

## ONOPGEMERKT LEED

OVER PARTNERRELATIETHERAPIE WANNEER SPRAKE IS VAN AUTISME

MIA SMELTZER

*"Wat je niet ziet bestaat niet..."*

(Lied: Kinderen voor kinderen)

*"Every way of seeing is also a way of not seeing"*

(Burke in Meiginger, 2005)

Als systeemtherapeut werk ik met partners, waar bij een van beiden een vorm van autisme<sup>1</sup> is gediagnosticeerd of wordt vermoed. Deze paren zoeken allen een weg in een uniek en vaak lastig samenwerkingsverband. Soms leven zij samen, maar zeer moeizaam. Soms lukt samenleven wel, maar met eigen levenssterreinen scherp afgebakend. Soms is de relatie al lang verbroken, maar raakt de scheiding niet afgerond. Ik merk bij beide partners een groot, haast onbevoembaar en onopgemerkt lijden.

Het valt me op dat cliënten zelf, maar ook hulpverleners vaak geen verband leggen tussen dit lijden en de complexiteiten binnen de partnerrelatie. Relatieve moeilijkheden en leed dat door zoveel ervaringen van wederzijds *onbegrip* is ontstaan, worden opnieuw niet opgemerkt.

### INLEIDING

Ik heb vele jaren als systeemtherapeut in een jeugdpsychiatrische kliniek gewerkt, met ouders van jongeren met de diagnose autisme. Ik merkte dat

---

<sup>1</sup> Met autisme wordt bedoeld: Autisme Spectrum Stoornis (ASS), aan autisme verwante en Aspergerproblematiek.

het van belang was in de samenwerking met ouders vertaalwerk te doen. De anders verlopende communicatie en beïnvloedingsprocessen vielen me op.

Nu ik enkele jaren vanuit de volwassen ambulante zorg met paren werk, heb ik deze ervaring kunnen meenemen. Het is me opgevallen dat er tot voor kort in de volwassenenzorg weinig bekendheid was met autisme. Waarschijnlijk heeft dit te maken met de bril waarmee men naar diagnostiek kijkt. Bij kinderen en jongeren wordt vooral ontwikkelingsgericht gekeken. In het navragen van een ontwikkelingsanamnese, kunnen specifieke anders lopende ontwikkelingsstappen opvallen die wijzen op autisme. Persoonlijkheidsproblematiek kan men pas vanaf het achttiende jaar (dus vanaf volwassen leeftijd) stellen, vanuit het idee dat kinderen en jongeren zich tot die leeftijd nog volop ontwikkelen. Persoonlijkheidsproblematiek, met name narcisme, krijgt vanuit de volwassenenzorg vaak voorrang omdat autisme minder bekend is en er een zekere gelijkenis bestaat tussen beide categorieën, vooral wanneer men let op het gedrag. Naast overeenkomstige kenmerken tussen de diagnosecriteria voor narcisme en autisme zijn er echter ook verschillen. Zo wordt bij narcisme het dominante gedrag gezien als gevolg van een slecht gevoel van eigenwaarde en angst voor eigen disharmonie. Mensen met een diagnose narcisme hebben vaak wel een goed vermogen anderen aan te voelen; nodig om belangrijk gevonden te worden in wie ze zijn en wat ze te bieden hebben.

Bij de diagnostiekcategorie autisme wordt daarentegen de nadruk gelegd op onvermogen zich te verplaatsen in een ander en het innemen van een metaperspectief. Dit zegt iets over een tekort, een gemis aan een antenne die de fijnafstemming helpt opvangen en verzorgen. De juiste golflengte, de juiste afstemming wordt gemist. Bij iemand met autisme wordt dominant of zelfbepalend gedrag eerder gezien als onvermogen, omdat de angst voor veranderingen of gemis aan houvast ontregelend werkt.

