

Zakochani z zespołem Aspergera : FAQ

Sekcja 1 – Pytania zadawane przez partnera AS

Pytanie 1 . Czytałem, że posiadanie ZA oznacza, że nie mogę okazywać empatii. Wierzę, że współczuję ludziom wokół mnie, więc czy to prawda?

Według Collins Dictionary empatia oznacza „moc rozumienia i wyobraźniowego wchodzenia w uczucia drugiej osoby”. Takie jest prawdziwe znaczenie empatii i stąd odpowiedź na pytanie: „Czy osoby z zespołem Aspergera potrafią odczuwać empatię wobec innych” brzmi „nie”. Dlaczego więc wiele osób z ZA wierzy, że potrafią wczuć się w sytuację? Posiadanie zespołu Aspergera nie jest równoznaczne z brakiem uczuć i nie oznacza niezdolności do przywołania tych uczuć i zastosowania ich do kogoś innego w sytuacji, którą osoba dorosła z zespołem Aspergera postrzega jako podobną do tej, w której kiedyś się znajdowała. Opierać się wyłącznie na wspomnieniach osoby z ZA na temat tego, jak się czuła, nie będzie ona w stanie połączyć się ani wyobrazić sobie uczuć drugiej osoby. Na przykład: Mężczyzna, u którego zdiagnozowano ZA, przyszedł z żoną. Podczas konsultacji poruszono temat empatii i przekonywał, że wbrew temu, co mówiła jego żona, potrafił się z nią wczuć. Zapytano, czy mógłby opisać czas, kiedy był w stanie to zrobić. Podał niedawny przykład, kiedy jej matka została przewieziona do szpitala po wylewie, powiedział, że jego żona była bardzo zestresowana tym i był w stanie zrozumieć, jak się czuła. Zapytałem go, jak on się czuje, a on odpowiedział, że musiała być tym bardzo zdenerwowana. Następnie opisał czas, kiedy jego ojciec nagle zachorował i został przewiezony do szpitala; pamiętał, jak niewygodne i denerwujące było nieoczekiwane zachorowanie rodzica. Jego żona powiedziała w tym momencie, że gdyby zrozumiał, nie byłby wobec niej tak nieczuły. Twierdził, że tylko próbował pomóc jej w prowadzeniu codziennego życia. Jego żona wyjaśniła, że była rozpaczliwie zdenerwowana tym, co się stało i że czuła się niezdolna do radzenia sobie z codziennymi obowiązkami. Zasugerował jej, aby powstrzymała się od gadania o matce i poświęciła więcej uwagi opiece nad domem i przygotowywaniu obiadu. Okazało się, że kiedy jego ojciec nagle zachorował, postąpił z tym bardzo logicznie i skupił się na praktycznych kwestiach utrzymania biznesu ojca na właściwym torze. Uważał, że jej uczucia są takie same jak jego własne, więc nie zdając sobie sprawy, jak szkodliwe były jego komentarze, spowodował niepokój swojej żony. Wierzył, że wczuwa się w jej sytuację i wierzył, że odniesie korzyść z wykonywania prac domowych, zamiast mówić o swoich troskach o mamę. Opierał to jednak na własnym doświadczeniu, a nie na jej. Jest to obszar, nad którym spędza się dużo czasu pracując z parami i często używa analogii, że nawet jeśli stoją na tej samej górze, patrzą w różnych kierunkach i zupełnie inaczej odczuwają to, co widzą, przeżywać i czuć.

Pytanie 2. Dlaczego moja partnerka nie może mi po prostu powiedzieć, czego ode mnie oczekuje?

To pytanie często słyszę od mężczyzn z zespołem Aspergera. Mówią, że gdyby ich partnerzy po prostu powiedzieli im, czego chcą, byliby w stanie to dla nich zrobić. Na ten komentarz partner NT często odpowiada, że wyrażanie swoich myśli nie wydaje się naturalne, a gdyby ją kochał, automatycznie wiedziałby, czego ona chce. Zdolność odczytania jej stanu emocjonalnego i odgadnięcia, czego ona chce, nie jest automatyczna ani nawet dostępna dla dorosłych z ZA i jeśli nie jest gotowa zwerbalizować tego, czego chce, jest mało prawdopodobne, że będzie wiedział, że jest to wymagane lub pożądane. Posiadanie AS oznacza, że nie jest on w stanie czytać w myślach i oferować swoim partnerom emocjonalnych odpowiedzi w sposób, który jest automatycznie dostępny dla większości ludzi NT. Ze względu na ciągłe niepowodzenia w robieniu tego dobrze, partner z ZA będzie jeszcze mniej skłonny do odgadywania, co powinien powiedzieć lub zrobić w miarę upływu czasu. Wydaje mu się, że rozwiązanie tego problemu jest takie proste i będzie mu trudno zrozumieć, dlaczego ona niechętnie udziela mu informacji, których potrzebuje. Jeśli partner NT nie powie mu, co czuje i czego od niego chce, spowoduje to ciągłe zerwanie komunikacji między nimi i oboje poczują się zranieni i urażeni.

Partnerowi NT trudno jest przystosować swoją interakcję z nim do tego formatu i nadal wierzyć, że tak nie jest, ponieważ nie dba o jej uczucia. Może zająć jej trochę czasu, zanim przystosuje się do tego nowego sposobu komunikowania się, ale jest to niezbędne, jeśli związek ma się udać i na pewno jest to warte wysiłku, ponieważ pomoże uniknąć poczucia bycia niesłyszonym, uznanym i niedocenionym. Tak więc złoty edykt dla partnera NT brzmi: „mów, co masz na myśli i masz na myśli to, co mówisz”.

Pytanie 3. Moja żona była przywiązana do mnie w łóżku, a potem stała się wrogo nastawiona, kiedy próbowałem się z nią kochać, dlaczego?

Osoby z zespołem Aspergera mogą bardzo utrudniać odczytywanie niewerbalnych sygnałów wysyłanych przez partnerów lub umieszczanie rzeczy w kontekście. Kobieta może być czuła z wielu powodów; może być tak, że czuje się niepewnie, niekochana, a może dlatego, że chce czuć się blisko swojego partnera. Nie oznacza to automatycznie, że ma ochotę na seks. Bardzo ważne jest, aby para dowiedziała się, że może dać mu znać, jeśli chce, żeby się z nią kochał. Może uda im się wynegocjować sposób, w jaki zareaguje na niego, czy to w sposób seksualny, kiedy go dotyka, czy też otwarcie wyrażając to, czego chce, aby wyeliminować możliwość popełnienia błędu. Z czasem stanie się częścią procesu kochania się i może pomóc w ulepszeniu tego intymnego aktu, ponieważ usunie strach przed popełnieniem błędu. Może być trudno być bardziej otwartym i słownym w procesie kochania się, ponieważ seks jest czasami jedyną rzeczą w związku, o której para nie rozmawia. Może jej być trudno powiedzieć, czego chce w kontekście sypialni, ale z praktyką staje się to łatwiejsze.

Pytanie 4. Nastroje mojej żony zmieniają się całkowicie raz w miesiącu i staje się bardzo zła i wrogo nastawiona do mnie. Dlaczego?

To, co opisuje ten mężczyzna, to napięcie przedmiesiączkowe (PMT) i jest to aspekt kobiet, który wielu mężczyznom trudno jest zrozumieć lub opanować. Dla mężczyzny z ZA może to być comiesięczny osobisty atak na niego, który może doprowadzić do trwałego przyklejenia kobiecie etykiety wrogiej, mściwej i wściekłej. To, jak to jest być przedmiesiączkowym, a hormony spustoszenia mogą igrzać z emocjami, jest trudne dla mężczyzny, z Zespołem Aspergera, aby umieścić go w kontekście. Dla niego niekonsekwencja w jej nastrojach jest bardzo trudna do przewidzenia, a ze względu na podwyższoną wrażliwość na krytykę, jaka może dotknąć dorosłego z ZA, można odnieść wrażenie, że PMT to tylko pretekst do ataku. Mężczyzna z ZA często skupia się tylko na nastrojach swojej partnerki i na tym, jak ona na niego reaguje, jest mało prawdopodobne, aby zracjonalizował, że chodzi o PMT, a nie o niego. Niektóre pary prowadzą dziennik, aby mógł zostać ostrzeżony o tym, kiedy prawdopodobnie znajdzie się w fazie napięcia przedmiesiączkowego. Jeśli może dowiedzieć się więcej o kobiecym ciele, może to pomóc w jego zrozumieniu. Jednak był jeden przypadek, w którym mężczyzna dowiedział się od kolegi, że żona jego kolegi nie doświadczyła PMT, ponieważ przeszła histerektomię. Tej nocy zasugerował swojej żonie, że ona również powinna mieć histerektomię, ponieważ wtedy byłaby mniej złą osobą. Rzeczywiście rozgniewała się na jego propozycję i oskarżyła go o bycie bardzo samolubnym. Czasami, jeśli osoba trzecia wyjaśni mu efekty PMT, może to lepiej zrozumieć i łatwiej będzie mu to zaakceptować. Ważne jest również, aby kobieta była w stanie zracjonalizować, że sposób, w jaki się czuje, wynika z PMT, a nie dlatego, że jej partner z AS robi coś szczególnie innego. Być może zgodzi się nie rozmawiać o drażliwych sprawach o tej porze miesiąca lub ma bliskiego przyjaciela, na którym może dać upust swoim uczuciom. Ćwiczenia fizyczne mogą być dla niej również doskonałym sposobem na zmniejszenie napięcia przedmiesiączkowego.

Pytanie 5. Moja partnerka ciągle mnie krytykuje, czuję, że nic nie mogę dla niej zrobić dobrze. Dlaczego cały czas mnie poniża?

Wielu mężczyzn z ZA skarży się, że partnerki nieustannie ich poniżają i krytykują. U dorosłych z ZA często występuje podwyższona wrażliwość na wszelkie formy postrzeganej krytyki. Może to sprawić,

że partnerowi będzie niezwykle trudno rzucić mu wyzwanie, doradzić mu lub po prostu spróbować być jego przyjacielem. Kobieta może czuć się wyczerpana i zmęczona ciągłym oskarżeniem o atakowanie swojego partnera, gdy często tylko próbuje pomóc. Komunikacja jest tutaj kluczową kwestią; tak często zdarza się, że przekaz został błędnie zinterpretowany przez odbiorcę, co powoduje raczej reakcję niż odpowiedź na to, co zostało powiedziane. Praca nad poprawą komunikacji jest niezbędna w relacjach z AS, ponieważ wymaga zupełnie innego sposobu mówienia i słyszenia. Osiągnięcie tego wymaga czasu i praktyki, ale włożony wysiłek błędnie w porównaniu z uzyskanymi wynikami. Samo użycie „ja” zamiast „ty” może mieć ogromne znaczenie. Słowo „ty” może wydawać się bardzo oskarżycielskie, a stwierdzenia typu: „Musisz coś zrobić ze swoim zachowaniem, kiedy wychodzimy”, mogą brzmieć jak krytyka i atak. Jeśli to samo stwierdzenie brzmi: „Wiem, że bardzo się starasz, ale obawiam się, że ludzie źle rozumieją twoje intencje, gdy nie podasz im ręki”, może brzmieć znacznie lepiej. Dla osoby dorosłej z zespołem Aspergera może być trudno umieścić rzeczy w kontekście i może on usłyszeć tylko część tego, co zostało powiedziane, dlatego dobór słów i ilość informacji podanych w jednym zdaniu jest bardzo ważna. Komunikowanie się w inny sposób można osiągnąć między parą, jeśli oboje są zaangażowani w związek i mają nastawienie i energię, aby to zadziało. Napisałem więcej o strategiach poprawy komunikacji w drugiej połowie Zespołu Aspergera.

Pytanie 6. Dlaczego moje małe dzieci nigdy nie chcą, żebym spędzał z nimi czas?

Pomysłowe zabawy i gry polegające na robieniu z siebie głupka mogą wydawać się prawie niemożliwe dla osoby dorosłej z ZA. Umiejętność zabawy na poziomie dziecka oznacza umiejętność zrozumienia jego psychiki i etapu rozwoju, na jakim się znajduje. JAK dorośli nie mogą tego zrobić i dlatego są bardziej skłonni rozmawiać i traktować swoje dzieci jak dorosłych. Dzieci to wyczuwają i mogą powiedzieć: „Tata nie jest zabawny do zabawy” lub „Chcemy, żeby mama bawiła się z nami, a nie tata!” Może to zranić dorosłego z ZA, który choć będzie świadomy, że jest to dla niego trudne dołączyć do dzieci, poczuje, że robi wszystko, co w jego mocy. Może to spowodować, że całkowicie się wycofa i przestanie uczestniczyć w zabawach dla dzieci. Ważne jest, aby spróbować znaleźć rzeczy, które mogą sprawiać przyjemność zarówno ojcu, jak i dziecku, może to być wspólne czytanie, jazda na rowerze lub po prostu dzielenie się obowiązkami domowymi. Dzieci muszą czuć, że rodzic chce uczestniczyć w jakiejś części ich życia i jeśli można znaleźć jakąkolwiek wspólną płaszczyznę między dzieckiem a rodzicem z ZA, należy nad tym popracować i ją rozwinąć. Na przykład jeden nastolatek powiedział, że jest naprawdę dumny ze swojego taty, ponieważ za każdym razem, gdy organizowali w szkole wieczór quizu rodzinnego, jego tata wygrywał.

Pytanie 7. Dlaczego moja żona zawsze zarzuca mi, że nie słucham tego, co ona mówi, skoro jestem pewien, że dzieje się tak dlatego, że mi nie powiedziała?

Dorośli z zespołem Aspergera mogą mieć bardzo wybiórczą pamięć. Może to być wynikiem rozproszenia uwagi lub, jeśli rozmowa dotyczy uczuć i emocji, jest mało prawdopodobne, że prawidłowo zrozumiał treść i dlatego nie wszystkie wiadomości zostaną zachowane. Kiedy problem został spowodowany rozproszeniem uwagi, dzieje się tak dlatego, że osoba dorosła z ZA ma trudności z radzeniem sobie z więcej niż jednym problemem lub tematem na raz. Jeśli podczas wygłaszania przestania dzieje się wiele rzeczy, może łatwo przegapić wiele z tego, co zostało powiedziane. Zbyt często dużo się dzieje w domu rodzinnym i należy wziąć pod uwagę, że jeśli to możliwe, ważne wiadomości powinny być zaplanowane na spokojne chwile. Innym powodem, dla którego mógł nie usłyszeć przekazanej wiadomości, jest treść rozmowy. Rozmowy o emocjach i uczuciach są często prowadzone w sposób abstrakcyjny i niejednoznaczny. Może to być mylące dla partnera z ZA, chyba że wiadomość zostanie przetłumaczona na zrozumiały dla niego język. Ten język jest konkretny i logiczny i jeśli jest przekazywany w spokojnej atmosferze, zostanie usłyszany i zrozumiany. Nowy sposób mówienia jest często jedyną drogą do przodu.

Sekcja 2 – Pytania zadawane przez partnera NT

Pytanie 1 Mój partner poszedł na diagnostykę i powiedziano mu, że ma tylko cechy autystyczne. Co to znaczy?

