



VVA

MAGAZINE

Herfst 2023

Vlaamse Vereniging Autisme

Autismetelefoon 078/152 252

www.autismevlaanderen.be



Autisme en psychische kwetsbaarheid

Getekend door en voor het leven

Inhoud

Autisme en psychische kwetsbaarheid

Lynn



8



36

Onderweg

Mie



40

Getuigenis van een klaproos

Sophie

En verder:

4 > Nieuws van VVA • 5 > In de kijker • 12 > Reis naar Authenticiteit: Een verhaal van Transitie, Identiteit en Verbinding - Lounis • 15 > Wij delen jouw vraag • 16 > Als vertrouwen misbruikt wordt - Jacky • 22 > Onze 'kwaaienduvel' waar we zo trots op zijn! - Cindy • 28 > Autisme in beeld • 30 > Agenda • 32 > Hartcoherentie • 45 > Boek&zo

Het volgende magazine heeft als thema 'Autisme en ouderschap'. Wij zijn op zoek naar mensen die hun verhaal willen delen in dat magazine. Verhalen die niet in het magazine kunnen, worden op de WA-website gepubliceerd of kunnen opgenomen worden in WA-publicaties. Wil je graag jouw verhaal delen? Neem dan contact op met magazine@autismevlaanderen.be.

Voorwoord

Autisme en psychische kwetsbaarheid, het is zeker geen 'licht' thema dat vlot besproken wordt in het alledaagse leven. Om dit te doorbreken willen we het thema, en vooral de mensen die leven met een psychische kwetsbaarheid, aandacht geven. Taboes doorbreken, anderen erkenning en hoop geven, het is de intentie van de mensen die hun verhaal delen in dit magazine.

Lynn beschrijft wat er gebeurt in haar hoofd als in de realiteit alles fout loopt. Door een beeld te vormen met haar fantasie over wat er in haar gebeurt, begrijpt ze zichzelf beter. Ze wordt minder snel overspoeld door emoties en ze blokkeert minder. Door haar autisme en haar psychische kwetsbaarheid is ze de persoon geworden die ze nu is. Uit haar diepste pijn is de mooiste groei gekomen en die groei wil ze graag delen met anderen: gedreven zet ze zich in als ervaringswerker.

Een existentiële depressie had een zware impact op het leven van Lounis. Hij nam enkele fundamentele beslissingen die zijn leven een andere wending gaven. In zijn zoektocht naar zijn genderidentiteit botste hij op sociale regels die hij als autist niet altijd snapt. Dat maakte het voor hem moeilijk om zich te identificeren met het cultureel bepaalde gender van man of vrouw. Gender is en blijft voor Lounis nog steeds fluïde.

Dat hulp niet altijd helpend is, beschrijft Jacky in haar verhaal. Ze vertelt over haar ervaring met haar auticoach, die steeds meer een vriendin werd. Jacky was heel blij met die vriendschap, het was iets nieuws voor haar en ze wist niet wat een goede vriendschap eigenlijk inhield. Tot het helemaal fout liep en ze gebroken achter bleef.

In de podcast 'Het verhaal van Mathieu' vertelt Mathieu over zijn leven en zijn zelfmoordopgving toen hij 14 jaar was. Hoe hebben zijn ouders die periode beleefd? Mama Cindy deelt haar ervaring. Ze beschrijft hoe Mathieu was als kind en hoe ze, sinds zijn diagnose autisme, zijn gedrag anders interpreteert. Ondertussen is Mathieu een jonge twintiger en gaat het beter hem. Zijn ouders zijn trots op hun 'kwaaienduvel'!

Mie heeft een hele lijdensweg doorgemaakt. Tijdens een van de vele opnames in de psychiatrie begon ze te schilderen omdat ze de woorden niet vond. Schilderen heeft haar uiteindelijk geholpen om te praten over haar trauma's. Ze heeft een hele weg afgelegd en heeft zichzelf en haar autisme terug leren kennen.

Voor de ouders van Sophie was het loodzwaar om hun kind te ondersteunen in haar keuze voor euthanasie bij ondraaglijk psychisch lijden. Ze deden dat met veel begrip, zorg en respect. Ze hebben samen met haar én voor haar gepleit en gestreden, maar uiteindelijk moesten ze de hoogste prijs betalen voor haar geluk: haar laten gaan uit liefde. Door haar verhaal te delen willen de ouders van Sophie anderen aanmoedigen om hun psychisch lijden met anderen te delen en uit de onzichtbaarheid te treden.

Verder vind je in dit magazine meer uitleg over hartcoherentie, een methodiek om je welbevinden te verbeteren. We zetten graag de inleefsessie in de kijker: Carmen deelt haar ervaring als vrijwilliger in de inleefsessie die ze samen met Marc gaf in de gevangenis van Brugge.

*Veel leesplezier,
Marjan*