*In sommige relaties krijgt een vrouw of man nooit een complimentje of cadeautje omdat de partner daar gewoon niet aan denkt, of de partner reageert helemaal niet wanneer je in tranen uitbarst of boos op hem of haar bent. Het delen van vreugde, onzekerheid of verdriet is dan vaak heel moeilijk waardoor je je als partner erg eenzaam kunt voelen. Partners van mensen met autisme leren in een relatie gaandeweg alles heel duidelijk aan te geven. Dat wordt een tweede natuur, en het werkt voor beiden goed. De omgeving vindt dat vaak veel te betuttelend, zelfs neerbuigend tegenover de partner. Sommige partners van mensen met autisme hebben*

*veel te maken met verbale agressie. Deze is vaak erg kwetsend en het drijft partners steeds verder uit elkaar. Hierdoor komen deze partners vaak met relatieproblemen bij de hulpverlener terecht. (naar preventiefolder van NVA & GGZE, 2004)*

Ik zie partners die te maken hebben met autisme in de relatie of in de huiselijke omgeving allebei als 'topsporters'. Het is beslist apart te noemen dat zij volhouden en oplossingen zoeken en vaak ook vinden, daar waar dit niet vanzelf spreekt. Het moeten wel vindingrijke mensen zijn. Creatieve oplossingen als *apart leven* en toch veel *samen-momenten* organiseren, kunnen voor de omgeving onverstaanbaar zijn, maar kunnen een verademing betekenen voor partners zelf, en het behoud van een partnerrelatie.

Voor mijzelf als therapeut is het leerzaam en uitdagend om nieuwe ideeën die gericht zijn op het helpen optimaliseren van het samenleven te onderzoeken en te toetsen op mogelijke haalbaarheid.

Aan de hand van illustraties uit de praktijk en enkele reflecties hoop ik de lezer mee te nemen in mijn zoektocht.

## ONOVERBRUGBARE VERSCHILLEN

Er is de misvatting dat mensen met de diagnose autisme geen relatie aangaan. Ook mensen met autisme hebben een partner, familie en vrienden en zijn ouder. In de intimiteit van de relatie en het gezinsleven is er een grote behoefte aan vanzelfsprekend begrip, geborgenheid en betrouwbaarheid. Wanneer de diagnose autisme opduikt, betekent het vaak dat aan deze behoefte getornd is. Dit betekent voor ieder veel leed dat niet zomaar vanzelfsprekend te begrijpen is door partners onderling en door anderen.

In een partnerrelatie waarbij een van beiden de diagnose autisme heeft of krijgt, verloopt het afstemmings-/verplaatsingsproces gemanteerd. De partnerrelatie staat onder druk omdat dagelijkse vanzelfsprekendheden nauwelijks of niet bespreekbaar, dus niet onderhandelbaar, zijn.

De partner met de diagnose of het vermoeden van autisme heeft soms wel gehoord dat hij of zij niet bij de ander stilstaat, maar ervaart dit zelf anders of ziet dit niet. De andere partner wacht tot het inzicht eindelijk doordringt. Dat moment komt echter nooit. Degene met autisme kan weliswaar erkennen dat er een manco is en een aangeleerde houding en reactie

kunnen veel goed doen. Maar aanvoelen en tussen de regels opmaken wat de bedoeling of betekenis van anderen is, of wat er zo mis ging, kan de persoon met autisme niet. Daarin is degene met autisme 'blind'.

Echter, de persoon zonder autisme is eveneens in zekere zin blind, namelijk in het niet beseffen van een andere manier van kijken, interpreteren en informatie verwerken van zijn of haar partner. Dit zich niet kunnen verplaatsen in de ander is in die zin wederzijds, echter op verschillende wijze. Beide partners hebben dan ook frequente ervaringen van zich onbegrepen voelen.

Daar het afstemming-/verplaatsingsproces tussen beide partners problemen geeft, komen beide partners elkaar op confronterende wijze tegen in het dagelijks leven. Dagelijks overleg en dagelijkse routines worden soms star of vervreemdend. Wat confronteert is het wegvallen van de vanzelfsprekendheid elkaar te begrijpen en het vastdraaien in onbegrepen en haast onoverbrugbare verschillen.

Alblas (2005, p. 121) schrijft wat er gebeurt wanneer vanzelfsprekendheden wegvallen: "Alleen op momenten en in situaties dat je met andere evidenties in aanraking komt word je gedwongen om eens stil te staan bij je eigen ordeningen." Een dergelijk verschil kan benadelend zijn. Cottyn (2005, p. 114) pleit ervoor dit te onderkennen: "Immers zegbare en daardoor zichtbare lasten zijn beter te dragen dan onzegbare. Door benadeling niet te benoemen lijkt het of het niet bestaat."

Voor mij is dit een belangrijke leidraad geworden: stilstaan bij de onoverbrugbare verschillen die verlies van vanzelfsprekende geborgenheid – en dus lijden – met zich meebrengen. Dit kan overweldigend en angstig zijn.