Niektórym dorosłym z zespołem Aspergera, którzy zostali zdiagnozowani, powiedziano, że nie mają zespołu Aspergera, ale mają cechy autystyczne. Efektem może być to, że opuszczają salę konsultacyjną nie do końca rozumiejąc co to oznacza i jakie są tego konsekwencje. Po pierwsze, należy powiedzieć, że bez względu na wynik diagnozy, zawsze jest to wyłącznie opinia osoby stawiającej diagnozę oraz tego, w jaki sposób wykorzystuje ona poszczególne kryteria i informacje, które są jej dostępne do postawienia diagnozy. Wiedza i znajomość zespołu Aspergera przez profesjonalistów będzie wpływać na diagnozę. Takie zmienne, jak to, czy są bardziej zaznajomieni z autyzmem niż zespołem Aspergera lub czy pracują z dorosłymi z ZA lub dziećmi, mogą mieć wpływ na ich świadomość. Rodzaj zadawanych pytań i sposób ich zadawania mogą również wpływać na diagnozę. Na przykład wielu dorosłych z ZA zapytanych, czy mieli przyjaciół jako dzieci, odpowie „tak”. Czasami jednak rzeczywistość jest zupełnie inna i należy dokładnie sprawdzić postrzeganie „przyjaciela” przez osobę z ZA. Inną rzeczą, która może mieć wpływ na diagnozę, jest zdolność osoby z ZA na przestrzeni lat do ukrywania bardziej oczywistych objawów ZA. Niektórzy dorośli z ZA zgłaszali, że bardzo ciężko pracują nad rozwijaniem swoich umiejętności społecznych i są w stanie przez ograniczony czas utrzymać dobry pokaz umiejętności społecznych, takich jak kontakt wzrokowy i mowa ciała. Jest to dla nich bardzo trudne do utrzymania przez dłuższy czas, ale proces wywiadu rzadko trwa dłużej niż trzy godziny, a pod pewnymi względami wiele pytań jest przewidywalnych, zwłaszcza jeśli osoba z ZA jest dobrze poinformowana o trudnościach, jakie może powodować ZA. Profesjonalista dokonujący diagnozy musi wziąć to pod uwagę. Dlatego jeśli osoba dorosła z ZA jest w długotrwałym związku, ważne jest, aby zabrał ze sobą swojego partnera, aby wziął aktywny udział w tym procesie. Partner często zna go lepiej niż ktokolwiek inny, a w dorosłym życiu często lepiej niż jego rodzice. W niektórych przypadkach wymagana jest obecność rodziców podczas diagnozy i jest to idealne rozwiązanie, jeśli osoba z ZA jest dzieckiem lub młodym dorosłym, ale nie, jeśli jest starszą osobą dorosłą i jest w długotrwałym związku. Wspomnienia rodziców będą retrospektywne i mogą być niezamierzenie stronnicze, rodzice nie będą chcieli usłyszeć, że ich dorosłe dziecko ma zespół Aspergera. Może to wywołać u nich poczucie winy, że zawiedli swoje dziecko, nie będąc świadomymi, że problemy, których doświadczało ich dziecko, były w rzeczywistości spowodowane ZA. Znam przypadki, kiedy tak się stało, a ostateczna diagnoza została zachwiana przez niektóre odpowiedzi udzielone przez rodziców. Odpowiedzi udzielane przez rodziców nie zawsze były trafne, a ostateczna diagnoza dotyczyła cech autystycznych. Wpływ, jaki może to mieć na osobę dorosłą z zespołem Aspergera, może być druzgocący i sprawić, że poczują się jak fałszywi. W jednym przypadku, gdy tak się stało, mężczyzna udał się później do drugiej opinii ze swoim partnerem i powiedziano mu, że najwyraźniej ma zespół Aspergera. Dopiero wtedy poczuł się doceniony i nie ponosi już odpowiedzialności za trudności, jakie napotykał w roli męża i ojca. Poleciłbym każdemu, kto ma diagnozę, aby zasięgnął drugiej opinii, jeśli nie jest z niej całkowicie zadowolony. Byłoby bardzo niezwykle, gdyby ktoś, kto sam zdiagnozował, się mylił. Jest jednak znacznie bardziej prawdopodobne, że to partner z NT wykryje obecność ZA i równie prawdopodobne jest, że znajdzie się mocne poparcie dla jej hipotezy.

Pytanie 2. Teraz, gdy jest świadomy, że ma ZA, czy będzie mógł się zmienić?

To, czy partner z ZA podejmie wysiłek zmiany, zależy od wielu czynników. Najważniejsze chyba jest to, czy faktycznie akceptuje diagnozę i fakt, że są w nim rzeczy, które trzeba zmienić dla dobra związku. Akceptacja diagnozy jest kluczowa dla ewentualnej zmiany. Spotkałem niektórych dorosłych, którzy wiedzą, że mają ZA, ale odmawiają zaakceptowania tego, często ponieważ uważają, że zaszkodziłoby to ich postrzeganiu siebie. Może to również oznaczać, że będą musieli wziąć odpowiedzialność za

niektóre problemy w związku i zaakceptować, że są rzeczy, których nie mogą zrobić. To relacje, w których odrzuca się AS, są bardziej narażone na rozpad, ponieważ partner z AS prawdopodobnie zrzuca winę na zewnątrz. Bardzo często dotyczy to partnera NT, któremu prawdopodobnie zostanie zabroniony nawet wspomnianie słów zespół Aspergera. Tak więc odpowiedź na pytanie brzmi: tak, może wprowadzić pewne zmiany, ale tylko wtedy, gdy partner zaakceptuje, że ma ZA, jest świadomy jego wyniszczających czynników i rozwija zrozumienie tego stanu. Jeśli tak się stanie, jest bardziej prawdopodobne, że będzie w stanie wprowadzić pewne zmiany w swoim zachowaniu i nauczyć się dokładniej rozumieć swojego partnera i jego potrzeby.

Pytanie 3 Czy leki mogą pomóc złagodzić objawy zespołu Aspergera?

Prawdopodobieństwo wystąpienia lęku i depresji jest większe u osób z zespołem Aspergera niż w grupach kontrolnych. W niektórych przypadkach leki przeciwdepresyjne okazały się skuteczne w kontrolowaniu lęku i łagodzeniu stresu. Nie będą miały żadnego wpływu na podstawowe objawy zespołu Aspergera, ale mogą złagodzić niepokój, stres, a czasem depresję, które mogą być konsekwencją ZA. Nie jest to zaskakujące, gdy weźmie się pod uwagę presję, jaką społeczeństwo wywiera na jednostkę, aby była akceptowalna i skuteczna w komunikacji i interakcji. Niektórzy dorośli z zespołem Aspergera uważają, że pomysł przyjmowania leków jest odrażający i są bardzo podejrzliwi co do wpływu, jaki to na nich wywrze. Może to być oparte na wcześniejszych doświadczeniach, gdy leki nie zadziałały lub może to być wiadomość przeniesiona z rodziny. To będzie bardzo obezwładniające i trudne do zmiany; w niektórych przypadkach może to powodować jeszcze większy niepokój i stres u osoby dorosłej z zespołem Aspergera, jeśli czuje się pod presją przyjmowania leków.

Pytanie 4. Dlaczego mężczyźni są bardziej dotknięci niż kobiety?

Mam kontakt z coraz większą liczbą kobiet z zespołem Aspergera. Zdaję sobie również sprawę, że kobiety są często znacznie trudniejsze do wykrycia niż mężczyźni. Kobiety z ZA bardzo starają się być postrzegane jako „normalne” i często bardzo ciężko pracują, aby to osiągnąć. Na przełomie wieków mężczyzna AS mógł być uważany za po prostu zachowującego się jak mężczyzna. Bardziej subtelne oznaki stanu mogły zostać przeoczone lub po prostu uznane za dziwne lub ekscentryczne. Jednym z powodów, dla których może się teraz wydawać, że ZA występuje coraz więcej mężczyzn, jest prawdopodobnie sposób, w jaki kobiety kwestionują obecnie to zdystansowane i nieprzywiązane zachowanie. W przeszłości kobiety nie byłyby w stanie tego zrobić. Kobiety w związkach mają teraz więcej praw i mogą stawiać więcej wymagań swoim partnerom; nie są tak zależni od swoich partnerów i czują się zdolni do kwestionowania jego zachowania. W związku z tym często to partner NT rozpoznaje, że zespół Aspergera może wpływać na związek. Możliwe, że gdy więcej wiedzy wyjdzie na jaw, mężczyźni również zaczną ją rozpoznawać u swoich partnerek. Wszystkie kobiety z ZA, z którymi się zetknąłem, były w związkach z mężczyznami, którzy również byli w spektrum autystycznym i we wszystkich przypadkach to kobieta stała się świadoma ZA w sobie. Gdyby jej partner nie był w spektrum autystycznym, nie wiemy, czy zdał sobie sprawę, że ma ZA. Kobiety z ZA są znacznie bardziej zdolne do ukrywania problemów i trudności, jakie to powoduje, i wydają się wkładać w to dużo więcej wysiłku. Więc chociaż wydaje się, że zespół Aspergera dotyka więcej mężczyzn niż kobiet, różnica może nie być tak duża, jak się obecnie uważa.

Pytanie 5. Kiedy opisałam zachowanie mojego męża przyjaciółce, powiedziała, że jest po prostu „mężczyzną”. Czy ona ma rację?

Wiele kobiet opisuje sytuację, w której przyjaciel lub powiernik powiedział im, że zachowanie ich partnera nie różni się od zachowania innych mężczyzn. Powiedziano im, że ich partner jest po prostu mężczyzną! Takie komentarze mogą być bardzo szkodliwe i sprawić, że partner NT poczuje, że zbyt mocno ocenia swojego partnera lub że jej oczekiwania dotyczące wsparcia emocjonalnego w związku

są zbyt wygórowane. To nie może być dalsze od prawdy; ich oczekiwania nie są ekstremalne i mieszczą się w możliwościach większości mężczyzn, którzy nie mają zespołu Aspergera. Największą różnicą między mężczyznami z zespołem Aspergera a mężczyznami, którzy go nie mają, jest wybór. Człowiek NT może zdecydować się na emocjonalne wsparcie swojej partnerki, może wziąć na siebie większą odpowiedzialność za związek i może wczuć się w jej uczucia. Człowiek AS nie ma tego wyboru i nie może robić tych rzeczy, po prostu nie ma takiej możliwości. Chodzi raczej o to, że nie można zrobić, niż nie zrobić. Jest to jeden z pozytywów w odkrywaniu AS jest przyczyną niektórych problemów. Kobiety Nowego Testamentu wiedzą teraz, że jej partner nie jest wobec niej samolubny ani mściwy. Miała rację w swoich założeniach, że coś głębszego było nie tak i nie dlatego, że traciła zdrowie psychiczne.

Pytanie 6. U mojego męża zdiagnozowano ZA, ale nie ma on żadnych szczególnych obsesji.

Posiadanie tendencji obsesyjnych jest postrzegane jako jedno z kryteriów zespołu Aspergera, a jednak wiele par twierdzi, że partner z ZA nie ma wyraźnych tendencji obsesyjnych ani specjalnych zainteresowań. Kiedy mi się o tym mówi, często sięgam głębiej. Mogę najpierw zapytać o jego zawód i odkryć, że spędza w pracy tyle czasu, ile tylko może. Mogę wtedy odkryć, że pracuje przy komputerach albo że jest inżynierem. Pewien człowiek, którego spotkałem, był maszynistą pociągu i wiedział wszystko, co mógł wiedzieć o pociągach. Jego rodzina nie uważała tego za obsesję, ponieważ była to jego praca, ale w rzeczywistości tak było,

była jego obsesją i stała się jego wybraną karierą. Czasami zakłada się, że obsesja lub szczególne zainteresowania osoby z zespołem Aspergera musiałyby być dziwne lub niezwykle. Nie zawsze tak jest i przy tak wielu różnych możliwościach kariery w dzisiejszych czasach nie jest niczym niezwykłym, że wybór pracy jest przedmiotem szczególnego zainteresowania. W innych przypadkach odkryłem, że obsesją może być oglądanie telewizji lub praca w ogrodzie, żadna z tych czynności nie wydaje się niezwykła, ale jeśli nagle zostaną one ograniczone lub odmówione osobie dorosłej z zespołem Aspergera, stres i niepokój mogą wzrosnąć. Jest to dość typowe w przypadku zachowań obsesyjnych.

Pytanie 7. Czytałem, że mężczyźni z ZA nie radzą sobie zbyt dobrze z finansową stroną związku. Mój mąż zajmuje się wszystkimi rachunkami i rachunkami i robi to bardzo dobrze. Czy różni się od innych mężczyzn swoim stanem?

Nie, nie jest inny, po prostu ma zdolności, a nie niepełnosprawność w tej dziedzinie. Odkryłem, że wydaje się, że u dorosłych z ZA jest bardzo mało odcieni szarości i wydaje się, że powoduje to całkowite przeciwieństwa w niektórych typach przejawianych zachowań. Może się wydawać, że dorośli AS są spolaryzowani na obu końcach skali i istnieje sytuacja albo/albo. Na przykład niektórzy mężczyźni z ZA są nieskazitelni pod względem wyglądu, doboru ubrań i higieny osobistej. Inni nie mają żadnego wycucia w kwestii ubioru i wydają się nie przejmować swoim wyglądem lub, w niektórych przypadkach, czystością ciała. Niektórzy mężczyźni AS są fanatykami czasu i nigdy się nie spóźniają, podczas gdy inni nie mają pojęcia o czasie i zawsze spóźniają się z harmonogramem. To biegunowe przeciwieństwo można zastosować w wielu aspektach życia, w tym także w umiejętności radzenia sobie z problemami finansowymi. Nikt nie jest całkowicie pewien, dlaczego to zjawisko wydaje się być widoczne w ZA i wprowadza zamieszanie u każdego, kto próbuje ocenić, czy dana osoba ma zespół Aspergera. Jest to bardzo widoczne, gdy osoba dorosła z NT opisuje zachowanie i nawyki swojego partnera innej osobie w tej samej sytuacji, która następnie opisuje swojego partnera z zespołem Aspergera jako całkowicie przeciwnego. Wydaje się oczywiste, że AS ma zdolność do wyolbrzymiania naturalnych cech jednostki. Jeśli więc dorosły miał zdolność radzenia sobie w sprawach finansowych, to z zespołem Aspergera może wyolbrzymiać tę cechę, a jego zdolność może wydawać się granicząca z perfekcjonizmem.

Pytanie 8. Mój partner spędza cały swój czas przy komputerze; kładzie się do późna i nie spędza ze mną czasu. Czuję, że woli komputer ode mnie. Czy mogę to jakoś zatrzymać?

Komputery i AS mogą być bardzo kompatybilne, a po dodaniu Internetu może wydawać się bezpiecznym miejscem do eksploracji przez AS. Może zdobywać informacje i badać swoje zainteresowania bez konieczności rozmawiania twarzą w twarz z drugą osobą lub opuszczania bezpiecznego biura lub gabinetu. Internet może dostarczyć mu wszystkich potrzebnych informacji na temat jego szczególnych zainteresowań, a e-maile są często jego preferowanym sposobem komunikowania się. Jednak osoba z ZA może mieć tendencję do obsesji na punkcie korzystania z komputera i nie mieć ochoty na nic więcej. Podobnie jak słuchanie muzyki czy oglądanie telewizji, pozwala mu to skupić się na jednej konkretnej rzeczy i wyłączyć wszystko inne. Jest to dla niego forma relaksu. Ważne jest, aby partner NT wynegocjował i poszedł na kompromis w sprawie czasu spędzonego przed komputerem, zanim stanie się on zbyt obsesyjny. Musiałaby to być forma kompromisu, którą rozumiał i która miała dla niego sens. Nie ma sensu mówić, że nie może spędzać czasu przy komputerze, ponieważ zamiast tego chcesz, żeby oglądał z tobą telewizję. Jego logika zadałaby pytanie, dlaczego nie pozwolono mu usiąść przed jednym ekranem, ale kazano usiąść przed innym. Musiałby zrozumieć, że chcesz, aby był z tobą i spędzał razem wartościowy czas. Tym wartościowym czasem może być wspólny spacer z psem lub wykonywanie ulubionej czynności, być może spędzanie czasu z dziećmi lub pomaganie im w odrabianiu lekcji. Jest w stanie negocjować i zrozumieć rozum, jeśli zostanie mu przedstawiony w sposób, który ma logiczny sens.

Pytanie 9. Odkryłam, że mój mąż spędza czas na kanale pornograficznym w Internecie, ale kiedy go wyzwałam, nie miał pojęcia, jaki ból mi to sprawia. Jak to możliwe, skoro on wie, że chcę zachować wyłączność tej części naszego związku?

Dostępność pornografii w Internecie zaczyna stwarzać coraz więcej problemów w związkach, niezależnie od tego, czy jeden z partnerów ma AS. Internet przenosi seks i dostępność seksu prosto do naszych domów. W przeszłości, jeśli ktoś chciał obejrzeć pornografię lub skontaktować się z dostępną kobietą, musiał tego szukać albo w magazynach kontaktowych, w sex shopach, albo w strefach czerwonych latarni. Tak już nie jest, a seks jest teraz dostępny za jednym kliknięciem. Sporo mężczyzn AS, z którymi rozmawiałem, wyraziło niemal młodzieńczą ciekawość kobiet i seksu. Większość miała bardzo niewielu, a często tylko jednego partnera seksualnego. Niektórzy są w związkach, w których seks nie ma miejsca i wybrali celibat lub samozadowolenie w postaci masturbacji. Kanały porno mogą wydawać się idealnym sposobem na odkrywanie i odkrywanie seksu bez kontaktu z ludźmi. Kiedy partner NT odkryje, co robił, reakcja dorosłego AS będzie często pełna usprawiedliwienia, że jego działania nikogo nie skrzywdziły i że nie był niewierny. Może wykazywać całkowity brak skruchy lub świadomości, że jego działania wywołałyby tyle bólu i złości. Wynika to z tego, że nie jest w stanie zobaczyć rzeczy z perspektywy partnera; będzie widział rzeczy tylko ze swojej własnej perspektywy. Jeśli patrzył na pornografię z ciekawości i nigdy nie myślał o niewierności lub posunięciu się dalej, będzie oczekiwał, że jego partner to zrozumie i nie będzie przez to zagrożony. Ponadto, gdyby wcześniej w związku nie zostało wyjaśnione, że jest to coś, czego nie wolno mu robić, mógł poczuć, że jest to do zaakceptowania. Zasady i granice muszą być bardzo dokładnie przedyskutowane i ustalone przez parę; nigdy nie można zakładać, że niepisane zasady będą automatycznie przestrzegane. Jeśli AS ma już obsesję na punkcie pornografii internetowej, musi zdać sobie sprawę, że jeśli będzie kontynuował swoją obsesję, związek z jego partnerem może się skończyć. Będzie wtedy musiał zdecydować, co jest dla niego ważniejsze, związek z partnerem czy spędzanie czasu na kanałach porno.

