

# Is mijn man 'Gewoon gesloten' of ... een beetje autistisch?

Gerard is nogal gesloten en zijn vrouw maakt zich zorgen. Ze merkt wel dat hij van haar houdt, maar mist toch een stuk contact en vraagt zich af: zou Gerard autistisch zijn?

Autisme in het huwelijk: tot voor kort was het onbekend terrein, maar tegenwoordig krijgen steeds meer volwassenen – vooral mannen – deze diagnose. Het is dus niet vreemd als vrouwen met een gesloten echtgenoot aan deze mogelijkheid denken.

“Begrijpelijk, maar er zijn wel degelijk verschillen tussen een ‘gewone stille man’ en een man met autisme,” zegt coach/counselor Anja Trapman. Zij begeleidt

vrouwen die in hun huwelijk met autisme te maken hebben, maar weet ook privé waarover ze praat: Anja is 27 jaar getrouwd met Ruud, een hoogbegaafde man bij wie enige jaren geleden het syndroom van Asperger is geconstateerd (zie kader ‘autisme’). Hun huwelijk verliep niet gladjes, maar sinds Anja en Ruud weten waar hun problemen vandaan komen, leren ze dingen in hun relatie aan te passen – en dat werkt! Graag willen ze

aan lotgenoten doorgeven wat ze geleerd hebben. Ruud stelt zich beschikbaar als ervaringsdeskundige voor Anja’s cliënten. Mensen die willen praten over het omgaan met hun autismespectrumstoornis kunnen bij hem terecht, evenals bezorgde ouders van autistische kinderen.

## Storing op de inkomende lijn

Wat is volgens Anja het verschil tussen een zwijgzame man en een man met

## 'Als ik knipoog naar mijn man, vraagt hij standaard: 'Wat is er nou?'

een autistische stoornis? "De laatste heeft een hersenafwijking, de eerste niet. Om zo'n afwijking vast te stellen, is een grondige diagnose nodig door een deskundige." Maar kun je als leek dan geen inschatting maken? "Nou, als echtgenote kun je het verschil zéker merken. Een gesloten man begrijpt communicatie op zich goed – hij uit zich alleen moeilijk. Een man met autisme daarentegen kan veel communicatie niet interpreteren. Als ik knipoog naar mijn man, vraagt hij standaard: "Wat is er nou?" Ik moet hem gedetailleerd uitleggen wat ik bedoel. Kort gezegd zit er bij een gesloten man storing op de uitgaande lijn, en bij een autistische man op de uitgaande én inkomende lijn."

"Daarnaast spelen bij autisme meer aspecten mee. Autistische mensen hebben doorgaans veel structuur nodig: mijn man wist zich vroeger geen raad met zaterdag en vakanties. Hij moest daarmee leren omgaan. Verder zijn er vaak tics, moet alles 'kloppen', en kunnen veel mensen met autisme ongeremd praten over hun interessegebied. Er zijn nog meer kenmerken en iemand moet daarvan een minimumaantal vertonen om de diagnose autisme te krijgen." In haar scriptie *Autisme in het huwelijk* schrijft Anja: "Autisme speelt in alles door. Je kunt het niet 'aan' of 'uit' zetten, het is er altijd, zelfs in de kleinste details van het huwelijksleven."

### Extreem mannelijk denken?

Sommige mensen menen dat autisme een extreme vorm van mannelijk denken is. De Belgische autismedeskundige en orthopedagoog Steven Degrieck zegt hierover in dagblad BN/De Stem dat veel mannen gedrag vertonen dat op autisme lijkt, zoals weinig rekening houden met anderen. "Maar het gaat dan eerder om niet willen dan om niet kunnen overleggen of samenwerken." Bij mensen met

autisme gaat het volgens Degrieck om een duidelijk gebrek: "ze kunnen niet 'contextueel denken' en dat uit zich in hun gedrag."