Wanneer er sprake is van intense verlieservaringen kan het cliënten steunen wanneer ze ervaren dat ook bij ernstige ontwrichting hun leven kan doorgaan. Het dagelijkse leven kan hervat worden na een goed gesprek of na dagen in bed liggen. Men kan rust vinden bijvoorbeeld in de natuur. Men kan bijkomen en zich extra verwarmen bij een haardvuur. Het hervinden van dergelijke 'pleister op de wonde' kan een verrassend helend effect hebben.

Kitlyn Tjin A Djie (2006) noemt dit "herstel van beschermjassen". In het kader van partnerrelatietherapie zou je kunnen spreken van het herstellen van relationele beschermjassen: zoeken naar beschermjassen van beiden.

In een zoektocht naar relationele beschermjassen start ik vaak met de verandervraag. De verandervraag is een poging hoop te genereren en verandermogelijkheden weer in het vizier te brengen, waarbij niet gefocust wordt op de problemen tussen beide partners, maar op de wensen en noden van ieder apart en van beiden gezamenlijk. Ik schrijf die wensen op het bord, zodat ieder zijn of haar wensen kan blijven zien. Men kan ernaar kijken wanneer het gesprek moeizaam gaat of wanneer het elkaar aankijken te moeilijk wordt of afleidt. Het bord blijft zo een gezamenlijk referentiepunt. En terwijl ik beurtelings met elke partner afzonderlijk werk, blijft de focus van de ander letterlijk zichtbaar.

*Als antwoord op mijn verandervraag vertelt een vrouw met de diagnose autisme dat ze het moeilijk vindt overal alleen voor te staan. Ze wenst dat haar man zou helpen met stofzuigen. Hij helpt inderdaad niet vaak, omdat er overal zoveel rommel staat. Hij wenst daarentegen meer gezelligheid, en dat kan niet met zoveel troep. Als er iets opgeruimd wordt staat het er na een paar dagen weer, want voor haar moeten spullen "zichtbaar blijven". Ze hebben hier al veel ruzie over gehad. Soms escaleert het tussen hen als hij spullen zonder overleg wegdoet. In het gesprek probeer ik stap voor stap te ontrafelen waar misschien verandermogelijkheden liggen. Maar het blijft een patstelling. In latere gesprekken blijkt dat zij nog andere onoverbrugbare verschillen meedragen. Dat samenwerken voor hen anders verloopt dan bij vele huishoudens herkennen ze en het lijkt opluchtend dat dit benoemd wordt als ronduit "apart". Ik benoem het als ongebruikelijk, ongewoon voor anderen. Ik probeer met hen te verwoorden hoe ze elkaar zo uitzonderlijk ieder met eigen gebruiksaanwijzing weten te verdragen. Ja, ze zijn daar eigenlijk wel trots op.*

In het werken met autisme in relaties worden, ook voor een therapeut, vele vanzelfsprekendheden op de helling gezet. De wijze waarop deze paren met elkaar in bijna parallelle leefwerelden hun weg zoeken brengt last, pijn én eenzaamheid met zich mee en moet je als therapeut kunnen verdragen. Van belang is de valkuil te vermijden naar eenvoudige oplossingen te zoeken. Immers zo simpel is het vaak niet. Het appel om meer gezamenlijkheid te helpen organiseren is permanent aanwezig in de partnergesprekken, juist vanwege de pijnlijk aanvoelde verschillen.

*Hij mist intimiteit en zij voelt zich door hem afgewezen. Hij is er nooit de weekeinden, maar gaat wel met de kinderen mee naar hun clubjes. Hij lijkt*

*thuis geen betekenis en invloed te ervaren. Voor haar krijgt dit de betekenis van niets voor haar en de kinderen over hebben. Als zij met anderen hierover praat, kunnen ook zij geen begrip voor hem opbrengen. Vanuit haar perspectief neemt hij haar nooit eens in de armen en is hij nooit eens lief voor haar. Dit is de reden voor haar om niet meer aan intimiteit te beginnen. Hij blijft aandringen. De sfeer is grimmig geworden en verzachtende uitingen zijn niet meer mogelijk.*

## **DIAGNOSE: VERRUIMING OF VERENGING?**

Zoals meestal in een eerste partnerklik raakt men geboeid door het verschil. In die zin is er niets aan de hand.