Pytanie 10. Dlaczego jest w stanie wykonywać odpowiedzialną pracę, a ja nie mogę mu powierzyć opieki nad dziećmi?

To właśnie sprawia, że AS jest takim paradoksem i dezorientuje tak wielu ludzi. Osoba dorosła z ZA jest często bardzo kompetentna i wydajna w swoim obszarze pracy oraz w radzeniu sobie z praktycznymi i logicznymi zadaniami, które są łatwe do przewidzenia. Niestety, dzieci nie są praktyczne ani logiczne, a z pewnością nie są przewidywalne. Należy pamiętać, że zespół Aspergera nie wpływa na intelektualną część mózgu ani na część mózgu, która używa logiki. Ma jednak wyniszczający wpływ na społeczny segment mózgu, części mózgu, które potrafią czytać w myślach i automatycznie rozumieć stan psychiczny innej osoby na podstawie otrzymywanych sygnałów. Opieka nad dziećmi wymaga wielu umiejętności, które dla większości dorosłych NT są dość automatyczne i po prostu „wiedzą”, co robić w różnych sytuacjach. Dorośli z ZA często potrzebują instrukcji lub informacji, co robić, zwłaszcza jeśli zdarzy się coś nieoczekiwanego. Innym obszarem, który może mu utrudniać opiekę nad dziećmi, jest rozproszenie uwagi. Rozproszenie uwagi może odgrywać główną rolę destrukcyjną w życiu niektórych dorosłych osób z zespołem Aspergera. Rozrywką może być po prostu telewizja; jeśli pojawi się coś interesującego, dorosłego z AS może całkowicie pochłonąć to, co ogląda i chwilowo zapomnieć o dzieciach, którymi się opiekuje. Może to być potencjalnie niebezpieczne, jeśli na przykład małe dziecko zostanie samo w wannie lub w pobliżu źródła prądu lub ciepła. Na szczęście odwrócenie uwagi przez większość czasu nie stanowi problemu, ale jeśli coś pójdzie nie tak, może się okazać, że jego partner nie będzie mu ponownie ufał.

Pytanie 11. Mój mąż nie chciał dzieci i mam wrażenie, że nigdy nie wybaczył mi zajścia w ciążę i urodzenia jego dziecka. Moja córka ma teraz dwadzieścia lat i nigdy nie było między nimi dobrych relacji. Czy żywi urazę?

Niestety, pewnie tak. Niektórzy AS mogą być dość zgorzkniali i mściwi, jeśli naprawdę wierzą, że zostali w jakiś sposób skrzywdzeni lub oszukani. Ta wrogość może trwać całe życie i będzie skierowana na osobę, która ich zdaniem skrzywdziła. Niestety często jest to wyrwane z kontekstu i zupełnie nieuzasadnione. Człowiek AS, który zainicjował to pytanie, nie był w stanie zważyć korzyści, jakie otrzymał z posiadania dziecka; skupia się tylko na fakcie, że jego żona w jego oczach oszukała go, aby zaszła w ciążę. Nie był też w stanie zrozumieć, że w ramach małżeństwa lub konkubinatu posiadanie dziecka przez parę nie jest czymś niezwykłym. Może tylko postrzegać to, co się stało, jako oszukańcze działanie i całkowicie ją za to winić. Jego interakcje z córką będą niechętnie, ponieważ będzie postrzegał ją jako ciągłe przypomnienie oszustwa żony. Może też odciąć się od córki, ponieważ uważa ją za odpowiedzialność żony i skorzysta z okazji, aby odplacić się żonie, nie uczestnicząc w opiece i wychowaniu ich dziecka. Jest to bardzo smutne, gdy tak się dzieje, ponieważ jest to destrukcyjne dla całej rodziny i może mieć długoterminowe szkodliwe skutki dla jego córki.

Pytanie 12. Mąż odmówił pójścia na studniówkę syna, bo miał spotkanie w pracy. Jak on może być takim samolubem?

Czasami ZA może uniemożliwić osobom dotkniętym chorobą zrozumienie, czego się od nich oczekuje i że ich obecność jest ważna dla ich rodziny. Uzasadnieniem mężczyzny z ZA w tej sprawie może być to, że matka i dziadkowie jego syna wyjeżdżali, więc nie było potrzeby, aby on również tam był. Może też mieć wrażenie, że kiedy wychodzi z rodziną, zawsze zwracają uwagę na coś złego, co powiedział lub zrobił, aby uniknąć tej sytuacji. Innym ważnym powodem, dla którego może unikać chodzenia, jest to, że ukończenie szkoły i podobne wydarzenia są bardzo dużymi spotkaniami towarzyskimi. Duże spotkania towarzyskie mogą być bardzo trudne dla osób z ZA. Ważne jest, aby sprawdzić, jakie są przyczyny decyzji rodzica z ZA, ponieważ nie zawsze może ona być taka, jak się wydaje, co często jest całkowitym egoizmem.

Pytanie 13 Mój mąż nie dogaduje się z teściami i nie chce nawet próbować. Czuję się, jakbym utknęła w środku. Czy mogę jakoś poprawić sytuację?

Wiadomo, że dorośli z ZA wykazują silną niechęć do niektórych członków rodziny oraz są bardzo niegrzeczni i wrogo nastawieni. Ten mężczyzna będzie miał w swoim odczuciu logiczny i uzasadniony powód, by nie dogadywać się lub nie lubić swoich teściów. Może to być coś, co usłyszał od nich i źle zinterpretował. Może czuć się przez nich zagrożony i myśleć, że zwrócą przeciwko niemu swoją córkę. Będzie powód, ale może nie chce powiedzieć, jaki to jest. Może to bardzo utrudnić rozwiązanie problemu i warto zwrócić się o pomoc z zewnątrz do doradcy lub bezstronnej osoby trzeciej. Jeśli czuje, że zostanie zrozumiany, a jego racje nie zostaną pomniejszone ani nie wywołają kłótni, może być bardziej skłonny do zwerbalizowania problemu. Jeśli nie można tego rozwiązać, a jego niegrzeczne zachowanie nadal się utrzymuje, partner NT może zdecydować, czy zobaczy się z rodzicami pod jego nieobecność, czy też przyknie oko na jego zachowanie.

Pytanie 14 Mój partner może być bardzo agresywny werbalnie, kiedy tylko próbuję mu pomóc. Dlaczego?

Przemoc słowna w związkach par może mieć szkodliwy wpływ na poczucie własnej wartości partnerów. W niektórych przypadkach osoba dorosła z zespołem Aspergera może zareagować na swojego partnera w sposób obraźliwy werbalnie, co może wydawać się nieuzasadnionym atakiem. Ta przedwczesna reakcja może wynikać z tego, jak zinterpretował określoną sytuację. Często dzieje się tak dlatego, że błędnie zinterpretował znaczenie tego, co powiedział mu partner. Na przykład mogła po prostu wspomnieć, że kran wciąż wymaga naprawy, a kiedy zdaje sobie sprawę, jak bardzo jest zajęty, poprosiła brata, by to dla nich zrobił. Jego interpretacja tego może być taka, że oskarża go o lenistwo lub bezmyślność lub że ją zawiódł, a ona myśli, że jest gorszy od każdego innego mężczyzny. Na to może zareagować natychmiastowym gniewem, pytając ją, dlaczego nie jedzie i nie mieszka z bratem, skoro uważa go za cudownego. Może nadal mówić jej, że zawsze go atakuje i poniża, by postawić na swoim. Jego reakcja na nią będzie wyrwana z kontekstu, skrajna i wyda się bardzo okrutna. Poczucie się bardzo zraniona i wykorzystana przez jego słowa i prawdopodobnie przeprosi. Ten przykład może wydawać się przesadą, ale jest to bardzo realistyczna sytuacja, gdy jeden z partnerów ma zespół Aspergera. Będzie się bronił i szczerze wierzył, że ona atakuje i poniża go. Będzie czuł się usprawiedliwiony tym, co powiedział i swoją reakcją, i uwierzy, że po prostu bronił siebie. Gdyby rzeczywiście go zaatakowała, jego reakcja słowna mogłaby mieć jakieś uzasadnienie, ale ponieważ nie było to jej intencją, będzie się wydawać bardzo nieuzasadniona. Nie będzie w stanie dostrzec, że jej zamiary nie były takie, jak on to postrzegał. Nie będzie w stanie postawić się na miejscu swojej partnerki i uświadomić sobie, że próbowała mu pomóc i docenić, że starała się oszczędzić mu kłopotu z naprawą kranu. To jest przykład rodzaju problemu, nad którym spędzam czas pracując w pokoju doradczym. Niezależnie od charakteru tematu, fundamentalną kwestią jest to, że oboje muszą nauczyć się rozmawiać ze sobą w sposób, który obaj będą w stanie poprawnie zinterpretować. Czasami jednak partner z ZA może celowo znęcać się słownie i taki sposób traktowania partnera może stać się nawykiem. Może też być tak, że jest wobec niego agresywna werbalnie. Przemoc słowna jest destrukcyjna i ma bardzo negatywny wpływ na poczucie własnej wartości obojga partnerów. Nie osiąga absolutnie niczego, a jeśli pozostanie nierozwiązany, będzie miał destrukcyjny wpływ na związek i może być szkodliwy, jeśli w grę wchodzi dzieci. Być może w końcu będą musieli zdecydować, czy zamierzają kontynuować ten związek z tym wzorcem słownego znęcania się.

Pytanie 15 Mój partner ma zespół Aspergera. Czy to zwiększa prawdopodobieństwo, że będzie wobec mnie agresywny?

Czterdzieści procent dorosłych osób z zespołem Aspergera, które wzięły udział w badaniach do tej książki, przyznało, że w pewnym momencie związku stosowało przemoc fizyczną wobec swoich partnerów. To dwa razy więcej niż średnia krajowa, która wynosi dwadzieścia procent. We wszystkich przypadkach z wyjątkiem dwóch przemoc była minimalna i żaden z partnerów nie sklasyfikował jej jako

dotkliwej. Definicja poważnej przemocy to bicie, policzkowanie, uderzanie pięścią, kopanie, dźganie nożem, rozrywanie skóry, rzucanie osobą i używanie przeciwko niej jakiegokolwiek formy broni. Minimalna przemoc, o której mowa w tym badaniu, to popychanie, popychanie lub krępowanie. Trzydzieści procent AS mężczyzn w moich badaniach zgłosiło, że ich reakcja była albo w samoobronie, albo w celu powstrzymania swoich partnerek, a te zdarzenia były dość rzadkie. Czasami przemoc była konsekwencją frustracji i utraty kontroli. Zachowanie kontroli wydaje się być kluczowe dla większości AS mężczyzn którzy bardzo ciężko pracują, aby zachować kontrolę nad swoim życiem. W przypadku zachowań agresywnych, często konsekwencją utraty kontroli nad sobą przez mężczyznę z ZA jest prowokowanie go do fizycznej agresji, a nie próba kontrolowania drugiej osoby. To drugie ma większe prawdopodobieństwo nawrotu przemocy w rodzinie. Większość zgłoszonych aktów przemocy była minimalna w próbie mężczyzn, którzy wiedzieli i zaakceptowali, że mają ZA. Historia wygląda zupełnie inaczej w przypadku mężczyzn z ZA, którzy zaprzeczali, że mają syndrom i obwiniali swoich partnerów za wszystkie problemy w związku. Nie okazywały takiego samego wyrzutu sumienia za swoje zachowanie, a niektórzy uważali, że ich partnerzy prosili o fizyczne znęcanie się nad nimi. Więc odpowiadając na pytanie oparte na moich własnych badaniach, mężczyzna z zespołem Aspergera i akceptujący ten fakt nie jest bardziej predysponowany do brutalnej przemocy wobec swojej partnerki niż mężczyzna z NT. Jeśli jednak jest niezdiagnozowany lub odmawia zaakceptowania możliwości, że może cierpieć na ZA, przemoc jest bardziej prawdopodobna, że będzie dotkliwa i nawracająca.

Pytanie 16 Mój mąż odmawia jakichkolwiek kontaktów seksualnych ze mną. Dlaczego?

Odpowiedzią na to pytanie może być złość, brak pożądania lub potrzeby seksualnej oraz niska samoocena. Tłumiony gniew nie jest niczym niezwykłym w przypadku dorosłych z zespołem Aspergera i często pierwszą rzeczą, którą należy zrobić, jest uczucie fizyczne. Mężczyzna z ZA może to robić celowo, zwłaszcza jeśli jest to coś, co zrobiła jego partnerka, i jest z tego powodu zły, a on wie, że ona chce od niego seksu. To jego sposób na ciche powiedzenie, że nie jest zadowolony z czegoś, co dzieje się w związku. Może to być bardzo frustrujące dla partnera, który prawdopodobnie nie będzie miał świadomości tego, co zrobił źle. Brak pożądania seksualnego to kolejny częsty powód rezygnacji z seksu w związkach z ZA. Nie oznacza to, że mężczyzna z ZA nie ma potrzeb seksualnych lub nie chce mieć orgazmu, raczej oznacza, że nie chce lub nie musi dzielić się doświadczeniami z nikim innym, w tym ze swoją partnerką. To może być dość złożone i więcej o tym mówię w rozdziale 13. Niska samoocena to kolejny powód, dla którego mężczyzna z ZA może wycofywać się seksualnie, zwłaszcza jeśli jego partner mówi mu tylko, kiedy źle odczytuje sygnały i nie mówi mu, kiedy on to rozumie. O seksie trzeba rozmawiać, zwłaszcza w związkach z AS. Nie będzie wiedział, czego ona od niego chce i często błędnie zinterpretuje to, co ona próbuje przekazać. Jest prawdopodobne, że będzie bardzo wrażliwy na krytykę i będzie niechętny nawet próbom uprawiania seksu z obawy, że znowu źle to zrobi. Wyeliminowanie tych obaw może zająć dużo czasu i dużo cierpliwości.

Pytanie 17. Niedawno zmarła matka mojego męża AS, a on nie opłakiwał jej bardzo długo. Nadal bardzo za nią tęsknię, ale on w ogóle o niej nie wspomina. Dlaczego to?

Proces żałoby u dorosłych z AS wydaje się być krótszy niż u dorosłych z NT i nie wskazuje to na to, jak bardzo byli przywiązani i bliscy do zmarłej osoby. Jednym z powodów może być sposób, w jaki większość dorosłych osób z zespołem Aspergera radzi sobie z problemami emocjonalnymi, używając logiki i rozwiązując problemy w praktyczny sposób. Kiedy osoba z NT traci ukochaną osobę, często jest to więź emocjonalna, którą dzieliła ze zmarłym tego brakuje najbardziej. Zmarłej brakuje również ze względu na praktyczną rolę, jaką pełniła, być może posiłki, które przygotowywała lub jak pomagała w zakupach. Są to praktyczność, którą można zastąpić. Zastąpienie wspólnych intymnych rozmów lub wzajemnego wsparcia emocjonalnego jest znacznie trudniejsze. W przypadku osoby dorosłej z ZA strata może opierać się bardziej na kwestiach praktycznych i, jak już wspominałem, można je łatwiej

zastąpić. Jest mało prawdopodobne, aby dzielił emocjonalną zależność ze zmarłym, więc ponieważ tego rodzaju zależność emocjonalna nigdy nie powstała, nie można jej pominąć. Nie oznacza to, że nie kochał ani nie troszczył się o zmarłą osobę, oznacza to po prostu, że jego miłość przybrała inną formę i opierała się na innych potrzebach niż osoba NT. Innym powodem przedstawionym przez osobę dorosłą z ZA jest inny sposób przeżywania żałoby przez osoby z ZA. Uczucie straty jest takie samo, ale osoba dorosła z ZA jest bardziej skłonna do internalizacji smutku, a żałoba staje się procesem bardzo prywatnym.

Sekcja 3 – Pytania zadawane przez dzieci i teściów.

Pytanie 1. Dlaczego mój ZA ojciec nigdy nie docenia mnie za to, kim jestem?

Wiele dzieci z rodzicami z ZA zgłasza poczucie, że są uznawane przez rodzica z ZA tylko za to, co osiągnęły lub za słuzenie określonej roli. Może to sprawić, że dziecko poczuje się niekochane, niedoceniane lub nie cenione za to, kim jest. Czyny, a nie uczucia odgrywają ważną rolę w życiu rodzica z ZA, dużo łatwiej jest mu czytać ludzi po ich działaniach i słowach, które wypowiadają, niż po ich głębszych uczuciach. Jeśli jedno z jego potomstwa osiągnęło coś konkretnego, wtedy rodzicowi z ZA łatwiej będzie się z tym utożsamić i zaakceptować niż z faktem, że jest życzliwą osobą, która lubi robić miłe rzeczy dla innych. Rodzic z ZA może nawet nie zauważać niektórych z lepszych cech, które wykazuje jego dziecko, i będą chwile, kiedy jego syn lub córka może pomyśleć, że jego wysiłki, by być miłym, troskliwym lub troskliwym, są całkowicie zmarnowane i zaczynają zamiast tego zbuntować się. To smutne, gdy tak się dzieje i często dzieje się tak dlatego, że ani rodzic, ani dziecko nie są świadomi ZA i skutków, jakie może mieć. Oboje oczekują czegoś, czego druga strona nie jest w stanie dać, dziecko całkiem słusznie oczekuje bezwarunkowego pozytywnego wsparcia i miłości, a rodzic z ZA oczekuje, że będzie w stanie obejść się bez tego. Nie ma łatwych rozwiązań tego problemu, wystarczy dać dzieciom wiedzę, że ich tata ASmumor walczy o bycie rodzicem i często nawet nie zdaje sobie sprawy, że nie zaspokaja potrzeb emocjonalnych ich dziecka.

