

De grootste transitie

Pas langzaam, heel langzaam dringt het door. De vraag blijft of het je ooit helemaal eigen wordt. Het laatste stukje van je leven, daar ben je mee bezig. Ja, het blijft ongewis hoewel je zo graag voor zekerheid kiest. Hier valt niets te kiezen normaal gesproken.

Al enkele jaren heb je het er over met ouderen onder elkaar. Het is een manier om het ongewisse je toch een beetje eigen te maken. Alleen plannen op korte termijn gelden nog. Een klein percentage van de mensen met autisme heeft een partner. Voor hen kan gelden: De kleinkinderen willen er al helemaal niet aan geloven, dat er een afscheid voorgoed in het zicht komt. Ze hebben daarover nog niet nagedacht. Ze reageren er vluchtig op, als je zegt dat je de achterkleinkinderen niet meer zult zien opgroeien. Een half uitgesproken mening komt er nog uit om dan weg te sterven. Het komt kennelijk toch een beetje binnen, kun je concluderen. Voor jezelf is het echter levensgroot, die toekomst zonder toekomst. Vragen over levenseinde, euthanasie, hospice opname, erfenis en dergelijke, willen besproken worden. Besproken zonder directe deskundige inmenging, gewoon als mensen onder elkaar.

Angsten en depressie spelen dikwijls een grote rol hierin. Ruim veertig procent van de mensen met autisme lijdt hieronder. Dit opvangen en omzetten naar minder druk met optimistische gesprekspartners is een kunststuk op zich. Daarvoor dien je eerst contact te hebben met elkaar.

De culturele achtergrond van de deelnemers vormt de te respecteren context. De één zal steun vinden in zijn geloof, de ander in bijgeloof en ook niet gelovigen dienen recht gedaan te worden in gesprekken. Opleiding en levenservaring zijn ook deel van de context. Normaal begaafde en hoog begaafde autistische mensen hebben veelal gebrek aan contacten na hun pensionering. Wat zou het plezierig zijn om bovengenoemde gevoelens te kunnen vertellen aan 'lotgenoten' in de zelfde leeftijdsgroep. Liefst één of enkele keren per maand in een klein groepje bij elkaar achter een kop koffie. Maar weinigen zullen - naar ik verwacht - hiertoe zelf het voortouw kunnen nemen. Door hun gebrek aan mobiliteit of louter door autistische eigenschappen.

Een (telefonische) bezoekenkring vormt is ook een optie.

In welke vorm ook, de groepssamenstelling zal steeds weer anders zijn, uiteraard.

In een groep - waar vertrouwen in elkaar gevonden wordt - komen zaken op alle levensgebieden aan de orde die anders open vragen zouden blijven.

Wat blijft voor allen is een doel om voor te leven. Hierbij kan ondersteuning in een groep een belangrijke rol spelen. Soms lijkt het of je doelloos doorgaat met leven, vegeteert. Dat moet zeker niet te lang duren, wil het niet in een depressie kunnen uitmonden.

Ik ben er hier van uitgegaan dat mensen met een lager niveau praktisch allen al ondersteuning genieten in een of andere vorm. Toch kan het bij hen ook een prangende vraag blijken te zijn. Ik hoop dat de begeleiding zich hiervan bewust is en er op in speelt. De zaken op het gebied van wenselijke verzorging zijn hierin buiten beschouwing gebleven. Ik vertrouw hiermede de wens van velen vertolkt te hebben.

Mar Wanrooij, februari 2015