Als ik vraag hoe de relatie begon zegt een aantal vrouwen over hun partner (later blijkt met autisme): "Echt." "Zeker. Betrouwbaar." "Honderd procent bij mij." "Iemand met zoveel oprechte aandacht." "Hij was trots op mij." Voor haar is dit aantrekkelijk. De meeste vrouwen die ik ontmoette met dergelijke partnerkeuze voelen zichzelf onzeker en hulpeloos, zijn sensitief voor ambivalenties en voor verschillende perspectieven.

Als ik vraag hoe de relatie begon en waardoor hij zich aangetrokken voelde tot de ander, hoor ik reacties als: "Door haar uiterlijk." "Haar zachte lieve ogen." "Haar geur." "Omdat ze aardig en vriendelijk is."

Pas op de langere duur beginnen ongewone zaken op te vallen, en wordt het verschil pijnlijk.

Dat wat eerst vreemd of lastig is wordt plots begrijpelijk en 'gevangen' in de diagnose autisme.

*Een vrouw merkt dat haar partner (met vermoeden van autisme) de spontaneiteit van de kinderen dooft. Haar vader heeft hem wel vaker een "vreemde vogel" genoemd. Zelf heeft ze dat nooit zo gezien. Ze voelt zichzelf vaak onbestemd buitengesloten en afgewezen.*

*Ook vroeger thuis bij haar ouders had zij deze ervaring. Nu in de partnerrelatie komt zij dit opnieuw tegen. Hij heeft een andere vrouw getroffen waar hij graag mee omgaat, maar kan niet inzien dat dit voor haar pijnlijk en bedreigend is. Hij bedoelt dat immers echt goed, dus is het goed. Ze delen altijd alles, dus waarom nu ineens niet meer nu hij verliefd wordt op een andere vrouw? Dat verandert de relatie met zijn echtgenote absoluut niet, vindt hij. Voor haar blijkt dat juist de grote verbijstering te zijn, dat*

*hij zich werkelijk niet kan verplaatsen in haar gevoelens terwijl ze in het verleden samen voor veel vuren hebben gestaan.*

*Gaandeweg de therapie blijkt hoe zij "altijd alles voor hem heeft ingevuld"; zij had de regie. Daarmee waren de problemen oplosbaar. Hij vindt dat zij uit "een goed nest komt; zij is goed opgevoed, dus zij kon weten hoe een gezin te runnen". Hij is niet goed opgevoed, vindt hij. Hij mocht nooit iets, dus was zijn mening in de opvoeding van de kinderen niet doorslaggevend. Dat deze ordening hen lange tijd heeft geholpen door grote moeilijkheden heen te komen werd pas helder toen de kinderen het huis uit waren en hij een andere vrouw leerde kennen. Voor haar is zijn keuze voor een ander "niet te doen". Voor hem is haar niet mee kunnen komen hierin, weer iets wat hij niet kreeg (zoals vroeger thuis) en dus "niet te doen". Beiden lijden hier erg onder.*

Er valt soms veel op z'n plek wanneer het woord autisme op de voorgrond komt. Eerder aangevoelde, maar niet plaatsbare, vreemde ervaringen worden plots begrijpelijk en bespreekbaar. Spreken over het vreemde en de verschillen in de partnerrelatie doet deugd, maar is niet gemakkelijk. Het is een pijnlijk proces om alsnog moeilijke, niet eerder gedeelde kwesties onder ogen te zien. Daarmee worden faalervaringen en gemiste kansen eveneens meer helder. Een valkuil is dat plots alle gedrag en lastige interactie-effecten onder de categorie autisme dreigen te vallen. De partner zonder autisme kan zich afvragen waarom zij dit toch nooit gezien heeft, waarom zij gekozen heeft voor juist deze partner. De andere partner wordt 'de schuldige', 'de zieke'. Het zicht op wederzijdse beïnvloeding verbleekt.