Pytanie 2. Mój ojciec wydaje się nienawidzić wszystkich moich przyjaciół, ale są naprawdę w porządku. Dlaczego?

Słyszałem wiele relacji o tym, jak trudno rodzic z ZA może utrudniać swoim dzieciom sprowadzanie przyjaciół z powrotem do domu. Dzieci, zwłaszcza nastolatki, opisują swoich rodziców z zespołem Aspergera jako wrogich, dziwnych, milczących, niegrzecznych, obraźliwych, a czasem po prostu całkowitych ignorantów w stosunku do swoich przyjaciół. Jeśli rodzina nie jest świadoma, że rodzic ma ZA, lub dziecko nie chce, aby jego przyjaciele dowiedzieli się o rodzicu z ZA, może być bardzo trudno wytłumaczyć jego przyjacielom, dlaczego tata tak się zachowuje. Jego przyjaciele mogą nawet zdecydować, że nie chcą ich więcej odwiedzać. Okres dojrzewania może być koszmarem w rodzinie z ZA, a zasady i granice muszą być mocno ustalone. Jeśli rodzic jest świadomy, że ma ZA, to może można z nim omówić pewne zasady. Na przykład, jeśli problem polega na tym, że rodzic z ZA po prostu wpatruje się w przyjaciół swoich dzieci bez słowa, można mu wytłumaczyć, że to niegrzeczne i spróbować przywitać się z nimi prostym „cześć”. Rodzicowi z ZA trudno jest prowadzić pogawędkę i często nie wie, co powiedzieć. Jego dom często będzie jego bezpiecznym miejscem i będzie mu grozić, że zostanie w nim mnóstwo obcych, których ani nie zna, ani nie zaprasza. Może postrzegać przyjaciół swojego nastolatka jako równie dziwacznych, jak im się wydaje. Może mieć trudności ze zrozumieniem ich ubrania, włosów lub języka. Problem w tym, że on to pokaże, bo nie jest zbyt dobry w ukrywaniu swoich uczuć czy myśli. Nie będzie świadomy tego, jak zawstydzający lub niegrzeczny jest, ponieważ nie wychwytuje zakłopotania innych ludzi. Nie ma łatwego sposobu na poradzenie sobie z problemem rodziny ZA i niestety to dziecko będzie czuło, że przegrywa i nie jest w stanie zabawić swoich

przyjaciół. Być może przyjaciele mogliby zostać poproszeni o odwiedziny, gdy rodzic z ZA jest w pracy lub można by im wytłumaczyć, że rodzic ma ZA i pozornie niegrzeczne zachowanie nie jest zamierzone.

Pytanie 3. Dlaczego moja matka ZA jest tak nieprzewidywalna w swoich emocjach?

Od matki wiąże się wiele oczekiwań, a jednym z nich jest umiejętność czytania w myślach i automatycznego rozpoznawania, czego chce i potrzebuje reszta rodziny. Może to wyrzucić ogromną presję na mamę z ZA, która raczej nie otrzyma wsparcia od kogoś, kto rozumie jej trudności. Jest prawdopodobne, że będzie miała trudności z zaspokojeniem potrzeb swojej rodziny, a ponieważ nie zawsze może okazywać stres, który odczuwa, może się wydawać, że sobie radzi. Niestety, to powoli ją zużyje, aż pęknie. Może to być coś całkiem małego lub nieistotnego, co będzie katalizatorem, który sprawi, że straci kontrolę i albo bardzo się złości, albo wybuchu płaczem. Kiedy rodzina jest świadoma, że mama ma zespół Aspergera, mogą razem pracować, a jeśli dzieci są wystarczająco duże, mogą nauczyć się brać większą odpowiedzialność za siebie, zamiast oczekiwać, że mama zrobi wszystko. Kiedy to zostanie zaakceptowane, te pozorne wahania nastroju mogą ustać. Trzeba zdjąć z niej część presji. Jeśli rodzina współpracuje i rozwija lepsze zrozumienie tego, co powoduje ZA i jaki może mieć wpływ na życie rodzinne, można osiągnąć poprawę. Może to zająć trochę czasu i ważne jest, aby mama otrzymała wszelkie wsparcie, którego potrzebuje.

Pytanie 4. U naszego zięcia zdiagnozowano zespół Aspergera. Czy to oznacza, że wszystkie nasze wnuki będą ją miały?

Nie, to nie znaczy, że będą mieli zespół Aspergera, ale oznacza to, że prawdopodobieństwo ich wystąpienia jest zwiększone. Istnieją dowody na genetyczną przyczynę ZA, ale dokładnie to, jak to działa, nie jest jeszcze w pełni zrozumiałe. Sugerowano, że gdy jedno z rodziców ma zespół Aspergera, istnieje jedna trzecia szans na to, że dziecko tego rodzica również będzie miało spektrum autyzmu. Jednak niektórzy rodzice mogą mieć wszystkie dzieci dotknięte autyzmem, a inni mogą nie mieć żadnego. Miejmy nadzieję, że czas i badania przyniosą więcej odpowiedzi na to pytanie. Najważniejszym aspektem na tym etapie jest to, aby rodzice byli świadomi możliwości, że jedno lub więcej ich dzieci może być dotkniętych chorobą i dlatego mogą dość wcześnie wykryć zaburzenie i zapewnić dziecku tyle wsparcia i pomocy, ile tylko mogą. Wczesna interwencja naprawdę robi różnicę, a ponieważ zespół Aspergera nie wpływa na inteligencję, dziecko może nauczyć się bycia bardziej akceptowanym w społeczeństwie i nauczyć się niektórych mniej oczywistych zasad społecznych.

Pytanie 5. Nasza córka właśnie nam powiedziała, że u jej narzeczonego zdiagnozowano zespół Aspergera. Nie mamy pojęcia, jakie są implikacje tego zaburzenia. Czy musimy się o nią martwić?

Nie oznacza to, że trzeba się o nią martwić; oznacza to, że jako część rodziny z zespołem Aspergera wszyscy jej członkowie będą potrzebować edukacji i zrozumienia, co to znaczy mieć zespół Aspergera. Zespół Aspergera jest bardzo złożonym zaburzeniem i wpływa na trzy podstawowe obszary: komunikację, interakcje społeczne i wyobraźnię, powodując wąskie i powtarzające się zainteresowania. To nie jest choroba psychiczna i nie łąpie. Jest to zaburzenie rozwojowe i jednostka będzie miała trudności w trzech wymienionych podstawowych obszarach. Nie wpłynie to na inteligencję ani osobowość danej osoby. Są mili ludzie i paskudni ludzie i jest wielu ludzi pomiędzy. Posiadanie AS nie sprawia, że ktoś jest miły lub paskudny, pasywny lub agresywny, samolubny lub altruistyczny. Powoduje to jednak problemy w komunikacji, które mogą przerodzić się w nieporozumienia; uniemożliwia osobie odczytanie stanu emocjonalnego innej osoby i samo to może spowodować spustoszenie w rodzinie. Może wyolbrzymiać niektóre cechy danej osoby, zaostrzając niektóre jej zachowania i nawyki i sprawiając, że wydają się one skrajne. To, co będzie miało największy wpływ na związek, to podstawowa osobowość osoby z ZA. Równie ważny jak świadomość i akceptacja ludzi, którzy go kochają, jest jego poziom świadomości na temat zespołu Aspergera, jego akceptacja

dla niego i trudności, z jakimi się boryka. Moja rada dla każdego, kto niedawno odkrył, że ukochana osoba ma zespół Aspergera, to przeczytaj i dowiedz się jak najwięcej o tym złożonym zespole.

Atrakcyjność

Kiedyś przyjrzałem się podstawowym elementom, które przyciągały kobietę NT do mężczyzny z ZA. Początkowa atrakcyjność zdawała się opierać na życzliwym, łagodnym i cichym sposobie bycia, jaki często wykazują mężczyźni z zespołem Aspergera. Wiele z NT (neurotypowych) kobiet w moich badaniach wydawało się być silnymi, opiekuńczymi i z doskonałymi zdolnościami społecznymi. Można z tego wywnioskować, że są to cechy, które przyciągają do nich ich partnerów. Moje ostatnie badania wystawiły to na próbę. Zapytałem mężczyzn AS, co początkowo przyciągnęło ich do partnera. Wielu mężczyzn opiera swój pociąg do konkretnej kobiety na tym, jak bardzo ją pociągają. Bycie lubianym, akceptowanym i potrzebnym wydawało się bardzo ważne dla mężczyzn z ZA. Nie jest to zaskakujące, gdy spojrzysz na samą naturę ZA i na to, jak różni się od autyzmu. Świat autystycznego nastolatka wyklucza inne dzieci i często nie ma potrzeby przebywania w towarzystwie innych osób, bycia popularnym wśród rówieśników czy bycia lubianym przez innych. Zespół Aspergera jest zupełnie inny, a nastolatek często ma bardzo silne pragnienie bycia popularnym i lubianym. Nastolatki chcą być częścią grupy i desperacko potrzebują akceptacji otoczenia. Niestety, u wielu nastolatków z ZA pragnienie bycia popularnym jest obecne, ale nie ma społecznej zdolności do osiągnięcia popularności. Często brakuje umiejętności komunikacyjnych i zdolności do udanych interakcji społecznych, więc pomimo wielu wysiłków, nastolatkowi z zespołem Aspergera nigdy nie udaje się to dobrze. Zapytałem jednego nastolatka z ZA, czy ma wielu przyjaciół, na co odpowiedział twierdząco. „Skąd wiesz, że to twoi przyjaciele?” — zapytałem. „Ponieważ proszą mnie o pomoc w odrabianiu lekcji” — nadeszła odpowiedź. Ten nastolatek był absolutnym czarodziejem w matematyce i był całkowicie naiwny, jeśli chodzi o fakt, że jego rówieśnicy wykorzystywali go, aby pomóc im osiągnąć wyższe stopnie. W końcu osiągnęło to punkt kulminacyjny, gdy złożono trzy identyczne elementy zajęć! Brak umiejętności odczytywania bardziej subtelnych wyrazów twarzy i mowy ciała również utrudnia nastolatkowi z ZA rozpoznanie, kiedy inna osoba jest przyjazna lub sarkastyczna. Pewien nastolatek powiedział mi, że jeśli dziewczyna się do niego uśmiecha, podchodzi do niej i pyta, co robi tego wieczoru. Nastąpiło to przed normalnymi przedstawieniami i budowaniem pewnego rodzaju relacji. Nie trzeba dodawać, że otrzymał kilka bardzo szczerych odpowiedzi, ale nadal używał tej samej linii czatu. Jego pragnienie bycia lubianym i akceptowanym przysparzało mu niekończących się problemów, ponieważ jego intencje były tak często całkowicie błędnie odczytywane. Nie jest to niczym niezwykłym u nastolatka z zespołem Aspergera, dlatego ważne jest, aby nauczyciele i profesjonalści byli świadomi trudności, jakie może powodować zespół Aspergera. W przypadku osoby dorosłej z ZA potrzeba bycia lubianym i akceptowanym nadal istnieje i często to kobieta NT wykonuje pierwszy krok lub dość wyraźnie pokazuje mu, że ją pociąga. Możliwe, że po prostu się do niego uśmiecha lub nawiązuje z nim rozmowę, która da mu sygnał, że go lubi. Sposób, w jaki potencjalny partner sprawia, że czuje się i pasuje do jego świata, często ma kluczowe znaczenie dla rozwoju związku. To jest jej pociąg do niego, który często staje się jego pociągiem do niej. Atrakcyjność fizyczna, a nie seksualna, również odgrywa ważną rolę w programie AS i wydaje się, że jest to specyficzny aspekt wyglądu partnera, który przykuwa jego uwagę. W moich badaniach włosy i oczy znajdowały się najwyżej na liście preferencji. Zespół Aspergera powoduje bardzo wąskie skupienie i zamiast widzieć całą osobę, atrakcyjnością może być konkretna część jej twarzy lub ciała. Atrakcyjność seksualna była rzadko wymieniana i nie wydawała się być wysoko na liście wymagań. Tylko jeden mężczyzna wspomniał o piersiach, a inny o pośladkach. Nogi się nie zajrzały! To może wyjaśniać, dlaczego wiele kobiet twierdzi, że część ich początkowego pociągu do partnera z ZA polegała na tym, że był on takim dżentelmenem, a jego intencje nie wydawały się mieć charakteru seksualnego. Może to być bardzo pociągające i odświeżające, zwłaszcza jeśli kobieta ma historię nadmiernie gorliwych mężczyzn, którzy mogli sprawić, że poczuła, że jej pociąg jest czysto

seksualny. Czuć się swobodnie i komfortowo z mężczyzną, który jest delikatny i uważny, może przynieść ulgę, a ona często postrzega to jako znak szacunku dla niej. Jednak jest całkiem prawdopodobne, że dzieje się tak dlatego, że uprawianie z nią seksu nie jest na szczycie jego listy priorytetów i bardziej interesuje go to, jak dobrze pasuje do jego świata i jak dobrze są dopasowani pod względem akademickim. W niektórych przypadkach zespół Aspergera może powodować podwyższoną percepcję zmysłową, a zmysły mogą być bardzo wyczulone na bodźce zewnętrzne. Może to być wrażliwość na światło, określone zapachy lub niektóre tkaniny. Może to również odgrywać rolę w wyborze partnera. Pewien mężczyzna był w stanie natychmiast rozpoznać perfumy używane przez kobietę; miał najbardziej niesamowity zmysł i pamięć do węchu. Miał swoich ulubieńców i bardzo ważne było dla niego, aby jego partnerka nosiła odpowiednie perfumy. Zadał o to, kupując jej perfumy i olejki do kąpieli dość wcześnie w związku. Jego dziewczyna zinterpretowała to jako hojność, podczas gdy on w rzeczywistości dbał o zaspokojenie swoich potrzeb. Nie trzeba dodawać, że było prawie pewne, że aby go zadowolić, użyje tych perfum! Z drugiej strony, ten mężczyzna mógł być bardzo szczery w swojej opinii na temat zapachu ciała danej osoby i powiedział jednej randce, że pachniała zapachem ciała! Jak można sobie wyobrazić, na tym związek się zakończył. Te upodobania i antypatie mogą być bardzo sztywne: jeśli mężczyzna z AS lubi długie włosy, jest mało prawdopodobne, by uznał kobietę z krótkimi włosami za atrakcyjną. Jeśli spotkana przez niego kobieta nie do końca spełnia jego kryteria, może spróbować zrobić z niej idealną partnerkę. Można sobie wyobrazić, że ma bardzo sztywne definicje kobiecości, być może pochodzące od jego matki, a nawet od kogoś, kogo widział w telewizji. Jego wyobrażenie o kobiecości może na przykład wymagać, aby kobieta miała długie paznokcie, a on będzie aktywnie zachęcał swojego nowego partnera do zapuszczania i utrzymywania długich, wypielęgnowanych paznokci. Może to być pochwała jej lub powiedzenie jej o poprzedniej dziewczynie z pięknymi paznokciami. Lub może być skierowany do niej w bardzo krytyczny i bolesny sposób, na przykład okazując rozczarowanie, jeśli nie spełni jego oczekiwań. Pewien mężczyzna lubił, gdy jego partnerka nosiła pończochy, które nie zawsze były dla niej wygodne. Gdy odmówiła założenia ich na spacer do parku, poinformował ją, że jest bardzo rozczarowany jej zachowaniem i potraktował je bardzo osobiście. Nie mógł zrozumieć, że chodziło o praktyczność sytuacji, a nie osobistą złośliwość. Wielu mężczyzn AS ma historię odrzucenia i zastraszania, więc kiedy spotyka kobietę, która spełnia niezbędne kryteria żony lub partnera, dołoży wszelkich starań, aby jej zaimponować i uszczęśliwić. Skupi całą swoją uwagę na niej i sprawi, że poczuje się naprawdę wyjątkowo. Wiele kobiet opisuje ten czas zalotów jako szczęśliwy i wyjątkowy czas w związku, który niestety często kończy się nagle, gdy związek jest zamknięty. W tym czasie wiele kobiet z NT jest rozczarowanych i zastanawia się, jak to się stało, że tak źle to wszystko rozumiały, że nie dostrzegły prawdziwego charakteru swojego partnera. Wydaje się jednak, że nie tylko kobiety odczuwają takie uczucie, ponieważ ich partnerzy z AS opisują podobne uczucie. Używają określeń takich jak „wydawała się mnie lubić”, „wydawała się być dobrą zabawą” lub „wydawała się być delikatna”. Jest to powiedziane w sposób, który wskazuje, że oni również czują, że się pomylili! Jeśli oboje partnerzy w związku będą mieli wrażenie, że zostali oszukani, wierząc, że ich partner różni się od ich obecnego zachowania, mogą stać się równie urażeni i oboje przestaną dawać i próbować zadowolić drugą osobę. Może to mieć bardzo destrukcyjny wpływ na obojga partnerów, a kiedy partner z antypatią próbuje wyjaśnić, dlaczego reaguje inaczej, partner z AS często źle to rozumie. Może mieć trudności ze zrozumieniem, że kiedy poświęcał jej tyle uwagi i troski, ona była szczęśliwa i robiła wszystko, co w jej mocy, by go zadowolić. Jednak kiedy on nagle przestał wkładać jakikolwiek wysiłek w związek po tym, jak zamieszkali razem, stała się nieszczęśliwa i zareagowała przeciwko temu. Wynika to z braku pomysłowego myślenia, który występuje w zespole Aspergera i powoduje, że osoba z ZA nie jest w stanie dostrzec konsekwencji swoich działań. Bardzo często nie dostrzega związku między swoim zachowaniem a jej reakcją. Nie zdaje sobie sprawy, że jeśli okaże jej tę samą miłość i uwagę, co na początku, prawdopodobnie odwzajemni jego uczucie. Poglądy AS kobiet na temat atrakcyjności są bardzo podobne do poglądów AS mężczyzn. Fizyczna atrakcyjność

