

Voorwoord

Dit boek heb ik geschreven voor iedereen met de spreekwoordelijke jongleerballen. En dan eigenlijk nog een beetje meer voor alle vrouwen die iedere ochtend hun masker afstoffen, het weer opzetten en doen wat er van ze wordt gevraagd.

Er zijn heel veel mensen die iedere keer vastlopen, en niet weten wat er met ze aan de hand is. Klopt de vaak gestelde burn-out of depressie diagnose wel altijd? Of ligt er diep en onderhuids veel meer ten grondslag aan de vaak onduidelijke gezondheidsvragen waarmee vrouwen worstelen?

Er zijn op dit moment naar schatting rond de 25.000 met autisme gediagnosticeerde (normaal tot hoogbegaafde) vrouwen in Nederland. Hoogstwaarschijnlijk ligt het reële cijfer van vrouwen die zonder diagnose wandelend als tikkende tijdbommen door het leven gaan drie keer zo hoog. Deze vrouwen hebben daarnaast drie keer zoveel kans dat ze uiteindelijk worden gediagnosticeerd met een comorbide psychische stoornis naast de autisme diagnose.

Met dit boek hoop ik een opening te creëren voor de vrouwen met de steeds terugkerende hulpvraag bij de hulpverleners, psychologen en huisartsen waar ze vaak al jarenlang komen. Vrouwen met autisme zijn vaak verstopt. Vol in het zicht.

Het verhaal over Maaïke Peters heb ik geschreven omdat ook ik mijzelf pas op mijn 42e leerde kennen toen ik mij helemaal onderaan de put bevond en mijn nagels letterlijk afbrak in de poging weer omhoog te klauteren. Waar was mijn blauwe lucht met zonneschijn toch al die tijd? Een lieve vriend van mij, Ramon, vroeg mij een jaar geleden als voorbeeld van een coaching sessie dat hij verricht; 'Vertel mij wie je bent.'

Heel eerlijk? Ik heb hem dat antwoord toen niet kunnen geven. Het was de moeilijkste vraag die mij ooit was gesteld. Mijn omgeving maakte mij altijd tot wie ik was, maar ben ik dit eigenlijk wel? Na jaren van maskeren, ontwijken en tegen mijn gevoelsstroom in meegaan omdat het zo moet en hoort, denk ik eindelijk op het startpunt

van de rest van mijn leven te zijn beland. Maar, daarvoor moest ik wel eerst met mijn neus langs de bodem van de put schrapen.

Lieve vrouwen, plak een pleister op jullie vleugels en vlieg mee terug omhoog.

Marije Pietersma | Scheveningen | 2023

Soms is dit verhaal aangedikt en soms zijn er herinneringen weggelaten. De diagnoses van de hoofdpersoon, de medische ervaringen, en de gebeurtenissen in de gezondheidszorg berusten op waarheid. De overige gebeurtenissen zijn fictief en berusten op de fantasie van de auteur. Alle personages en locaties zijn verzonnen en de wellicht voor iemand herkenbare ervaringen, gedragingen of uiterlijke kenmerken berusten op louter toeval.

Hoofdstuk 18

Met een schuin oog checkte Maaïke snel haar met pijn en moeite opgespaarde saldo op haar spaarrekening. 'Stuur de inschrijfformulieren maar, dan maak ik het in orde. Ik zou graag het traject bij jullie willen volgen.' Ze moest even slikken. Het was een hele hoop geld. Een hele hoop geld voor een stempel. Maar, dit moest gebeuren. Ze vond dat ze dit verplicht was aan haar werk, Jack, Lou en Juul, maar bovenal aan zichzelf.

In de zes weken dat ze moest wachten leerde ze zoveel mogelijk over autisme bij vrouwen, en dacht daarbij vaak aan de vraag die haar goede vriend Ramon onlangs had gesteld; 'Vertel mij wie je bent?' Deze vraag staat centraal in de retraites die hij organiseert en door deze vraag aan Maaïke te stellen na een duik in de koude zee, had hij haar in één keer van haar stuk gebracht.

Wie is ze eigenlijk? Is ze gevormd door haar omgeving doordat ze diep van binnen niet goed weet wie ze is? Had de 'jij bent niet goed genoeg' imprint van Albert zulke diepe sporen achtergelaten dat ze haar leven lang op zoek was gegaan naar goedkeuring en liefde? Met als uitkomst dat ze eigenlijk heel ongelukkig was geworden?

Wellicht had Albert de groeven in haar neurodiverse brein veel dieper geslagen dan hij eigenlijk had bedoeld, en kwam zijn gedrag voort uit emotionele onwetendheid? Als Maaïke autisme zou hebben dan moest het natuurlijk wel ergens vandaan komen. Zou Albert niet zelf óók autisme hebben aangezien hij ook altijd zo snel overprikkeld is? Zou zijn eeuwige onrust daar vandaan komen? Zou hij zich daarom niet goed kunnen inleven in het wel en wee van zijn dochter?

Ze vroeg zich inmiddels al nachtenlang af of ze misschien eerder de stekker uit haar relatie met Maarten had durven te trekken als ze zich wél goed genoeg had gevoeld? Goed genoeg om de wereld aan te kunnen? Goed genoeg om zichzelf te kunnen zijn? Misschien had ze Maarten ook niet helemaal goed kunnen lezen en gaf zijn drukke karakter haar gewoon veel te veel prikkels, en had ze dat zo jong en