



# Vriendschap

**Annelies Spek** (1975) is Klinisch Psycholoog en wetenschappelijk onderzoeker bij GGZ Eindhoven en Rijksuniversiteit Leiden. Ze doet onderzoek naar (de kwaliteiten, valkuilen en behandelmogelijkheden van) volwassenen met autisme. Ook geeft ze lezingen en trainingen over autisme bij volwassenen en is ze bestuurslid van het Consortium Autismespectrum-stoornissen (CASS 18+). Verder is ze als docent verbonden aan de RINO, waar zij voor psychologen en psychiaters nascholing verzorgt op het gebied van autisme.



In onze cultuur wordt veel waarde gehecht aan vriendschappen. Zoek met Google naar het woord 'vriendschap' en je krijgt meer dan 1.300.000 hits. Een ander treffend voorbeeld is de sociale netwerksite Hyves, waar de 10-miljoenste gebruiker zich inmiddels heeft aangemeld en waar bovenaan je pagina precies staat hoeveel 'vrienden' je hebt. Sommige mensen verzamelen vrienden alsof het voetbalplaatjes zijn.

Voor mensen met autisme die graag vriendschappen willen aangaan kan het confronterend zijn om te merken dat dit anderen zoveel gemakkelijker aangaat. Zoals een man met autisme aangaf: "Hoe doet men dat toch, vrienden krijgen? Mij lukt dat nooit". Je zou denken dat het gemakkelijker is voor mensen met autisme die geen of weinig behoefte hebben aan vriendschap, maar niets lijkt minder waar.

Ik hoor het vaak van familieleden van mensen met autisme: "Het zou toch fijn zijn als hij/zij wat meer vrienden zou hebben". Maar is dat niet vooral de wens van de mensen zonder autisme? Waarom is het slecht of jammer als je weinig vrienden hebt?

Misschien wordt hier iets geproblematiseerd wat helemaal geen probleem hoeft te zijn. Bij veel instellingen gebeurt het nog dat kinderen en volwassenen, nadat de diagnose autisme is vastgesteld, meteen naar een socialevaardigheidstraining worden 'gestuurd'. Daarmee zegt men dus dat het een probleem is dat je weinig vrienden hebt. Sommigen gaan dan hard hun best doen om socialer te worden, terwijl ze dit eigenlijk alleen maar spanningen oplevert. Het zou goed zijn als de hulpverleners beter leren luisteren naar de behoeften van mensen met autisme en het respecteren als zij niet de wens hebben om meer vriendschappen aan te gaan, dan is dit toch prima.

Zoals een mevrouw met autisme vertelde over haar kinderjaren: "Dan zat ik daar op het schoolplein in die vensterbank in mijn eentje en iedereen vond dat zielig. Maar ik was helemaal niet zielig, ik vond dat wel prima, in die vensterbank."

Is het niet bijzonder hoe mensen zonder autisme, die toch

geacht worden een goed ontwikkeld inlevingsvermogen te hebben, vaak niet (willen) begrijpen dat je prima kunt leven zonder vrienden? Misschien wordt het tijd dat zij hun ideeën en wensen daarin loslaten. Je kunt je zin om te leven ook halen uit andere dingen dan vriendschappen, zoals hobby's, verzamelingen of kennis.

Of zoals een jongen van 20 jaar hierover zei: "Vroeger dacht ik altijd dat het erg belangrijk was om vrienden te hebben, want iedereen heeft dat. In een cursus heb ik gehoord dat echte vriendschap zeldzaam is. Had ik dat maar eerder gehoord, dat had me veel moeite gescheeld." ■



illustratie: René Hazebroek