jest ograniczona do określonej cechy i, po raz kolejny, szczególnie wspomina się o włosach i oczach. Niektóre kobiety pociągało poczucie władzy, jakie oferował mężczyzna, bycie dojrzałym lub postacią ojca. Wszyscy mężczyźni byli starsi od kobiet, czasem o wiele lat. (Ta różnica wieku wydaje się również dotyczyć mężczyzn z AS, ponieważ wielu z nich jest w związkach ze starszą kobietą.) Inne podobieństwo między mężczyznami z AS a kobietami polega na tym, że ich atrakcyjność zależy w dużej mierze od tego, jak bardzo podoba się potencjalnemu partnerowi. Jedna z kobiet powiedziała dość kategorycznie, że nigdy nie lubiła swojego partnera, kiedy się poznali i pobraли się tylko dlatego, że tak bardzo ją pociągał i był wytrwały. Powiedziała, że wziął jej życzliwość za oznakę, że mu się podoba, podczas gdy w rzeczywistości było to bardzo dalekie od prawdy. Podsumowując, osoby dorosłe z ZA są początkowo zainteresowane potencjalnym partnerem, ponieważ potencjalny partner pokazuje, że ich lubi i wydaje się oferować im akceptację. Wydaje się, że atrakcyjność fizyczna zależy od określonej cechy osoby, na przykład oczu, i wreszcie jest mało prawdopodobne, aby atrakcyjność była czysto seksualna. Kolejnym najważniejszym czynnikiem wpływającym na rozwój związku jest to, czy ich potencjalny partner ma podobne zainteresowania do ich.

Kluczowe punkty

- ° Mężczyzna z ZA często opiera swój pociąg do konkretnej kobiety na tym, jak bardzo ona jest do niego atrakcyjna.
- ° Atrakcyjność fizyczna jest ważniejsza niż atrakcyjność seksualna przy wyborze partnera zarówno przez mężczyzn, jak i kobiety z ZA.
- ° Włosy i oczy to najczęściej wymieniane i pożądane cechy fizyczne wybranego partnera NT.
- ° Wrażliwość na zapach lub określone tkaniny była widoczna u niektórych mężczyzn z AS.
- ° Lubienia i antypatie posiadane przez mężczyznę AS mogą być bardzo sztywne.
- ° Początkowo mężczyzna AS może zrobić wszystko, aby jego nowa partnerka poczuła się wyjątkowa i szczęśliwa.
- ° Później w związku oboje partnerzy czasami mają poczucie, że „wszystko im się nie udało”.
- ° AS mężczyźni i kobiety w bardzo podobny sposób opisywali powody, dla których wybrana przez nich partnerka im się podobała.

Wspólne zainteresowania

Szczególne zainteresowania mogą stanowić integralną część zespołu Aspergera, dlatego nie jest zaskakujące odkrycie, że wybór partnera jest bardzo często silnie powiązany ze wspólnymi zainteresowaniami. Podobieństwa te obejmują nie tylko zajęcia i hobby, ale także przekonania, standardy i postawy. Miłość do muzyki jest bardzo ważna i była najczęściej wymienianym wspólnym zainteresowaniem. Nie zawsze chodziło tylko o słuchanie muzyki, ale także o talent i zdolności muzyczne. Docenianie przez obojga partnerów tej samej muzyki ocenia się bardzo wysoko. Muzyka może bardzo zmieniać nastrój i może oferować tymczasową ucieczkę od stresów życiowych. Jest terapeutyczny i umysł może być przez nią całkowicie pochłonięty; wydaje się odgrywać zasadniczą rolę dla wielu dorosłych osób z zespołem Aspergera. Kolejnym plusem wspólnego słuchania muzyki jest brak konieczności jednoczesnego rozmawiania. Muzyka polega na słuchaniu, a nie mówieniu i może stanowić bardzo ważny element relaksu i odprężenia; może zaoferować przydatne rozproszenie uwagi, gdy niepokój jest wysoki. Miłość do muzyki może być powiązana ze zwiększoną percepcją zmysłową, która często jest związana z zespołem Aspergera, a dźwięki mogą albo zwiększać relaksację, albo wywoływać stres i frustrację. Prawdopodobnie odpowiada za to wrażliwość na określone dźwięki,

wysokości i nuty. Wysokie dźwięki, a nawet głosy wydają się drażnić dzieci i dorosłych z ZA, podobnie jak kreda na tablicy. Pewien mężczyzna z ZA zagroził sąsiadowi, że jeśli nie przestanie szczekać, podejmie działania, aby pies się uciszył. Szczekanie psa było bardzo wysokie i powodowało u niego silny stres i niepokój. Drugie miejsce na liście to teatr. Teatr, podobnie jak muzyka, może oferować ucieczkę od rzeczywistości i wszystkich stresów dnia codziennego. To szansa na „obserwowanie ludzi” i obserwowanie, jak zachowują się inni. Ze względu na problemy w interakcjach społecznych, wiele osób z ZA często uczy się odgrywania ról poprzez obserwację innych ludzi. Może to pochodzić z prawdziwego życia, telewizji, kina lub teatru i nierzadko przyjmuje się pewne nawyki, wyrażenia, a nawet akcenty, które zaobserwowano u innych. Inną zaletą chodzenia do teatru lub wspólnego oglądania spektaklu jest to, że widzowie nie powinni rozmawiać przez cały czas. Wspólne zainteresowania sztuką, czy to muzyką, operą, sztuką czy teatrem, wydają się istnieć między parą, gdy jeden z partnerów ma zespół Aspergera. Dla innych może to być jedzenie na mieście lub wspólne jedzenie na wynos. Historia to kolejne zainteresowanie, które można dzielić; może to być rodzina królewska, konkretna epoka lub budynek i architektura. Pewien mężczyzna z entuzjazmem rozmawiał o tym, jak on i jego partner interesują się architekturą osiemnastowieczną i organizują dni wolne i weekendy, które pozwolą im zwiedzać i zwiedzać różne historyczne budowle. Niewiele par miało wspólne zainteresowania sportowe; spacerowały dwie pary. Miłość do zwierząt, zwłaszcza kotów, dzieliła co najmniej sześć par, z którymi się kontaktowałem. Będąc niezależnymi, często samotnymi stworzeniami, koty mają niewiele wymagań poza karmieniem i mogą być czułe bez nadmiernej demonstracji. Może jest coś w naturze kotów, co przemawia do wybranych osób z zespołem Aspergera. Pewien człowiek powiedział mi kiedyś, że jego kot był jedyną prawdziwą miłością w jego życiu i jedyną żywą istotą, z którą mógł się utożsamić. Wielu podkreślało, że wspólne przekonania są bardzo ważne przy wyborze partnera, zwłaszcza przekonania duchowe. Wielu mężczyzn mówiło o swoich wspólnych przekonaniach religijnych, a dla większości zaangażowanie w wybraną wiarę było najważniejsze. Religia oferuje bardzo jasne zasady i rytuały. Często istnieje właściwa droga i zła droga, z niewielkimi lub żadnymi odchyleniami między nimi. Może to być całkiem wygodne dla osoby z ZA, ponieważ oferuje jasne wskazówki, które można łatwo zastosować. Oznacza to również bezpieczeństwo, w nadziei, że osoba o silnych przekonaniach religijnych będzie uczciwa i lojalna. Jeśli partnerzy dzielą te fundamentalne przekonania, można zauważyć, że zapewnia to większe bezpieczeństwo w związku i eliminuje część ryzyka i zgadywania, które osoba z ZA musi podjąć, aby ocenić przekonania moralne i wiarygodność swojego potencjalnego partnera. Wydaje się, że większość kobiet wybieranych przez mężczyzn AS ma bardzo silne wartości, moralność i przekonania. Są zaangażowani w swoje przekonania, a zatem często zaangażowani w swój związek. Jednak nie zawsze tak jest. Po drugiej stronie medalu, jedną parę pociągał ateizm drugiej strony, a „niewiara” stanowiła ważną część ich związku. Prawie połowa mężczyzn, z którymi się kontaktowałem, stwierdziła, że ważne jest dla nich wspólne poczucie humoru. Jednego mężczyznę pociągało to, że jego partnerka śmiała się z jego żartów. To po raz kolejny odbija się na dzieciństwie i chłopięcej jakości, jaką ma kilku mężczyzn z ZA. Poczucie humoru Aspergera może być dość młodzieńcze w swoim podejściu. Problem polega na tym, że gdy osoba AS odkryje dobry żart lub sposób na rozśmieszenie kogoś, może popaść w przesadę, nie zdając sobie sprawy, że żart jest śmieszny tylko raz. Można powiedzieć, że poczucie humoru partnera NT odgrywa zasadniczą rolę w utrzymaniu związku. Wiele razy dostrzeżenie zabawnej strony zawstydzającej sytuacji pomoże uratować dzień. Inne obszary uznane przez mężczyzn AS za ważne to wspólne przekonania polityczne i etyczne. Pragnienie życia rodzinnego zostało również wyrażone jako ważne, a konkretne kobiety, z którymi tworzyły związki, również poszukiwały odrębnych ról i zapewnianego przez nie bezpieczeństwa. Kobiety z ZA miały podobne odczucia jak mężczyźni z ZA; bardzo ważna była dla nich muzyka, teatr czy przekonania religijne. Inni uważali, że ważne jest, aby być dopasowanym na poziomie intelektualnym i chcieli kogoś, z kim mogliby rozmawiać. Być może były bardziej świadome wad wybranej przez siebie partnerki niż AS-mężczyźni i doceniały fakt, że nie

dostaną wszystkiego, czego chcą. Może to wynikać z różnic w wychowaniu między płciami, a nie z ZA, ponieważ dziewczęta są nadal generalnie hodowane w taki sposób, aby uwzględniały zachowania mężczyzn. Na przykład chłopcy często mają większą swobodę i często dopuszcza się hałaśliwe lub nieokrzesane zachowania, które byłyby mniej tolerowane w przypadku dziewcząt. Podsumowując, AS chce kogoś, kto może dzielić jego zainteresowania, a najbardziej wspólne zainteresowania to muzyka i teatr. Chce kogoś, kto będzie z nim robił różne rzeczy, ale jest mało prawdopodobne, że wybierze kogoś o określonych zainteresowaniach, z którymi będzie musiał się nauczyć łączyć. Będzie musiała go uzupełniać i czasami może zrezygnować z rzeczy, które lubi robić, aby zaspokoić jego potrzeby. Może to działać przez jakiś czas, ale może później wywołać niechęć w związku, gdy te ofiary nie zostaną odwzajemnione lub docenione. Wydaje się, że to bezpieczne, troskliwe i zaangażowane kobiety znajdują się na szczycie listy wybieranych partnerów, a to jest o wiele ważniejsze niż atrakcyjność seksualna czy popularność. Polega na jej cechach, aby zrekompensować to, czego nie może instynktownie wyczuć. Musi wiedzieć po jej postawie i stylu życia, że jest bezpieczna, bo nie potrafi tego odczytać w jej naturze. Musi wiedzieć, czy może jej zaufać i polegać na niej, że będzie wobec niego szczerą i wierną.

Kluczowe punkty

- ° Wspólne zainteresowania są ważnym czynnikiem decydującym o wyborze partnera przez mężczyznę i kobietę AS.
- ° Miłość do muzyki jest najczęstszym wspólnym zainteresowaniem.
- ° Miłość do teatru jest drugim najczęstszym wspólnym zainteresowaniem.
- ° Zajęcia sportowe są najmniej powszechnym wspólnym zainteresowaniem.
- ° Pary czasami dzielą miłość do zwierząt, zwłaszcza kotów.
- ° Wspólne przekonania, zwłaszcza przekonania duchowe, są bardzo ważne przy wyborze partnera.
- ° Ponieważ mężczyźni często wybierają kobiety o silnych wartościach, moralności i przekonaniach.
- ° Większość AS-mężczyzn twierdzi, że poczucie humoru ich partnerek jest dla nich ważne.
- ° AS kobiety uznają muzykę, teatr, przekonania religijne i zdolności intelektualne za ważne wspólne zainteresowania z wybranym partnerem.
- ° Kobiety AS wykazują większą świadomość błędów swoich partnerów niż AS mężczyźni, a także uznają, że nie dostaną wszystkiego, czego chcą.

Zaufanie

Świadomość, że może zaufać swojemu partnerowi, jest niezbędna dla wielu mężczyzn AS. Zaufanie musiało zostać ustanowione dość wcześnie i często osiągnęto to poprzez ocenę moralności i przekonań kobiety. Ale jak długo to zaufanie trwa i czy jest odwzajemnione? Siedemdziesiąt pięć procent mężczyzn z ZA stwierdziło, że ma pełne lub prawie całkowite zaufanie do swojego partnera i to niezależnie od tego, jak długo trwał związek. W kilku przypadkach związki trwały ponad czterdzieści lat. Uczucia te zostały wyrażone przez określenia takie jak: „Ufam jej bezgranicznie”, „Ufam jej w stu procentach”, „Mam bezwarunkowe zaufanie do mojej partnerki we wszystkich dziedzinach”. Zaufanie oferowane przez większość z tych mężczyzn było niemal dziecinne i naiwne. Ta podatność jest często widoczna u dzieci i młodzieży z zespołem Aspergera. Częściowym powodem tego jest to, że z powodu niemożności wnikienia w czyjś umysł i zobaczenia motywów innych, nie zawsze mogą dowiedzieć się, kiedy są okłamywani lub wykorzystywani. Może to sprawić, że dzieci staną się głównymi celami tych,