*Een meisje van twaalf zou met haar vader op vakantie gaan. Dochter is hier blij mee, maar moeder is bezorgd om de nalatigheid van vader. Haar man kreeg de diagnose autisme. Hij deelt de zorg van zijn vrouw niet. Voor hem zijn er geen problemen. Zij weet uit ervaring dat hij weliswaar van goede wil is, maar daarom hun dochter nog niet altijd voldoende in de gaten houdt. Haar blik richt zich helemaal op zijn onvermogen en pathologie. In de therapie spreken we over meisjes van twaalf en hun groeiende autonomie. Daarop besluit moeder met haar dochter te spreken over de vakantievoorbereiding. Zou ze een eigen mobiel en adres van het hotel kunnen meenemen voor het geval ze elkaar uit het oog zouden verliezen in een vreemde stad? Passend bij een ontwikkelingsfase van de dochter kan*

*moeder haar zorg oppakken in het teken van grotere zelfstandigheid van haar dochter en krijgt een mogelijk falen van vader minder accent.*

Veel paren waar een van beiden een diagnose autisme heeft, krijgen grote conflicten wanneer hun kinderen in de puberteit komen. Jongeren geven snel weerwoord en je doet het als ouder niet vlug goed. Jongeren doen ook buiten het gezin ervaringen op met leeftijdsgenoten, waarvan niet altijd in te schatten is hoe dat verloopt. Een onzekere fase ook voor ouders. De betrokkenheid tussen ouders en kinderen blijft, maar het anders vorm geven aan die band lijkt nodig (Smeltzer, 1993). In deze fase is onderhandelen van belang wil je als ouder uit moeilijkheden raken die zich plots voordoen. Omdat onderhandelen in deze paren moeilijk is en niet zomaar vanzelf gaat, geeft dit spanning in de ouder- én partnerrelatie, met vaak niet oplosbare en zich herhalende escalaties.

*Een paar, waarvan bij de man een vorm van autisme gediagnosteerd is, werkt aan het verbeteren van de communicatie. Deze keer kies ik om samen met hen probleemoplossingstappen van elk in kaart te brengen. Het gezamenlijk gekozen probleem zijn de vele conflicten tussen vader en zijn zoon van zestien jaar. Hij wil als vader zijn zoon eens mee uit eten nemen en dan vragen waarom hij zo lastig doet. Zij denkt dat dit geen goed idee is. Hij weigert echter te kijken naar de ideeën en oplossingen van zijn vrouw. Beiden voelen zich afgewezen; mijnheer omdat hij weer iets verkeerd doet en mevrouw omdat enkel zijn ideeën tellen. Omdat zij ook graag een verbetering ziet tussen haar man en de kinderen gaat zijn verandertpunt voor, zoals eigenlijk altijd. Haar lijden, haar verdriet hierover, weet ik weliswaar te benoemen, maar niet op te vangen. Zijn last dat hij eerst aan bod komt terwijl hij best wil wachten, is eveneens niet echt uit de wereld geholpen.*

Als de partnerrelatie moeizaam verloopt, vraagt dit veel verdraagzaamheid en doorzettingsvermogen van beide partners. De partners voelen zich vaak niet gezien en gehoord. Dit maakt hen minder vrij om elke keer weer datgene op te brengen dat noodzakelijk is om elkaar te kunnen bereiken. Ze merken dat veranderingen moeilijk zijn en felle uitingen van emoties eerder ontregelend dan verduidelikend werken. En als bij beiden het geheugen alles registreert en er weinig vergeten en dus niet gemakkelijk vergeven wordt, zijn de spanningen snel weer actueel.

## DE MOEILIKHEIDSGRAAD VAN SPREKEN

Een van de dilemma's waar partners in de loop van hun samenzijn mee worden geconfronteerd is het dilemma van het spreken. Peeters (2005, p. 229) schrijft hierover: "In de intimiteit van een partnerrelatie wordt de ander beschouwd als klankbord, traumaverwerker, probleemoplosser, inspirator, hulpverlener, taalkunstenaar, humorist en entertainer, als gezelschap in tijden van voor en tegenspoed. De verwachtingen zijn ondragelijk hoog gespannen. De ander is echter ook bron van irritatie, twijfels, last, eenzaamheid, beperking, traumatisering. Met deze ervaringen wil je bij deze zelfde partner terecht, want hij of zij is ook klankbord en luisterend oor. Je wilt bij de ander terecht kunnen, ook met je klacht dat je er niet bij terecht kunt. Het onderscheid tussen appel en kritiek is dan niet meer te maken. Dit betekent dat een goed gesprek over fricties, wederzijdse last en moeilijke keuzen, een bijzonder kostbaar en zeldzaam gebeuren is."

Voor een therapeut is de druk waaronder beide partners staan merkbaar. Het maakt het spreken over moeilijke zaken niet gemakkelijk. Tijdens de gesprekken met deze paren is mij een aantal punten opgevallen dat voor beide partners opgaat, communicatiepatronen die aangeven dat het samen spreken moeilijk is en die iets zeggen over de druk waaronder beiden staan.