Anja Trapman zegt: "Ik stuitte bij mijn man steeds op een blinde muur, en dat maakte me wanhopig. Toen de diagnose Asperger was gesteld, begrepen we allebei eindelijk waar we al die tijd tegen hadden gevochten." Ruud vroeg als een van de eerste volwassenen met autisme een PersoonsGebonden Budget aan en daarmee zocht het paar een ervaren christelijke hulpverlener. Anja: "Uit onderzoek blijkt dat mensen met Asperger op sociaal vlak veel kunnen leren, zolang de therapeut maar aansluit bij hun manier van denken."

### Netwerk opzetten

"God heeft ons vastgehouden. Daarnaast hebben we hulp gezocht, kennis vergaard, van beide zijden alles bespreekbaar gemaakt en zo elkaar leren accepteren," zegt Anja. "We willen graag een positieve boodschap doorgeven. Een huwelijk met autisme zal nooit het gemakkelijkste huwelijk zijn. Maar er is geen dag saai, en elke moeizaam bevochten overwinning geeft veel voldoening en vreugde." Anja wil een landelijk netwerk opbouwen voor en met de – vaak zwaarbelaste – echtgenotes van autistische mannen (contactgegevens: [www.Tracecare.nl](http://www.Tracecare.nl)).

## 'Ik heb geleerd wat het is om te knokken voor je huwelijk'

Ton (46) heeft grote moeite met het accepteren van de diagnose 'autistisch'. Zijn vrouw Rebecca (44) was meermalen aan het eind van haar Latijn. "Toch heeft God mij geleerd om Ton door Zijn ogen te zien."

"Ton heeft het syndroom van Asperger. Hij denkt razendsnel, is mij vaak tien stappen vooruit. Of hij is van binnen met andere dingen bezig en hoort me niet eens. Als ik mijn pijn daarover uitspreek, wordt hij kwaad: hij ziet het als een aanval

of zegt dat ik gek ben. Zoiets kwetst je tot in het diepste van je wezen. Het maakte me enorm verdrietig en boos tegelijk, ik ging aan mezelf twijfelen. Vroeger dacht ik écht dat ik gek werd. Maar nu ik weet dat het Tons onvermogen is om mij te

begrijpen, ben ik milder. De pijn is er nog, maar die gigantische boosheid... ben ik voorbij."

Rebecca had een moeilijke jeugd. Toen ze Ton leerde kennen, een hoffelijke man die aandacht aan haar besteedde en enthousiast kon vertellen over zijn hobby en werk, vond ze hem "helemaal geweldig". In hun huwelijk bleek echter dat Ton zich niet in anderen kon inleven. "Het leek of hij zijn gevoelens kon uitschakelen. Bijvoorbeeld als er iets met de kinderen aan de hand was. Toen de kinderen ouder werden, werd hij autoritairder. Veranderingen bedreigen zijn gevoel van veiligheid, dus hij gaf hun geen ruimte voor een eigen mening of kledingstijl. Als ik uitlegde dat veranderingen bij de puberteit horen, zei hij dat ik niet achter hem stond. De kinderen op hun beurt gingen vragen stellen: waarom doet papa nooit iets in huis, waarom komt alles op u neer?" "Ik kon het allemaal niet plaatsen. Had het gevoel dat ik álles fout deed. Wat er ook mis ging, Ton legde de verantwoordelijkheid bij mij. En het gekke was: ik voelde me ook verantwoordelijk! Tot iemand vroeg of ik ooit gedacht had aan autisme. Nu heeft een van onze kinderen een vorm van autisme en ik wist dat het ten dele erfelijk is. Mijn man was woedend toen ik er met hem over praatte: waar haalde ik het lef vandaan om te denken dat hij gek was? Daarna zweeg hij me wekenlang dood."

### Leven kapot

Omdat ze niet verder kon, drong Rebecca toch aan op onderzoek. Na een lang diagnostisch traject, dat Ton met tegenzin onderging, kwam het syndroom van Asperger uit de bus. "Tijdens gesprekken met hulpverleners konden wij daarover praten. Maar gingen we weg, dan stopte ook het gesprek tussen ons. Als ik erover begon, werd hij boos.