którzy nadużywają tego zaufania, i mogą czasami znaleźć się w poważnych tarapatach, ponieważ po prostu zrobili to, co im kazano. Pewien młody mężczyzna był na przyjęciu, kiedy tak zwany kumpel zaproponował mu narkotyki. Ten „przyjaciel” wiedział, że jest przeciwny narkotykom, więc dla śmiechu powiedział mu, że to cukierek, uwierzył swojemu „przyjacielowi” i wziął jednego. Tabletki były Ecstasy i młody człowiek wkrótce wpadł w stan całkowitej paniki i stracił kontrolę. Musiał zostać przewieziony do szpitala; policja była zaangażowana i nie wierzył, że naprawdę myślał, że to cukierki. Całe zdarzenie wywołało wiele smutku zarówno dla chłopca, jak i jego rodziców. Bardzo łatwo jest okłamać osobę z zespołem Aspergera, a inne dzieci i młodzież mogą się z tego szybko zorientować. Osoba z ZA nie potrafi odczytać niewerbalnych sygnałów, które często zdradzają, kiedy kłamie lub oszukuje, nie zawsze rozumie, kiedy ktoś jest sarkastyczny i może brać rzeczy bardzo dosłownie. Potrzebują dodatkowo ochrony przed tym i dlatego wczesna interwencja i wsparcie mogą mieć tak duże znaczenie dla dorastania z zespołem Aspergera. Osoba dorosła z zespołem Aspergera może być bardziej ostrożna, prawdopodobnie nauczyła się na błędach popełnionych przez całe życie i dała się złapać. Niewykluczone, że dlatego może poświęcić trochę czasu, aby mieć pewność, że wybrany przez niego partner jest w jego oczach uczciwy i godny zaufania. Kiedy już podjął tę decyzję w jej sprawie, to się nie zmienia, chyba że zrobi coś bardzo rażącego i kłamliwego. Niemal wszyscy mężczyźni wyrazili całkowite zaufanie do wierności partnerki, chociaż dwóch odkryło, że ich partnerki miały romans, a ich zaufanie do tych kobiet zostało całkowicie nadszarpnięte. Dla jednego z tych mężczyzn związek z jego partnerką się skończył i poznał kogoś innego, jego zaufanie do nowej partnerki było tak całkowite, jak do pierwszej partnerki, zanim go oszukała. Poprzednie oszustwo zostało całkowicie pominięte i nie wyciągnięto z tego żadnej lekcji. Tak jak może to mieć swoje zalety, może również powodować problemy; często wydaje się, że w przypadku zespołu Aspergera nie udaje się wyciągnąć wniosków z doświadczeń. Kiedy partner AS został zapytany, czy uważa, że jego partner mu ufa, tylko jeden powiedział, że tak. W tej części moich badań wielu mężczyzn okazywało głębokie wyrzuty sumienia i smutek z powodu braku zaufania, a wielu obwiniło się za to, że zawiodło swoją partnerkę. Pewien mężczyzna stwierdził, że całkowicie zawiódł swoją żonę i czuł się zupełnie bezużyteczny. Wielu mężczyzn, z którymi się zetknąłem, bardzo się starało, aby zadowolić swoją partnerkę i zrobić to dobrze. Niestety, ze względu na cechy zespołu Aspergera, próby te czasami kończą się niepowodzeniem. Pewien mężczyzna umówił się, że zabierze żonę do nowej restauracji serwującej owoce morza, która została otwarta w mieście jako niespodzianka na jej urodziny. Powiedział jej, żeby włożyła swoją najlepszą sukienkę i była gotowa na ósmą wieczorem. Była bardzo podekscytowana i ubrana na tę okazję. Ósma wieczorem, potem dziewiąta wieczorem. przyszedł i poszedł. Była niespokojna, zmartwiona i rozczarowana. W międzyczasie jej mąż był w mieście, aby kupić jej kolczyki i wizytówkę, a po powrocie do samochodu zorientował się, że zgubił bilet parkingowy. Przeszukał samochód, przeszukał siebie i wrócił do sklepu z kartami... Brak biletu! Czas szybko uciekał, a on stawał się coraz bardziej niespokojny. Wrócił do kiosku na parking i pomimo jego wyjaśnień powiedziano mu, że będzie musiał zapłacić za dwadzieścia cztery godziny. Był już bardzo zestresowany i popadał w desperację, nie widząc usprawiedliwienia w płaceniu za coś, czego nie był winien, i nie mogąc zrozumieć, że parkingowy nie wiedział automatycznie, że mówi prawdę. Osiągnięto punkt krytyczny; stracił panowanie nad sobą i uderzył w szybę w oknie kiosku, która niestety dla niego pękła! Jego skaleczenia były niewielkie, ale reakcja pracownika parkingowego już nie; wezwano policję i aresztowano go za szkodę kryminalną. Dopiero gdy jego żona otrzymała telefon z posterunku policji, wiedziała, że jest bezpieczny. Kiedy go zobaczyła, jej reakcją był gniew; znowu ją zawiódł. Jej zaufanie do niego otrzymało kolejną pukanie. Takie sytuacje nie są rzadkością w związkach AS. Świat Aspergera może być bardzo „czarno-biały”. Ten sposób myślenia wynika z nieumiejętności postawienia się na miejscu drugiego człowieka, co nazywa się „teorią umysłu”. Teoria umysłu jest w stanie wejść w stan psychiczny innej osoby i zobaczyć świat z jej perspektywy. W teorii autyzmu umysł jest poważnie dotknięty, a niektóre dzieci i dorośli z autyzmem nie są w stanie spojrzeć na cokolwiek z perspektywy innej niż ich własna.

Teoria umysłu jest również w mniejszym stopniu zaburzona w zespole Aspergera, ale problemy, które powoduje, mogą być nadal poważne. W pokazanym przykładzie gniew męża był w dużej mierze skierowany na pracownika parkingu i wynikał z całkowitej frustracji, gdy próbował przekonać go, że mówiono mu prawdę. Nie mógł zrozumieć, że pracownik parkingu nie może wiedzieć i rozumieć czegoś, czego on sam nie doświadczył. Nieumiejętność radzenia sobie z określonymi sytuacjami i ludźmi, zwłaszcza sytuacjami kryzysowymi, jest postrzegana przez niektórych AS mężczyzn jako główny powód, dla którego ich partner im nie ufał. Często odpowiada za to przeciążenie sensoryczne. Próba radzenia sobie ze zbyt wieloma naciskami zewnętrznymi w tym samym czasie jest bardzo stresująca i trudna dla osób z ZA. Reakcją może być utrata panowania nad sobą, ale może to być również całkowite zamknięcie lub wycofanie się z sytuacji. Zarówno zachowanie wycofujące się, jak i wybuchowe są próbą odzyskania przez osobę kontroli nad sytuacją. Kilku mężczyzn z AS wspomniało, że czują, że zaufanie partnerów do nich wzrosło od czasu, gdy otrzymali diagnozę, chociaż opinia ta nie znalazła odzwierciedlenia w większości raportów przesłanych przez ich żony lub partnerki. Tylko jedna kobieta stwierdziła, że całkowicie ufa mężowi, a zaufanie to wzrosło od czasu jego diagnozy. Należała do młodej pary, która dość wcześnie otrzymała diagnozę i odpowiednie poradnictwo. Bardzo trudno jest mieć zaufanie w dziedzinie, której się nie rozumie. Zachowanie osób z zespołem Aspergera może być bardzo trudne do zrozumienia. Jeśli partner NT ma niewielką lub żadną świadomość i wiedzę na temat AS, będzie stale otrzymywał niewłaściwe wiadomości i tworzył fałszywe postrzeganie, dlaczego niektóre rzeczy, które robi, nie mają żadnego sensu i po prostu wydają się okrutne i bezduszne. Niemal niemożliwe jest zrozumienie tego złożonego i dezorientującego stanu bez wiedzy o jego skutkach. Świadomość obojga partnerów jest niezbędna. W wielu odpowiedziach kobiet można było dostrzec nutę desperacji, a kwestie zaufania nie były wyjątkiem. Wiele kobiet czuło, że nie może ufać swojemu partnerowi z zespołem Aspergera ani polegać na nim w niczym: w kwestii pieniędzy, rozmów, opieki nad dziećmi, szczerości, oferowania wsparcia emocjonalnego czy odpowiedzialności. Niektóre kobiety odczuwały nawet, że ich partnerzy stanowią realne ryzyko i zagrożenie dla rodziny. Pewna kobieta opowiedziała, jak pewnej nocy źle się poczuła i poszła wcześniej spać, zostawiając męża, by uporządkował sprawy na dole i zamknął się. Powiedział, że poogląda trochę telewizję, a potem przyjdzie. Nieco później wszedł na górę, położył się do łóżka, zgasił światło i poszedł spać. Wkrótce potem obudziły ich eksplozje na dole. Mimo złego samopoczucia wyskoczyła z łóżka i zbiegła na dół do kuchni. Na kuchence stał czarny rondel, z którego wydobywał się gęsty, szary dym. Cała kuchnia była poplamiona kawałkami jajek ugotowanych na twardo. Ugotował jajka na kanapki, myśląc, że rano zaoszczędzi czas, zapomni o tym i pójdzie do łóżka. Nie wszyscy, ale niektórzy mężczyźni z ZA mogą być zapominalscy i roztargnieni. Czasami dzieje się tak dlatego, że mają wcześniej nagrany scenariusz dla określonej pracy lub rutyny, a jeśli zostanie on zmieniony lub przerwany, pewne aspekty mogą zostać zapomniane. Nie było w zwyczaju, żeby ten człowiek gotował jajka w nocy; była to praca, którą zwykle wykonywała jego żona, ale słyszał, jak narzekała, że nic nie stoi na przeszkodzie, aby to zrobić, więc pomyślał, że zrobi to sam. To nie było w jego scenariuszu i wrócił do swojej normalnej rutyny, poszedł do łóżka i całkowicie zapomniał o jajkach. Prawie wszystkie kobiety NT ufały swoim partnerom z ZA, że będą wierni. Dla nielicznych był to jedyny obszar, w którym mieli jakiegokolwiek zaufanie i było ono bardzo wysokie przez cały czas. Większość mężczyzn AS była całkiem świadoma, że ich partner ufał, że będą wierni, ponieważ tak mu powiedziała. Wielu mężczyzn z ZA wydawało się cenić siebie zgodnie z tym, co powiedział im ich partner. Kobiety AS udzieliły dość podobnych odpowiedzi na temat zaufania. Na ogół ufali swoim partnerom; jedynym obszarem, w którym wyrażały jakiegokolwiek wątpliwości, była wierność swoich partnerów, co było największą różnicą między kobietami AS i kobietami NT. Niemal wszyscy byli podejrzliwi w stosunku do swojego partnera, chociaż jedna kobieta z ZA powiedziała, że jej partner, który również miał ZA, nie miał umiejętności ani zdolności, by być jej niewiernym. Jej zaufanie do niego opierało się na tym, a nie na wiedzy, że chce być wierny. Jedną z przyczyn tej różnicy może być to, czego kobiety z AS nauczyły się o mężczyznach od okresu dojrzewania. Mogłoby się

wydawać, że wielu nastoletnich chłopców z ich otoczenia miało seks na szczycie swojej listy priorytetów. Dorastający chłopcy są często pod presją, aby pokazać, że potrafią zdobyć punkty, i często to chłopiec, który jest najbardziej popularny wśród dziewcząt, zyska szacunek i będzie podziwiany przez innych. Dziewczęta z ZA będą bardzo świadome, że większość chłopców myśli o seksie i prawdopodobnie będą miały chłopców, którzy by się do nich zaloty. To przesłanie z okresu dojrzewania wydaje się być przenoszone na dorosłe związki i wiele kobiet może pomyśleć, że jeśli nadarzy się okazja do niewierności, jej partner może to wykorzystać.

Kluczowe punkty

- ° Prawie wszyscy AS mężczyźni twierdzą, że mają pełne zaufanie do swoich partnerek.
- ° To zaufanie wydaje się dość naiwne i dziecinne.
- ° Większość AS ma pełne lub prawie całkowite zaufanie do wierności swoich partnerek.
- ° Jeśli partner NT jest niewierny, jest mało prawdopodobne, że zostanie ponownie zaufany.
- ° To niezwykle, że mężczyzna z ZA wierzy, że jego partner z NT mu ufa.
- ° Nieumiejętność radzenia sobie z określonymi sytuacjami, ludźmi lub kryzysami jest głównym powodem, dla którego AS mężczyźni uważają, że ich partnerzy im nie ufają.
- ° To niezwykle, że kobieta NT całkowicie ufa swojemu partnerowi z ZA.
- ° Większość kobiet NT twierdzi, że nie mogła ufać swojemu partnerowi ani polegać na nim w niczym innym, jak tylko w wierności.
- ° Kobiety AS mówią, że ufają swoim partnerom w większości rzeczy, ale nie są wierne.

Bycie cenionym

Samoocena większości mężczyzn z AS jest szczególnie niska. Wielu czuje się zupełnie bezwartościowymi i mało wartościowymi dla swoich partnerów. Stwierdzenia takie jak „jestem ceniony tylko za pracę, którą wykonuję”, „jestem ceniony tylko dlatego, że przynoszę do domu pensję” i „jestem ceniony tylko jako dostawca” nie są rzadkością. Większość kobiet NT nie zdaje sobie sprawy, że ich partner czuje się tak nisko, ponieważ nie daje jej żadnych sygnałów, że tak właśnie się czuje. Uwewnętrznianie uczuć i nieujawnianie bycia nieszczęśliwym lub zestresowanym wydaje się dość powszechne zarówno u dorosłych, jak i u dzieci z zespołem Aspergera. Może to być szczególnie istotne, gdy w przeszłości występowały problemy z zastraszaniem. Bycie prześladowanym lub dokuczonym w szkole zostało ujawnione przez wielu dorosłych z ZA. Znęcanie się zwykle nie było zgłaszane, a cierpienie toczyło się w milczeniu. Kiedy negatywne uczucia, które są jego wynikiem, są ukrywane, mogą przekształcić się w depresję, której konsekwencją jest bardzo niska samoocena i poczucie bezwartościowości. Jeden mężczyzna powiedział, że jest całkowicie i całkowicie bezwartościowy, czuł, że zawiódł swoją żonę w każdy możliwy sposób, stracił pracę, zrobił coś złego z dziećmi, a na dodatek zapomniał o ich rocznicy ślubu. Chociaż jego żona wspierała go przez cały czas, dodając mu otuchy i chwając, jak bardzo starał się naprawić sytuację, nie wydawał się słyszeć niczego pozytywnego z jej wypowiedzi. Zapytałem go, czy ją słyszał, kiedy powiedziała, że wie, że starał się jak mógł, a on powiedział, że tak. Następnie zapytałem, czy ceni sobie jej opinię, co potwierdził, ale potem nadal argumentował, że nie mógłby uwierzyć w to, co powiedziała, gdyby wiedział, że to on jest przyczyną wszystkich problemów. To czarno-biały świat zespołu Aspergera. Partner AS może uważać, że jest zły i bezużyteczny w związkach, albo może zaprzeczyć temu, co mówi jego antypartnerka i zrzucić winę na nią. To, którą z tych dróg wybierze, będzie zależeć od tego, jakim jest typem osoby i jak radzi sobie jego

partner z AS. z pojawiającymi się problemami. Może to być bardzo trudne, gdy nie wiadomo, że przyczyną jest zespół Aspergera. Chociaż sytuacja może się poprawić, gdy zostanie wykryty zespół Aspergera, jeśli wyrządzono już zbyt wiele szkód, osoba z ZA może pozostać zamknięta w bardzo autodestrukcyjnym świecie, słysząc tylko negatywne rzeczy, które się o niej mówi. Stało się tak w przypadku, który opisałem powyżej i bez względu na to, jak jego żona próbowała poprawić sytuację, szkoda została już wyrządzona. Ten człowiek nie mógł uwierzyć, że jego żona może postrzegać go w inny sposób niż on sam siebie postrzegał. Dlatego tak ważna jest wczesna interwencja i zrozumienie zespołu Aspergera. Kiedy osoba z ZA zrozumie i zaakceptuje syndrom, będzie wtedy w stanie zobaczyć, jakie są jego zdolności, a także zrozumieć, ile jego niepełnosprawności nie jest jego winą. Kiedy zapytałem AS mężczyzn „czy czujesz się doceniony?”, ich odpowiedzi wskazywały, że oceniają siebie w związku zgodnie z tym, co mówi im partner. Oto rozmowa, którą przeprowadziłem z pewnym mężczyzną.

Dziennikarz: Czy jesteś dobry w wykonywaniu prac domowych?

AS: Tak.

Dziennikarz: Co konkretnie?

AS: Żona powiedziała mi, że jestem dobry w koszeniu trawy.

Dziennikarz: Myślisz, że jesteś?

AS: No pewnie, bo tak mi powiedziała.

Dziennikarz: Ale jakie jest twoje zdanie?

AS: Tak, jestem w tym dobry, bo dobrze układam linie.

Później zapytałem tego samego mężczyznę, czy sądzi, że mógłby uszczęśliwić swoją żonę.

AS: Nie, nie mogę, bo ciągle mi mówi, jak bardzo ją unieszczęśliwiam.

Dziennikarz: Ale czy chcesz ją uszczęśliwić?

AS: Tak, ale cokolwiek robię, wydaje mi się, że robię to źle, ponieważ ona wciąż jest nieszczęśliwa i mówi mi, że nie wiem, jak ją uszczęśliwić. Już nie mam ochoty próbować.