Ik merk bijvoorbeeld dat een rode draad nogal eens ontbreekt. Gesprekken lijken hap snap stukjes van verhalen en ervaringen. De partner zonder diagnose autisme is vaak gewend geraakt aan praten over details en concrete kwesties. Vaak hebben zij zich ongemerkt aangepast aan de communicatiestijl van de andere partner. Soms echter is hun verzet hier tegen heftig en passen ze zich juist niet aan. In contact met deze paren kan je als hulpverlener irritatie of vervreemding voelen vanwege deze 'overgenomen' of juist elkaar 'verwerpende' communicatiestijlen. Het concretisme, de veelheid aan details, zegt echter ook iets over hun dagelijkse geraaktheid. Alles lijkt ertoe te doen en er is een groot appel op begrepen worden.

Een appel dat claimender, dwingender kan worden als zonder onderbreking één partner te eenzijdig 'het woord neemt'. Alsof er geen ervaring meer is in het afwisselend met elkaar spreken. Er is veel ervaring met "je zult het wel vreemd vinden dus leg ik het uit" of "je zult me wel niet begrijpen..." Er is een opvallend gemis aan vertrouwen dat de ander als gesprekspartner naar je wilt en kan luisteren; een gemis aan zich beluisterd en gezien voelen.

Het is daarom misschien niet verwonderlijk dat het vaak moeilijk of bijna onmogelijk is een therapiegesprek te beëindigen. Het afsluiten daarvan moet tijdig aangekondigd worden, zodat dit niet te kwetsend overkomt. Alsof het gesprekseinde enkel nog de betekenis krijgt van 'in de steek gelaten worden, alleen verder moeten'. Vanuit een veelheid van dergelijke ervaringen is dit kwetsend geworden. Een stop of time-out organiseren die niet kwetsend is voor alle partijen is ook in de thuissituatie vaak noodzakelijk. Dit vraagt in de therapie een zorgvuldige zoektocht rekening houdend met gewoonten, gevoeligheden en de specifieke situatie van het paar.

Het spreken over fricties en moeilijke keuzes wordt niet alleen beïnvloed en bemoeilijkt door de hoge nood, de onderlinge relationele verwachtingen en de verschillen, ook de sociale perspectieven over wat voor partners denkbare oplossingen zijn, dragen hier een steentje bij. De sociale verwachtingen over wat goed partnerschap is en hoe men best samenleeft, hinderen veel paren in hun zoektocht om bruikbare wegen te vinden om met spanningen en verschil om te gaan.

*De man van een echtpaar vermoedt bij zichzelf autisme. Hij herkent veel van twee van zijn kinderen die beiden een vorm van autisme hebben. Hij is vol verwachting dat hij samen met zijn partner bij mij kan werken aan het verbeteren van hun relatie en van hun samenwerking als ouders. Ze zijn bereid om in therapie te oefenen. De man wil graag beter leren luisteren. Hij heeft immers al vaak als verwijt te horen gekregen dat hij niet luistert en hij vindt zelf ook dat dit beter kan. Zij kiest voor het leren geven van een duidelijke, heldere boodschap, met congruent niet-verbaal gedrag. Ze verliest zich namelijk in eindeloze verhalen waar geen begin en eind aan is, waardoor haar partner werkelijk niet meer weet wanneer en hoe hij ergens op in moet gaan. Hij is de draad van haar verhaal dan al lang kwijt.*

*Tijdens het oefenen komt het punt naar voren dat de vrouw af en toe een 'time-out' nodig heeft om te bekomen van zoveel fricties tussen hen. Zij kan deze boodschap helder overbrengen, en hij kan de boodschap horen zonder dat hij zich hierbij aangevallen voelt. Het effect is dat hij deze keer niet hoeft stil te staan bij zijn gekwetstheid die normaal gesproken centraal staat. Hij oppert als oplossing dat hij af en toe eens een weekeind in een hotel kan verblijven. Voor haar krijgt dit echter een al te rigoureuze betekenis van hem 'weg te doen'. Op een hotelkamer gaan zitten dat kan toch niet..."*

## ONVOORZIENE BREUKEN

Door de kwetsende verschillen zijn intimiteit en seksualiteitsproblemen vaak moeilijk oplosbaar. "We leven als broer en zus" is een opvallend veel gehoorde uitspraak.

