

## **Autismecafé d.d. 26 september 2019; Thema Autisme bij meisjes/vrouwen:**

Tijdens deze avond stond het thema Autisme bij meisjes/vrouwen centraal. Gespreksleider Hanneke Kappen sprak met Annemiek, die pas op 61-jarige leeftijd de diagnose ASS kreeg. Ook sprak Hanneke met dr. Els Blijd, klinisch psycholoog en cognitief gedragstherapeut, werkzaam als manager Behandelzaken bij Interpsy. Els is gespecialiseerd in de diagnostiek en behandeling van vrouwen met autisme, daarnaast is ze freelance docent en auteur van diverse artikelen op gebied van autisme.

Hanneke vraagt hoe het komt dat Els zo betrokken is bij het onderwerp autisme. Els vertelt dat ze in haar studietijd altijd al door autisme gefascineerd was en het nu ook in haar familie tegenkomt. Annemiek is ervaringsdeskundige, ze vertelt dat ze de wereld graag kennis wil laten maken met wat er kan omgaan in het brein van iemand met autisme. Normaal gesproken schrijft Annemiek gemakkelijker dan ze praat. Bij een presentatie doet ze dit vaak van papier, dus vindt ze het vanavond best spannend. Hanneke vraagt hoe Annemiek op vroege leeftijd al merkte dat ze anders was. Annemiek geeft aan dat ze op basisschoolleeftijd al het gevoel had er niet bij te horen. Ze vertelde grappen op het verkeerde moment en bleef maar vragen of anderen wel op haar verjaardag kwamen en later toen ze ouder was werd ze bijv. niet gevraagd om te dansen. Ze heeft zich vaak afgevraagd wat er nu mis met haar was, ze vroeg vaak dingen na bij haar moeder of zus. Toen Annemiek uiteindelijk de diagnose kreeg viel alles op zijn plek en was ze opgelucht. Want wat als er geen diagnose autisme zou zijn, dan kon ze toch echt niet verder met haar leven. Iets later na de diagnose kwam toch ook een acceptatiefase. Ze struggelt nog dagelijks met haar Asperger, heeft altijd het gevoel dat dingen aan haar liggen. Volgens Els komt het vaak voor dat autisme bij meisjes niet direct herkend wordt. Angststoornissen, depressies kunnen naast de diagnose bestaan, maar ook kunnen er verkeerde diagnoses als borderline gesteld worden. In de kern zijn de kenmerken of problemen tussen jongens en meisjes met autisme hetzelfde, maar bij meisjes/vrouwen zie je socialer gedrag. Dit maakt dat diagnostiek bij meisjes en vrouwen vaak gemist wordt. Meisjes camoufleren en kopiëren gedrag meer. Els geeft aan dat ouders en familie vaak al wel merken dat sociale contacten niet hetzelfde verlopen als bijv. bij de andere kinderen. Ook op sensorisch gebied zijn meisjes vaak overgevoelig. (aanrakingen, geluiden, structuur van voedsel etc.).

Annemiek imiteerde ook gedrag, ze was vooral een verlegen meisje, dat probeerde zo min mogelijk geluid te maken om niet op te vallen. Maar eigenlijk hunkerde ze ernaar om gezien te worden. Later deed ze haar best er toch bij te horen. Ze vroeg veel aan haar moeder hoe ze dingen nu eigenlijk moest doen. Ook op haar werk had ze eigenlijk behoefte aan structuur en handvatten in de sociale omgang. Ze deed haar werk goed, ze deed letterlijk wat er van haar gevraagd werd, maar toen haar gezegd werd dat ze eigenlijk iets meer van haar verwachtten begreep ze niet goed; wat dan wel... Annemiek heeft het geluk gehad dat het haar m.b.t. school goed af is gegaan. Door invloed van haar ouders heeft ze de ULO doorlopen terwijl ze het advies huishoudschool kreeg. Ze heeft daarna de Kweekschool (Ped. Academie) gedaan, is psychologisch assistente geworden en heeft uiteindelijk psychologie gestudeerd en is gepromoveerd. Ze heeft altijd een goede baan gehad. Ze heeft diverse vriendjes gehad maar vond het lastig om met intimiteit om te gaan. Ze vroeg haar vriendjes om uitleg die dit maar vreemd vonden. Ze geeft aan dat ze heel rationeel is en dat gevoel wat minder goed bij haar ontwikkeld is. Els geeft aan dat sommige vrouwen juist wel weer heel erg

van het “voelen” zijn. Hanneke vraagt of een diagnose op jonge leeftijd helpt om er beter mee om te gaan. Volgens Els hangt dit van de vorm af, het kan ook remmend werken. Over het algemeen is een vroege diagnose goed zodat je ondersteund kan worden en je potentie duidelijker wordt. Bijkomende problemen kunnen dan evt. voorkomen worden (zoals verslavingen, depressies etc.). Annemiek geeft aan wanneer ze eerder de diagnose had gekregen ze wellicht meer op haar kracht aangesproken was dan op hetgeen waar ze minder goed in was. Ze heeft wel sterke kanten, zo is ze goed in observeren, waarschijnlijk door de overlevingsstrategie (observeren en imiteren). Na de diagnose heeft Annemiek zich aangemeld bij NVA ze is nu bestuurs- en redactielid en heeft onder andere meegewerkt aan een video.

Na een mooi lied met een speciaal geschreven tekst van Hanneke kwamen er veel vragen uit het publiek. O.a. over onderwijs en niet begrepen worden. En over onderwijzers en dokters die het autisme niet (h)erkennen, over herkenning onder andere aanwezigen in de zaal en over het gevoel er veelal niet bij te horen. Els benoemt dat een sociale time out of hersteltijd enorm belangrijk is om de energie weer op te kunnen laden. Het was een drukbezochte avond er waren ca. 135 bezoekers aanwezig. Dit autismecafé werd wederom mede mogelijk gemaakt door Stila.