Koszenie trawy jest logiczne i praktyczne i jest obszarem, w którym osoba z zespołem Aspergera czuje się jak w domu; nie wymaga żadnej interakcji społecznej, komunikacji ani wyobraźni. Wiedział, że linie są proste, więc wiedział, że jest dobry w koszeniu trawy. Jednak jeśli chodzi o związek, nie wiedział, czy robi to dobrze, ponieważ nie miał naturalnej zdolności rozumienia, co ma robić. Miał tylko wyrażoną opinię swojego partnera na jego temat, na której mógł się oprzeć. Ten mężczyzna tyle razy słyszał, jak mu się nie udało sprostać emocjonalnym potrzebom żony, że przestał się starać. Jest to znane jako samospełniająca się przepowiednia. Długoterminowy negatywny sposób myślenia może zmienić to, jak bardzo się staramy, i ostatecznie może oznaczać, że ponieważ wierzymy, że nam się nie uda, wcale nie próbujemy. Zanim większość z nas osiągnie dorosłość, zwykle rozwiniemy poczucie siebie i posiadanych możliwości. Jeśli jesteśmy krytykowani, możemy ocenić tę krytykę na podstawie tego, kto ją wypowiedział i dlaczego, oraz kontekstu, w jakim została wypowiedziana. Na przykład, jeśli powiedziano nam, że nie jesteśmy uczciwi, zastanowimy się, dlaczego dana osoba to powiedziała i zdecydujemy, czy jest to prawda lub jeśli jest to stronniczy komentarz. Oceniamy też, czy być może tym razem była to prawda i nie byliśmy szczerzy, a może było to białe kłamstwo, aby kogoś nie skrzywdzić. Ocenimy komentarz z różnych perspektyw. Większość AS ma zupełnie inny sposób oceniania tego, co mówią o nich ich partnerki i wydaje się, że rzadko oceniają komentarze partnera w kontekście, w jakim

są wypowiedzane. Jest to szczególnie prawdziwe, jeśli mężczyzna z ZA zdecydował już, co jest w nim dobre, a co nie, a proces ten mógł mieć miejsce dość wcześnie w związku. Jeśli na przykład jego partner powie, że był bezmyślny, weźmie pod uwagę tylko słowo „bezmyślny”, a nie kontekst, w którym zostało to wypowiedziane. Jeśli uważa się za bezmyślnego, to po prostu wzmocni jego wiarę w siebie. Jeśli jednak zdecydował już, że jest osobą myślącą, to to, co mówi, zostanie odebrane jako czysta krytyka, mściwość lub złośliwość. Nie od dziś wiadomo, że między partnerami dochodzi do wielu nieporozumień i że tak często osoba z ZA będzie oskarżać swojego partnera o ciągłe krytykowanie go. Samoocena, którą już sformułował, może być bardzo trudna do zmiany, a w niektórych przypadkach bardzo zależy od tego, jak poważnie dana osoba jest dotknięta zespołem Aspergera i jak jest zdolna do zmiany wzorców myślenia i poszerzenia zakresu zainteresowania. Połowa mężczyzn stwierdziła, że czuli się doceniani tylko za to, co zrobili lub wnieśli wkład finansowy, innymi słowy za logiczne i praktyczne rzeczy, które zrobili. Niektórzy posunęli się dalej, mówiąc, że czują się całkowicie wykorzystani przez swoich partnerów; inni mówili, że są przyzwyczajeni do kupowania rzeczy, inni czuli się przyzwyczajeni do swoich mózgow, niektórzy nawet czuli się przyzwyczajeni do seksu. Niektórzy czuli się niedoceniani ze względu na posiadane cechy i mówili, że usilnie starali się być niesamolubni i robić coś dla swoich żon. Opowiedzieli mi o tym, co zrobili dla swoich żon, co było dla nich bardzo trudne. Pewien mężczyzna wyjaśnił, skąd wiedział, że jego żona nie lubi, gdy pracuje w nocy, ponieważ jest sama. Lubił pracować nocami, ponieważ był pozostawiony sam sobie i uważał to za mniej stresujące. Postanowił zmienić dni dla jej dobra i wyznaczył czas na ich rocznicę ślubu. Zadał sobie wiele trudu, aby to zrobić, ale nie powiedział jej, że to zrobił tylko dla niej. Jego żona była zadowolona, że idzie na kilka dni, ale nie miała pojęcia, dlaczego to robi. Z powodu dodatkowej pracy związanej z wypełnianiem nowych umów i wyliczaniem pensji, zapomniał kupić jej kartkę z okazji rocznicy. Była bardzo zdenerwowana, powiedziała mu, że mu na niej nie zależy i że znowu ją zawiódł i jest całkowicie bezmyślny. Słowo „bezmyślny” było tym, co słyszał ponad wszystko inne i czuł, że jest całkowicie nieuzasadnione. Nie przyszło mu do głowy powiedzieć jej, co tak bezinteresownie i z rozwagą dla niej zrobił, po prostu przypuszczał, że będzie o tym wiedziała. Czuł się atakowany i zareagował wycofaniem się, nie mogąc poradzić sobie z jej złością, nie wiedząc, co zrobić, aby to naprawić. Sytuacja uległa eskalacji i odjechał swoim samochodem, wracając dopiero późno. Rocznicą została zrujnowana i oboje czuli się niedoceniani.

Tego rodzaju nieporozumienia są zbyt powszechne w związkach Aspergera, które naprawdę wymagają innego sposobu myślenia.

Sześćdziesiąt procent kobiet NT czuło to samo, co ich partnerzy z zespołem AS, że są pod pewnymi względami cenione, ale nie zawsze tak, jak by chciały. Czuli się docenieni za to, jak troszczą się o rodzinę, gotują posiłki i dbają o potrzeby partnera. Niektórzy uważali, że są bardziej potrzebni, aby pomóc zaspokoić fizyczne potrzeby partnera niż jego potrzeby emocjonalne. Czuli się doceniani za opiekę i wychowanie, które zapewniali, ale było to bardzo podobne do tego, jak matka jest potrzebna dziecku, które jeszcze nie nauczyło się cenić jej za to, kim jest, a nie za to, co ma do zaoferowania. Jedna kobieta mówiła o tym, jak bardzo jej partner starał się ją uszczęśliwić i jak bardzo ją cenił, ale nie czuła się przez to dobrze, ponieważ nie czuła się doceniana za to, kim była. Większość z nas chce być ceniona za troskliwość, współczucie i empatię oraz chce być rozumiana przez partnera. Chcielibyśmy wiedzieć, że gdybyśmy potrzebowali wsparcia emocjonalnego i zapewnienia, zostałoby nam to zaoferowane automatycznie, bez konieczności zapytać. Zespół Aspergera wpływa na zdolność odczytywania bardziej subtelnych znaków języka niewerbalnego i jeśli mężczyzna z zespołem Aspergera nie zostanie bezpośrednio poinformowany, że jego partner ma taką potrzebę emocjonalną, nie będzie tego świadomy. Nie będzie świadomy jej potrzeby bycia chwalonym lub uznawanym za ciężką pracę, uwagę i poświęcenie, które wkłada w związek. Jeśli podziękował jej ostatnim razem, gdy mu o tym wspomniała, nie będzie widział potrzeby powtarzania tego. Nie prosi jej nieustannie, by

doceniała go w tym, co robi, więc nie widzi powodu, dla którego potrzebuje, by ją doceniał. Może też myśleć, że nie ma mu za co dziękować ani chwalić, ponieważ nigdy nie odwzajemnia jej emocjonalnej troski i empatii, którą mu okazuje. Jeśli ten wzorzec zachowań nie zostanie przełamany lub wprowadzony do świadomości pary, wkrótce zacznie mieć bardzo negatywny wpływ na oboje partnerów. Oboje poczują, że nie są cenieni w związku. Będzie wnosił swój wkład w praktyczny i aktywny sposób, a ona może nie być świadoma, że to jego sposób mówiąc, że mu zależy. Jego czyny będą miały dla niego taką samą wartość jak ona wpływ emocjonalny na nią działa. Niestety jedno i drugie może pozostać niezauważone i wydawać się oczywiste. Stwarza to wiele dysharmonii dla pary i oboje czują się niedoceniani ze względu na cechy, które czują, że oferują. W taki czy inny sposób wszystkie kobiety z ZA czuły się doceniane przez swoich partnerów, ale znowu nie za rzeczy, które uważały za ważne dla nich. Jednym z obszarów, w którym czuli się bardzo niedoceniani, była ich inteligencja i niezależność; innym obszarem były ich szczególne zainteresowania. Żaden z nich nie powiedział, że muszą być doceniani ze względu na ich emocjonalny wkład w związek. Było to przeciwieństwo odpowiedzi udzielonych przez kobietę NT, co wskazuje, że jest to bezpośrednia konsekwencja posiadania zespołu Aspergera.

Niezależność i autonomia są bardzo ważne dla AS kobiet, daleko więcej niż wydawało się to mężczyznom AS, z których wielu chętnie przekazuje obowiązki związane z prowadzeniem domu swoim partnerom. AS kobiety mówią, że chciały być cenione za sposób, w jaki potrafią o siebie zadbać. Są zdolnymi, pracowitymi i bardzo niezależnymi kobietami, które muszą czuć kontrolę nad swoim otoczeniem. Postrzegają te cechy jako bardzo pozytywne cechy, które nie zawsze są doceniane przez ich partnerów. Może to wskazywać na różnice w oczekiwaniach płci i może odnosić się do zmian roli kobiet w społeczeństwie. Wszystkie kobiety z ZA w moich badaniach były w wieku od czterdziestu do sześćdziesięciu pięciu lat stanęły w obliczu wielu zmian w kobiecej roli i być może teraz czuły się bardziej zdolne do sprawowania kontroli i władzy nad swoim statusem w związku niż w przeszłości.

Kluczowe punkty

- ° Poczucie własnej wartości większości AS-mężczyzn wydaje się być bardzo niskie.
- ° Wielu mężczyzn AS ocenia siebie w związku na podstawie tego, co mówi im partner.
- ° Czasami człowiek AS całkowicie przestaje próbować, ponieważ wierzy, że zawsze poniesie porażkę.
- ° AS mężczyźni rzadko oceniają komentarze swoich partnerek w kontekście, w jakim zostały wypowiedziane.
- ° Połowa AS twierdzi, że czuje się ceniona tylko za to, za co jest wnosić wkład finansowy lub praktyczny w gospodarstwo domowe.
- ° Większość partnerów NT czuje się ceniona tylko za to, co robią, a nie za to, kim są.
- ° Wszystkie kobiety z AS czują się w jakiś sposób cenione przez swoich partnerów, ale nie za rzeczy, które były dla nich ważne.
- ° Wszystkie kobiety AS chciałyby być cenione za swoją niezależność, inteligencję lub autonomię.

Zrozumienie

Kiedy zapytałem, czy mężczyzna z ZA czuje, że rozumie swoją partnerkę, reakcja była bardzo mieszana, niektórzy mężczyźni uważali, że całkowicie rozumieją swoją partnerkę, siedemdziesiąt osiem procent uważało, że rozumieją pewne aspekty jej osoby. Tylko cztery osoby czuły, że w ogóle jej nie rozumieją. Pewien człowiek bardzo się zmagał z tym pytaniem i argumentował, że nigdy nie będzie możliwe

zrozumienie czyjegoś umysłu, skoro nikt poza właścicielem nie może do niego wejść ani go odczytać. Kontynuował, że może zrozumieć tylko to, co może zaobserwować, a ponieważ nie może obserwować schematów myślowych swojej żony, nigdy nie będzie w stanie jej zrozumieć. Aby jedna osoba była w stanie zrozumieć drugą, wymaga empatii, wymaga postawienia się w jej sytuacji i zrozumienia, co myśli i jak się czuje. Mówi się, że brak empatii jest objawem ZA; sprawia to wrażenie, że osoba z zespołem Aspergera nie ma żadnych uczuć. Nie o to chodzi! Wielu mężczyzn stwierdziło, że w mniejszym lub większym stopniu rozumieją i dlatego wczuwają się w swoje żony. Tylko dwóch mężczyzn stwierdziło, że w ogóle jej nie rozumieją. Jeśli kryteria zespołu Aspergera stwierdzają, że to nie może się zdarzyć, co się dzieje, gdy ci mężczyźni twierdzą, że potrafią zrozumieć swoje partnerki? Zapytałem jednego mężczyznę, czy rozumie swoją żonę. „Tak” – powiedział – „przeszliśmy przez tak wiele, aby ten związek działał, wiem, że bardzo dobrze ją rozumiem.” „To musi ci znacznie ułatwić życie, bo wiedziałbyś, czego ona chce Ty.”

– O nie! – powiedział. „Ostatnio było bardzo stresująco”.

„Dlaczego tak jest?”, zapytałem.

„Ponieważ nigdy nie wiem, jak zareaguje, czasami potrafi się na mnie bardzo złościć bez powodu”.

„Ale z pewnością, jeśli rozumiesz swoją żonę, będziesz wiedział, dlaczego jest zdenerwowana lub zła?”
– dopytywałem się dalej.

„Tak, wiem, dlaczego to robi; to dlatego, że może wtedy poczuć się lepiej o sobie, jeśli mnie poniży.”

„Możesz wymyślić przykład?”, zapytałem go.

„Tak”, odpowiedział, „moja żona pracuje do późna w środę, więc ja normalnie ugotować kolację dla nas obojga. Zjadłem dość obfity lunch biznesowy i nie byłem głodny, więc nie zwracałem sobie głowy gotowaniem i zamiast tego poszedłem na siłownię; powiedziała, że muszę schudnąć. Myślałem, że będzie zadowolona.”

– Więc co się stało? – zapytałem.

„Była bardzo zdenerwowana i krytykowała mnie za to, że nie ugotowałam kolacji. Powiedziała, że nie zrobiłaby mi tego. Poniżała mnie, żeby poczuć się lepiej. Po prostu nigdy nie wiem, co ona chce, żebym zrobił. Patrzył na mnie z całkowitym oszołomieniem.”

Przyglądając się tej wypowiedzi głębiej, staje się jasne, że jest to osoba z zespołem Aspergera, która próbuje nadać sens temu, co dzieje się wokół niej. Nie mógł powiązać jej reakcji ze swoimi działaniami; nie był w stanie dostrzec, że to, co zrobił, sprawiło, że była zła i zdenerwowana. To była jego kolej, żeby coś dla niej zrobić, nie był głodny i przypomniał sobie, że chciała, żeby schudł. Nie przyszło mu do głowy, że pracowała przez długi dzień i chciała wrócić do domu, zjeść i odpocząć. Widział rzeczy tylko z introspektywnego punktu widzenia. W pewnym momencie w przeszłości zdecydował już, że go poniży, by poczuć się lepiej, a następnie zastosował ten wniosek do tej sytuacji i do każdego przypadku, gdy coś poszło nie tak i była zdenerwowana. Posiadanie zespołu Aspergera uniemożliwia przewidywanie konsekwencji swoich działań dla kogoś innego, zwłaszcza w różnych kontekstach lub sytuacjach. Na przykład pewna kobieta zapytała męża, czy po pracy wróci prosto do domu na herbatę, a nie pójdzie prosto na siłownię. Jego ciągłe chodzenie na siłownię powodowało problemy, ponieważ czuła, że robi to, aby uniknąć spędzania czasu z dziećmi i pomagania jej w obowiązkach domowych. Dotrzymał słowa, nie chodził na siłownię i wszystko było dobrze, aż pewnego wieczoru nie wrócił do domu do późna. Zapytała, gdzie był, a on powiedział, że na siłowni. Przypomniała mu, że uzgodnili, że powinien wracać prosto z pracy do domu; wyjaśnił, że jego kolega z pracy zapytał, czy po pracy oprowadzi go po siłowni,

a on właśnie to zrobił. Ponieważ sytuacja była inna, a on jechał tam z koleżanką, zakładał, że ona sobie z tym poradzi i nie ma potrzeby jej o tym informować. Wyglądało to tak, jakby zakładał, że będzie wiedziała, co robi i zrozumie, ponieważ wiedział, co robi i dlatego nie wrócił do domu pierwszy. W poradni wiele razy byłem proszony przez AS-menów o to po prostu powiedz im, co mają zrobić, aby ich żony były szczęśliwe, bo tak naprawdę nie wiedzą. Ten apel jest bardzo autentyczny. Pewien mężczyzna, który powiedział, że rozumie potrzeby swojej żony, wyjaśnił, że rozumie jej potrzebę intymności, jej potrzebę, by poczuła się wyjątkowa i jej potrzebę emocjonalnego wsparcia. Nie miał problemu ze zrozumieniem, że tego właśnie potrzebowała, ale potem powiedział dość rozpaczliwie: „Problem w tym, że nie wiem, jak można zaspokoić te potrzeby”. To tak, jakby rozumieć, że kogoś trzeba nakarmić, ale nie mieć pojęcia, czym go nakarmić i nie mieć nic do zaoferowania. Praktyczna strona potrzeby jest rozumiana, ale uczucia i emocje wymagane do zaspokojenia potrzeby nie są dostępne. Ten mężczyzna powiedział również, że jego partnerka chciała, aby był doskonały, a z jej krytyki zdał sobie sprawę, jak daleki jest od doskonałości. Większość mężczyzn, z którymi rozmawiałem, próbuje zrozumieć swoje żony, ale, jak powiedział jeden mężczyzna, rozumie tylko to, co ona mu mówi. Jeśli nie powiedziano mu, co ona myśli lub czego chce, sam uzupełni luki i niestety może dojść do błędnych wniosków. Rita Carter w swojej książce *Mapowanie umysłu* mówi, że osoby z zespołem Aspergera używają innego obszaru mózgu do rozwiązywania problemów wymagających teorii umysłu. Odkryła, że kiedy ludzie NT czytają historię, która wymaga wnioskowania o stanie umysłu innej osoby, lewa przyśrodkowa kora przedczołowa zapala się na skanach mózgu. Jest to część mózgu odpowiedzialna za intuicyjne i wnikliwe myślenie. Kiedy ta sama historia jest czytana osobie z zespołem Aspergera, skany mózgu pokazują, że inna część mózgu staje się aktywna. Obszar aktywowany w mózgu ZA jest obszarem używanym do rozwiązywania logicznych i prostych problemów, używanym przez osoby z zespołem Aspergera i bez niego do rozwiązywania praktycznych problemów. To wyjaśnia, dlaczego osobie z ZA często zajmuje więcej czasu wypracowanie problemu, który wymaga pewnego wglądu. Wyjaśnia również, dlaczego tak często dochodzi do błędnych wniosków – zamiast automatycznie wiedzieć, dlaczego ich partner zareagował w określony sposób, jest to rozumowane w logiczny sposób. To jest prawdopodobnie powód, dla którego tak wiele kobiet jest sfrustrowanych i zdenerwowanych, próbując wytłumaczyć swoim partnerom, że nie zawsze chcą praktycznego i logicznego rozwiązania tego, co je drażni. Chcą, aby ich partnerzy intuicyjnie wiedzieli i rozumieli, czego się od nich wymaga. Chcą czuć, że ich partnerzy rozumieją ich potrzeby i pragnienia bez konieczności powtarzania im tego za każdym razem. Pewna kobieta skarżyła się mężowi, że nigdy nie rozmawiał z nią podczas ich kochania się i powiedziała, że byłoby naprawdę dobrze, gdyby mógł okazywać jej romantyczne i szczerze uczucia. Następnym razem, gdy się kochali, a ona poprosiła męża, by powiedział jej coś miłego, odpowiedział, że uważa ją za bardzo dobrą kucharkę! Takie przykłady nie są rzadkie i mogą sprawić, że partner NT poczuje się bardzo niezrozumiany i niedoceniony. Nie jest jednak możliwe, aby partner AS zareagował w jakikolwiek inny sposób, chociaż może nauczyć się mówić i robić pewne rzeczy, które sprawią, że poczuje się szczęśliwsza. Może się na przykład nauczyć, że uściski, pocałunki i trzymanie za rękę są dla niej często bardziej pocieszające niż pośpieszne wyjście, by zrobić jej filiżankę herbaty, a potem pozostawienie jej samej do wypicia. Mężczyźni z ZA często próbują rozwiązać problemy emocjonalne, znajdując praktyczne rozwiązanie, nie rozumiejąc, że często jest to ostatnia rzecz, jakiej chce ich partner. Nie jest to zamierzone i jest konsekwencją konieczności pracy z inną częścią mózgu niż osoba z NT. AS mężczyźni nie mają zalet naturalnej intuicji i wnikliwego myślenia i muszą polegać wyłącznie na logicznym i opartym na faktach myśleniu, aby dowiedzieć się, czego chce od nich ich partner. Jest to dość trudne do zrozumienia pojęcie, ale bardzo ważne jest, aby partner NT zrozumiał, że ta niepełnosprawność jest spowodowana ZA, w przeciwnym razie będzie miała wrażenie, że on celowo zignorował jej potrzeby i nawet nie zadał sobie trudu, by spróbować ją zrozumieć. Są takie chwile w mojej poradni, kiedy zobaczę pary na samym początku ich drogi do odkrycia zespołu Aspergera. W przypadku kilku par, które widziałam, nie ma świadomości, że AS jest przyczyną ich