Intimiteit is een subtiel samenspel waarbij je kunnen verplaatsen, aanvoelen en kwetsbaar durven zijn van belang zijn. Afstemming, die sowieso al moeilijk verloopt als je te maken hebt met autisme in de relatie, speelt ook door op dit gebied. Het kan de betekenis krijgen van: "we geven niet meer om elkaar". Het kan beschamend en kwetsend zijn dat intimiteit en seksualiteit niet 'vanzelf' gaan.

*Een vrouw met vermoeden van autisme, maakt haar behoefte aan intimiteit en seks kenbaar in een partnerrelatiegesprek. Bij doorvragen blijkt dat zij zelf nooit initiatief neemt en dit vanzelfsprekend verwacht van haar partner. Vaardigheden waardoor je meer intimiteit kunt ervaren, kent ze niet en lijkt ze niet op te pikken als deze besproken worden; het gaat dan om elkaar aanraken, bij elkaar in de buurt zijn, knuffelen, strelen, gevoelsdelen.*

*Hij kan aangeven dat als hij daartoe initiatief neemt het voor haar nooit het goede moment is. Zij reageert dan met: "Wil je iets van me? Ben je aan het slijmen? Dat kon je toch weten, nu niet!"*

Het is vaak een onoverbrugbare breuk in intimiteit die ertoe bijdraagt dat partners besluiten van elkaar te scheiden. Maar ook dan stopt niet altijd de onafgestemdheid. Een scheidingsproces is meestal voor beide partijen een stressvol gebeuren: men geeft het op met elkaar, of een van beiden neemt dit besluit. Vanuit stress, geen afstemming en onvermogen rekening te houden met de ander komen er soms bizarre misplaatste voorstellen, die geen recht doen aan het verder moeten gaan van ieders leven.

*Ze had zelf niet om de scheiding gevraagd. Het was plotseling als een donderslag bij heldere hemel een feit dat hij bij haar wegging en niet meer bij haar terug kwam.*

*Zoekend komen we er achter dat hier waarschijnlijk al een proces aan is voorafgegaan van veel onbegrepen zaken. Zij was in het ziekenhuis voor een operatie. Hij kwam niet op bezoek en leek het haar kwalijk te nemen dat ze niet thuis was. Hij voelde zich in de steek gelaten.*

*Zelfs nu ze geconfronteerd wordt met een niet gewenste scheiding moet ze het proces van scheiden zelf aansturen, want hij wil wel scheiden, maar regelt niets. Als zij iets voorstelt, kan er niet over onderhandeld worden. Telkens als ze probeert tot oplossingen te komen, ontvlamt haar hoop dat de scheiding niet plaats zal vinden; hij regelt immers niks. Echter geleidelijk wordt haar duidelijk dat er in deze patstelling geen uitzicht komt op oplossingen. Ze heeft veel lichamelijke klachten en lijdt zichtbaar. Immers hoe vertel je dat je man wil scheiden en dat je – terwijl je dit zelf niet wilt – hem daarin nog moet bijstaan ook... Een vervreemdend proces.*

## TOT SLOT

In de therapiepraktijk zijn paren waar een van beiden gediagnostiseerd is met autisme niet de gemakkelijkste mensen om te begeleiden. Ik voel me vaak onmachtig of geïrriteerd vanwege details en een nauwelijks op gang te krijgen proces. Relationele patstellingen die moeizaam benaderbaar zijn en het leed dat voelbaar is, doen een appel op mij als therapeut, maar tegelijk besef ik de beperkte mogelijkheden tot verandering en de grote complexiteit van de moeilijkheden.

Ik voel tijdens de gesprekken vaak een druk, alsof ik hun interacties en communicatie voor eens en voor altijd in goed banen moet leiden. Een niet haalbare kaart.

Onderkennen van de nood van beide partners maakt me milder, bescheidener in hetgeen ik probeer. Ook al kan ik geen oplossingen aandragen, ik kan wel proberen hen te begrijpen. Ik kan samen met hen onderzoeken wat allemaal zo moeilijk/te moeilijk tussen hen is geworden. Ik kan respect opbrengen voor hun unieke wijze om met indringend verschil om te gaan. En ik kan wat rust brengen (ook bij mij) door communicatieprocessen te vertalen, beperkingen te onderkennen en unieke oplossingen (gehoord van andere paren) te introduceren. Soms blijft het echter niet te doen. Ook niet het spreken over...

