraken en haar reacties. Ik voel dat ze me begrijpt en krijg ook meer begrip voor mijzelf. Het is niet alleen voor Sjoerd maar ook voor mij een moeilijke tijd. Kan ik dit wel alleen? Of heb ik hier hulp bij nodig?

Ik weet wat me te doen staat. Ik moet stoppen mee te gaan in zijn golfbewegingen. Die golfbewegingen worden namelijk veroorzaakt door overprikkeling. En als Sjoerd overprikkeld raakt, is hij zichzelf niet meer. Het enige wat hij dan nodig heeft, is rust. Maar niet te veel rust, want dat is blijkaar ook weer niet goed voor hem. Dat heeft hij eerder al eens tegen me gezegd.

Na afloop van het gesprek loop ik voor mijn gevoel kilo's lichter de spreekkamer uit. ●



Sjoerd en Gerie hebben samen een boek geschreven om hun verhaal te delen met anderen die op zoek zijn naar antwoorden en oplossingen, om te laten zien dat het mogelijk is autisme een plek te geven in je relatie.

Uitgeverij Rhea, ISBN: 9789492010223, € 16,50.