

Afspraken online praatavonden

'Autisme in een partnerrelatie'

Dit is een praatavond over het samenleven van **partners in een relatie**. Hierbij zijn **zowel de partners met autisme als de partners zonder autisme welkom**. Het uitwisselen van vragen, ervaringen en ideeën staat centraal. Alle praatavonden staan los van elkaar, je kunt dus naar één of meerdere avonden komen.

Voor wie?

Deze gespreksavonden zijn **alleen bedoeld voor persoonlijk betrokkenen dus (ex-)partners met en zonder autisme**, niet voor beroepskrachten of studenten.

Deze gespreksavonden **zijn bedoeld voor mensen die graag eigen ervaringen uitwisselen rond het thema 'autisme in een partnerrelatie'**, dus mensen die in een relatie zitten waarbij minstens één persoon (een vermoeden van) autisme heeft, ex-partners, singles met autisme die vragen hebben rond relaties,...

Visie op autisme

Autisme is onzichtbaar en heeft veel gezichten. Autisme wordt gekenmerkt door anders waarnemen, anders denken en voelen, en daardoor ook door ander gedrag. Iedere persoon meten zonder autisme is uniek. **In deze groep vermijden we daarom om te praten in stereotypen.**

We vertrekken **vanuit de mogelijkheden en sterktes** van alle betrokken partijen en zoeken naar oplossingen, zonder de noden en beperkingen uit het oog te verliezen. We beschouwen daarbij de beleving van mensen met en zonder autisme als gelijkwaardig aan elkaar.

Respect voor iedereen

Zorg ervoor dat iedereen zich welkom voelt. Heb respect voor ieders beleving en laat anderen uitspreken. Zorg dat iedereen die dat wenst, aan bod kan komen. Negatieve opmerkingen over bijvoorbeeld ras, religie, cultuur, seksuele geaardheid, geslacht of identiteit worden niet getolereerd.

Veiligheid en privacy

Dit moet een veilige groep zijn, vertel daarom niet door wat je hier te horen krijgt. Het is **niet toegelaten om screenshots** te nemen en **opnames** te maken.

We hebben graag dat we je tijdens de sessie toch even kunnen horen of zien. Geheel anoniem aanwezig zijn kan andere deelnemers een onveilig gevoel geven. We vragen dus om bij de voorstelling even je audio en/of video aan te zetten en ook even te vertellen wie je bent, zodat de gespreksbegeleiders en andere deelnemers ook weten wie mee volgt. De rest van de sessie mag je dan je audio en/of video af zetten.

Overige afspraken

- Wees **op tijd**. Ben je uitzonderlijk wat later, sluit dan aan in stilte.
- **Iedereen mag spreken**, niemand moet spreken tijdens de ervaringsuitwisseling. Heb je het moeilijk met het woord nemen, geef dan een teken aan de gespreksbegeleider. Tijdens online praatavonden kan je ook virtueel je 'handje' opsteken als je het moeilijk vindt om aan het woord te geraken.
- Wordt het even moeilijk? Je **mag het gesprek verlaten** zonder dit aan te kondigen of te verklaren. Je mag ook terugkomen wanneer je wil.

**Wil je deze afspraken graag samengevat delen in het begin van de sessie?
Dan kan je eventueel onderstaande tekst gebruiken:**

Deze gespreksavonden zijn bedoeld voor alle mensen die graag ervaringen uitwisselen rond het thema 'autisme in een partnerrelatie'.

In deze groep vertrekken we vanuit een positieve visie op autisme. We vertrekken vanuit demogelijkheden en sterktes van alle betrokken partijen en zoeken naar oplossingen, zonder de noden en beperkingen uit het oog te verliezen. We beschouwen daarbij de beleving van mensen met en zonder autisme als gelijkwaardig aan elkaar.

Heb respect voor ieders beleving en laat anderen uitspreken. Zorg dat iedereen die dat wenst, aan bod kan komen.

Negatieve opmerkingen over bijvoorbeeld ras, religie, cultuur, seksuele geaardheid, geslacht of identiteit zijn hier niet welkom.

Respecteer de privacy en vertel niet door wat je hier te horen krijgt. Maak geen screenshots of opnames.

Start de sessie even met audio en/of video en vertel bij de voorstelling even wie je bent en waarom je mee volgt. Dit creëert veiligheid voor alle deelnemers.

Wees op tijd. Ben je uitzonderlijk wat later, sluit dan aan in stilte.

Je kan virtueel je 'handje' opsteken als je het moeilijk vindt om aan het woord te geraken.