Hendriks (2004) geeft een mogelijk verklaring van deze onmogelijkheid te spreken. Hij zegt: "De wijze waarop autistische mensen de wereld en de dingen ervaren dwingt ons na te denken over onze eigen wijze van begrijp-

pen. De omgang tussen autisten en niet-autisten valt buiten de conceptuele kaders, het gebruiken van onze beproefde representatiemiddelen faalt."

In een eerder gepubliceerd artikel over losmakingsprocessen benoem ik het ingewikkelde, maar noodzakelijke proces om 'los te komen van ideeën het zeker te kunnen weten'. Een lastige stap in de ontwikkeling van adolescenten (Smelzer, 1993). Volgens mij geldt dit ook als je te maken hebt met autisme bij relatieproblemen. Het betekent dat partners, maar ook vaak de therapeut, houvast missen. 'Los komen van ideeën het zeker te kunnen weten', kan ook hier misschien de uitdaging worden?

Ik hoop met dit artikel dat gemis aan houvast verduidelijkt te hebben, zodat dit leed ook in de therapiekamer met meer mildheid en begrip onder ogen gezien kan worden. Juist de partners van mensen met autisme blijken een vermogen te hebben zaken vanuit verschillende perspectieven te bekijken. Dit vermogen dreigt in de vergeethoek te raken als de partnerrelatie onder druk staat.

Hetzelfde geldt voor het vermogen van mensen met een diagnose autisme. Zij hebben een capaciteit om afstand te nemen van de wereld om hen heen. Hun ongevoeligheid voor de gangbare conventies en de waan van de dag, waardoor zij een eigen weg kunnen volgen, ongeacht de maatschappelijke consequenties, raakt op de achtergrond of gepathologiseerd als er druk ontstaat door relatieproblemen. Voor beide partners zijn er veel faalervaringen door misverstanden en kortsluitingen in de partnerrelatie. Het telkens weer falen kan op den duur de betekenis krijgen dat het "geen zin meer heeft", dat "de relatie niet deugt".

Ik heb gemerkt dat het deugd doet als deze vermogens en goede bedoelingen weer zichtbaar worden. Leed lijkt dan minder heftig, minder de persoon te raken. De kwetsing is er, maar niet bedoeld, en dat maakt verschil.

## LITERATUURLIJST

ALBLAS, N. (2005). Settingkwesities. Gebruik van settingwisselingen als therapeutisch instrument. In E. Reijmers, L. Cottyn, & M. Faes (Red.), *Spelen met werkelijkheden. Systeemtheoretische psychotherapie met kinderen en jongeren* (pp. 120-134). Houten: Bohn, Stafleu van Loghum.

- MEIGINGER, H. P. (2005). Zienswijze en zijswijze van de hupverlener. *Systeemtherapie*, 17, 188-207.
- COTTYN, L. (2005). Lastige emoties. Last van last. In E. Reijmers, L. Cottyn, & M. Faes (Red.), *Spelen met werkelijkheden. Systeemtheoretische psychotherapie met kinderen en jongeren*, (pp. 102-116). Houten: Bohn, Stafleu van Loghum.
- HENDRIKS, R. (2004, september). Voordracht tijdens studiedag *Autistisch gezelschap*, Antwerpen.
- KITLYN TJIN A DJIE (2006, november). *Beschermjassen, envelopment*. Voordracht tijdens studiedag Migratie, Context en Cure, Eindhoven.
- MATTHEEUWS, A. (1983). Omtrent sociale perspectieven. *Systeemtheoretisch Bulletin*, 1, 13-25.
- PEETERS, F. (2005). Partnerdilemma's. *Systeemtheoretisch Bulletin*, 23, 215-232.
- NVA & GGZE (2004). *Autisme bij je partner. Preventiefolder*.
- SMELTZER, M. (1993). Losmaken, je zit eraan vast. *Systeemtheoretisch Bulletin*, 12, 147-157.
- VAN DER SMAN, J. (2005). "Geniale autisten": ontwikkelingsstoornis geeft sociale problemen maar ook bijzondere gaven. Amsterdam: Elsevier.
- VAN STEENWEGEN, A. (2002). *Liefde is een werkwoord*. Tiel: Lannoo.
- VERMEIRE, S. (2006). Hechting: stafkaart of doodlopend spoor? *Systeemtheoretisch Bulletin*, 24, 243-260.