Hij heeft de diagnose nog steeds niet geaccepteerd. Bovendien vindt hij dat ik zijn leven heb kapotgemaakt, doordat ik op onderzoek heb aangedrongen. Zijn grootste moeite is, dat er iets 'mis' is met hem – terwijl het natuurlijk gewoon een zwakke plek is, zoals een hulpverlener ons uitlegde. En ieder mens heeft wel een zwakke plek."

"Voor mij kwam het omslagpunt toen iemand tegen me zei: 'Je weet dat ijs koud is. Waarom blijf je dan van een ijsblok warmte verwachten? Je blijft teleurgesteld raken door het gedrag van je man, terwijl je zijn beperkingen ként.' Ik realiseerde me dat ik onbewust dacht dat alles goed zou komen als Ton en ik in therapie waren. Maar autisme gaat niet over. Ikzelf moest veranderen."

Omdat de sfeer thuis verslechterde, adviseerden hulpverleners Rebecca voor de kinderen te kiezen en te scheiden. "Toen ik zei dat ik Ton trouw wilde blijven, wilden ze melding doen bij de Raad voor de Kinderbescherming voor een onderzoek. Op dat moment werd de leeuw in mij wakker: natuurlijk moest er iets gebeuren, maar niet dit! Ik heb alle hulpverlening stopgezet. Iedereen verklaarde me voor gek. Maar mijn oudste zoon opende me de ogen toen hij zei: 'Mama, u bent alleen maar met de hulpverlening bezig geweest, ik ervaar totaal geen band meer.' Dat deed pijn, maar ik denk dat God hem gebruikt heeft."

### Ontspannen

"Ik ging weer leuke dingen doen. Ging knutselen met de kinderen. En op een gegeven moment begon Ton weer grapjes te maken. Hij zei: 'Je hebt me eindelijk geaccepteerd.' Het bleek dat hij, net als ik, het gevoel had dat hij niets goed deed. Ik was een bedreiging voor hem geworden. Toen ik weer moeder werd voor de kinderen, werd ik weer vrouw voor hem. Er kwam ontspanning. Ik ging opnieuw dingen zien waarin ik trots op hem ben – en op zijn beurt leert Ton mij tegemoet te komen."

"Ja, ik geloof meer dan ooit dat God ons heeft samengebracht. God weet hoe Ton in elkaar zit en gaf mij door de jaren heen het gereedschap om hem bij te staan. Evenals kracht om het vol te houden. Het was een proces om dat zo te leren zien. Als ik dat gereedschap vijftienvintig jaar geleden had gekregen, had ik niet geweten hoe ik het moest hanteren... Ondanks nare dingen die er gebeurd zijn, hebben de ervaringen me verrijkt. Er zijn nieuwe bronnen in me aangeboord, ik heb geleerd wat knokken voor je huwelijk is. God heeft mij Zijn ogen geleend en mij liefde geleend. Ik mocht mijn man door Zijn ogen leren zien."

*Ton en Rebecca heten in werkelijkheid anders.*

**Autisme** Autisme is een ernstige aangeboren ontwikkelingsstoornis, gekenmerkt door problemen met communiceren, sociale omgang en verbeelding. Circa 190.000 Nederlanders (voor driekwart mannen) hebben een vorm van autisme, bijvoorbeeld klassiek autisme, PDD-NOS en het syndroom van Asperger, waarbij sprake is van een normale tot hoge intelligentie. Mensen met een autistische partner worden erkend als mantelzorger en kunnen lid worden van Mezzo. (Bronnen: [www.autismecentraal.com](http://www.autismecentraal.com); [www.autisme.nl](http://www.autisme.nl); [www.autismeinfocentrum.nl](http://www.autismeinfocentrum.nl) en [www.mezzo.nl](http://www.mezzo.nl))