problemów. Są świadomi, że coś jest nie tak i bardzo zdesperowana i sfrustrowana partnerka z NT często mówi mi, że wie, że mu na niej zależy, że robi, co w jego mocy, więc dlaczego jest tak cholernie samolubny? Dlaczego mówi, że się zmieni, a potem nie? Dlaczego on nie rozumie, co ona próbuje mu powiedzieć? Dlaczego nie rozumie jej i jej potrzeb? Jak może mówić, że ją kocha, a jednocześnie być tak nieczułym i okrutnym? Dlaczego nie może rozmawiać o emocjach? Nic dziwnego, że wiele z tych kobiet przychodzi zobaczyć, jak mówię te same rzeczy, czuję to samo i czasami wątpię we własne zdrowie psychiczne. W międzyczasie jej partner będzie siedział obok niej, mówiąc bardzo niewiele, jeśli w ogóle, i nie mając pojęcia, dlaczego zawsze jest na niego taka zła. Później, kiedy okaże się, że przyczyną problemów może być ZA, i być może poszukiwana i potwierdzona diagnoza, wtedy i tylko wtedy partner NT jest w stanie zacząć nadawać sens i rozumieć, co tak źle poszło w ich związku. Ulga, jaką może to przynieść obojgu partnerom, jest ogromna. To jest moment, w którym zaczyna go rozumieć, a często moment, w którym on jest w stanie lepiej zrozumieć siebie i stać się bardziej świadomym tego, co jego partner mówi do niego od tylu lat. Kobiety z ZA czuły, że do pewnego stopnia rozumieją swojego partnera i nauczyły się rozumieć wiele jego zachowań. Było jednak dla nich bardzo ważne, aby ją zrozumiał. Niektóre z kobiet z zespołem Aspergera czuły się zdezorientowane, że chociaż ich partnerzy wydają się je rozumieć, czasami robią coś, co wyraźnie pokazuje, że tego nie rozumieją. Pewna kobieta z zespołem Aspergera wyjaśniła to faktem, że jej partner również miał zespół Aspergera i przez to robił dziwne rzeczy.

Kluczowe punkty

- ° Większość dorosłych AS uważa, że rozumie pewne aspekty swoich partnerów.
- ° Zespół Aspergera upośledza zdolność przewidywania konsekwencji swoich działań dla kogoś innego.
- ° W Mapowaniu umysłu Rita Carter stwierdza, że osoby z ZA używają innego obszaru mózgu niż osoby z NT do rozwiązywania problemów związanych z teorią umysłu.
- ° JAKO dorośli nie mają korzyści z naturalnej intuicji i wnikliwego myślenia.
- ° Większość partnerów NT uważa, że ich zrozumienie partnerów z ZA wzrosło od czasu rozpoznania zespołu Aspergera.
- ° AS kobiety czują, że mogą zrozumieć swoich partnerów do pewnego stopnia.
- ° Dla kobiet AS ważne jest, aby ich partnerzy je rozumieli.

Samoujawnianie się

Otwartość i szczerść w stosunku do wybranego partnera jest niezbędna do stworzenia naturalnej i opartej na zaufaniu więzi. Zapytałem mężczyzn z AS w moim badaniu, czy czują się zdolni do otwartości i ujawnienia informacji swoim partnerom. Chociaż 69% mężczyzn z zespołem Aspergera stwierdziło, że może ujawnić pewne informacje swoim partnerom, tylko 10% uważa, że są w stanie ujawnić informacje o sobie. Jest to dość sprzeczne z wysokim poziomem zaufania, jakim wielu mężczyzn z ZA twierdziło, że darzą swoje partnerki. Zwykle wynika z tego, że jeśli komuś całkowicie ufasz, możesz z nim porozmawiać, powiedzieć mu lub jej o większości spraw i jesteśmy w stanie im w tym zaufać. Wielu mężczyzn powiedziało, że czują się zagrożeni, gdy ich partnerki zadają im bezpośrednie pytania, i są dość podejrzliwi co do tego, dlaczego chce wiedzieć i co zamierza zrobić z informacjami, jeśli ich dostarczą. Pewien mężczyzna powiedział, że wszelkie osobiste pytania żony wydawały się intruzem. Inny powiedział, że wszystko, co powiedział o sobie swojemu partnerowi, było zawsze wykorzystywane do późniejszej krytyki. Wrażliwość na krytykę wydaje się być bardzo wysoka wśród mężczyzn z zespołem Aspergera. Niemal wszyscy mężczyźni, z którymi rozmawiałam, wspominali o poczuciu

krytyki ze strony partnerek. O krytyce mówili również wszyscy partnerzy NT, którzy czuli, że za każdym razem, gdy próbują porozmawiać o swoich problemach, udzielić partnerowi rady lub pomóc, natychmiast zostaną oskarżeni o krytykę. Aby to zrozumieć, należy pamiętać, że osoba z ZA często nie jest świadoma tego, że to, co robi lub mówi, jest złe lub raniące; może nawet być tak, że przyczyną problemu jest oczywisty brak tego, co powinien mówić lub robić. Jednym z powodów jest to, że ma trudności z odczytaniem jej myśli i zrozumieniem jej uczuć. Nie może sobie wyobrazić, zgadnąć ani zrozumieć, co ona myśli i czuje, a często dlatego ją boli. Nie może odczytać bardziej subtelnych niewerbalnych sygnałów, które mu daje, i nie będzie świadomy, że jest smutna lub zraniona z powodu czegoś, co zrobił lub czego nie zrobił. Po drugie, jego podwyższona wrażliwość na krytykę może wynikać z tego, że to, co ona mówi, jest sprzeczne z jego własnym postrzeganym scenariuszem o sobie. Być może postrzega siebie jako kogoś, kto zawsze stara się dać z siebie wszystko lub kto jest opiekuńczy. Jeśli to, co ona werbalizuje, kwestionuje to lub podważa, on uwierzy, że jest po prostu krytyczna lub go atakuje. W ten sam sposób, jeśli wyjawia coś o sobie, a ona się z tym kłóci lub kwestionuje to, co mówi, zinterpretuje to jako zdradę z jej strony, a także bezpośrednią krytykę samego siebie. Chce weryfikacji i potwierdzenia, że jego postrzeganie siebie jest właściwe. Jeśli ona to zakwestionuje, a on to zaakceptuje, będzie musiał zweryfikować swoje pomysły i przemyślenia. Musiałby zmienić swoje postrzeganie siebie, a to byłoby dla niego bardzo trudne. Słyszy więc jej słowa jako krytykę, a nie radę, i w ten sposób nie musi uznawać tego, co mówi, ani postępować zgodnie z nią postrzegana krytyka. Jedyny raz, kiedy widziałem AS mężczyzn zmieniających swoje postrzeganie siebie, to kiedy mieli diagnozę i zdali sobie sprawę, że to, co mówią ich partnerzy, jest prawdą: naprawdę był na przykład problem w komunikacji – nie zawsze wiedział, co ona poszukiwany. Dla niektórych dorosłych z ZA odkrycie, że istnieje powód, dla którego nie zawsze rozumieją to dobrze lub dlatego wydaje się, że nie mogą uszczęśliwić swojego partnera, jest całkowitym objawieniem. Mężczyzna z ZA często odczuwa ulgę, gdy wie, że nie jest winny tego, co poszło nie tak w związku i że nie musi już tak defensywnie lub reaktywnie reagować, gdy zwraca uwagę na obszar lub zadanie, którego nie wykonał dobrze. Partnerowi NT łatwo jest zapomnieć, że jej partner może nie wiedzieć, co powinien powiedzieć lub jak powinien zareagować w danej sytuacji. Może to sprawić, że poczuje się oskarżony o coś, o czym nie ma pojęcia, a więc w większości przypadków o coś, z czym nie może nic zrobić. Przyszła do mnie para, a żona powiedziała, że nie może już mieszkać z mężem. Dodała, że nie może uwierzyć, jak ktoś może być tak okrutny i bez serca. Najwyraźniej para omawiała temat seksu tydzień wcześniej, co skłoniło ich do wspomnień i refleksji nad wspólnymi doświadczeniami. Rozmawiali o tym, jak pierwszy raz spędzili razem noc. Jej wspomnienie z tego czasu było bardzo szczegółowe; zabiegali o względy przez długi czas, zanim ze sobą spali. Wyjawiała mu, jakie to było dla niej wyjątkowe i zapytała, jak to było dla niego. Odpowiedział szczerze, że czuł się wtedy rozczarowany. Była tym zszokowana i zapytała, dlaczego jest rozczarowany. Powiedział, ponieważ spodziewał się, że będzie miała większe piersi i był zaskoczony, że jedna pierś nie była tak duża jak druga. Była całkowicie zdruzgotana tą uwagą, a jej pewność siebie i poczucie własnej wartości zostały poważnie uderzone. Omówiliśmy to i nie mogłem zrozumieć, dlaczego jest na niego taka zła, skoro wszystko, co zrobił, było szczerze: zapytała go, co myśli, a on jej powiedział. Nie miało dla niego sensu, żeby pytała go o zdanie, a potem się złościła, kiedy je wyrażał. Zapytał mnie, czy chciała, żeby ją okłamał. Przedstawił swojej partnerce rzeczowe informacje w odpowiedzi na jej pytanie, ponieważ była to dla niego najłatwiejsza i najbardziej naturalna odpowiedź. Nie miał intuicji, by wiedzieć, że nie była to odpowiedź, której chciała, i że powiedzenie jej tego zniszczy jej wspomnienia o tym, co było dla niej bardzo wyjątkowym i intymnym czasem. Mogłem spojrzeć na sytuację tylko ze swojego punktu widzenia i zobaczyć, jak to na niego wpłynęło. Jego uwaga była bolesna i nieczuła, ale poprosiła o prawdę, a on jej ją dał. Nie było jego zamiarem sprawianie jej bólu. Mówi się, że jeśli chcesz poznać prawdę, powinieneś zapytać kogoś z zespołem Aspergera. Jedynym sposobem, w jaki mogłem zrozumieć ból, który spowodował, było powiązanie go z czymś, co mogło sprawić, że poczuł się nieadekwatny i gorszy. Tylko w ten sposób mogłem zrozumieć, jaki wpływ wywarły na niej jego słowa. W

wyniku tego incydentu stał się bardzo ostrożny w tym, co mówi w przyszłości. Przyjął słowo „miły”, więc gdyby nie mógł powiedzieć, że to było miłe, niczego by nie ujawnił. Sporo mężczyzn powiedziało, że na początku ujawniali różne rzeczy, ale zdali sobie sprawę, że zostanie to użyte przeciwko nim, więc całkowicie się wycofali i nie przedstawili żadnych informacji, które ich zdaniem mogłyby zostać nadużyte. Nie mylili się co do tego, ponieważ w większości przypadków informacje, które ujawnili, wywołały reakcję ich partnera. Niestety, nie skojarzyli, dlaczego wydaje się, że zostało to użyte przeciwko nim, ani nie zdali sobie sprawy, że ten rodzaj brutalnej szczerości może być bardzo szkodliwy dla drugiej osoby. Prawie wszystkie kobiety NT, z którymi rozmawiałam, powiedziały, że początkowo czuły, że mogą ujawnić większość rzeczy swoim partnerom. Zmieniło się to w ich przypadku przez pewien czas. Chociaż osiemdziesiąt procent uważało, że mogą ujawniać informacje swoim partnerom, partner AS albo ich nie rozumiał, albo w niektórych przypadkach nawet ich nie pamiętał. Spowodowało to, że wiele kobiet przestało ujawniać swoje uczucia i myśli. Pewna kobieta z Nowego Testamentu wyjaśniła, że chociaż jej mąż zdawał się słuchać, tak naprawdę nie słyszał tego, co mówiła; nie był w stanie skomentować ani wczuć się w to, co powiedziała, chyba że było to oparte na faktycznych i logicznych informacjach. Powiedziała, że to tak, jakby był głuchy na jej uczucia w taki sam sposób, w jaki niektórzy ludzie z uszkodzonym słuchem nie słyszą dźwięków o określonej wysokości. Nie mógł usłyszeć jej uczuć. To „uczucie głuchoty” wydaje się być dość powszechne wśród AS mężczyzn. Pewna kobieta opisała, jak gdy tylko rozmowa z mężem przechodziła do emocji i uczuć, mąż mówił: „Przepraszam, nie słyszę cię, co powiedziałaś?”. Powtarzała to, co powiedziała. „Słuchaj”, mówił, „naprawdę nie słyszę ani jednego słowa, które mówisz, bełkoczesz”. Skończyło się na tym, że zaczęła krzyczeć, a on miał wybuch złości. W końcu zrezygnowała z prób komunikowania swoich uczuć, co było dla niej bardzo smutne i frustrujące. Inna kobieta przechwalała się, że może powiedzieć mężowi wszystko, bez względu na to, jak intymny i emocjonalny jest to temat. „To musi być dla ciebie naprawdę dobre”, powiedziałem, „że możesz mu tak bardzo ufać”. „O tak” – zaśmiała się – „on po prostu zapomina wszystko, co powiedziałam, dwie minuty po tym, jak to powiedziałam!”. Wydaje się, że AS mężczyźni mogą mieć trudności ze słuchaniem i rozumieniem wyznań partnera na temat ich uczuć i emocji. Jednym ze sposobów zrozumienia tego jest wyobrazić sobie, że próbujesz słuchać kogoś, kto mówi na bardzo specjalistyczny temat, używając bardzo technicznego żargonu. Byłoby bardzo trudno zachować lub zapamiętać, co powiedzieli, gdybyś nie rozumiał języka i nie był z nim zaznajomiony. Wydaje się, że jest to bardzo podobne do tego dla osoby z zespołem Aspergera. Jeśli nie zostaną użyte właściwe słowa i terminy, będą mieli trudności ze słuchaniem i niewielkie szanse na zrozumienie. Jedna z kobiet powiedziała, że nauczyła się nie mówić o niczym, o czym nie miała pojęcia, czuła się bardzo głęboko, ponieważ jej mąż popadłby w depresję. Wydaje się, że AS mężczyźni zasadniczo dzielą się na dwa obozy: są tacy, którzy stają się źli i głośni, gdy czują się zagrożeni lub gdy myślą, że tracą kontrolę; i tych, którzy całkowicie się wycofują i stają się oddaleni lub przygnębieni. Możliwe, że obie te reakcje są formami złości i frustracji, a dla tych, którzy zinternalizują złość, może ona szybko przerodzić się w depresję. Depresja to gniew skierowany do wewnątrz; niektórzy ludzie mogą swobodnie wyrażać złość, inni nie. Tak samo jest w przypadku osób dorosłych z zespołem Aspergera, z tą różnicą, że zespół Aspergera wydaje się wyolbrzymiać ten problem. W ten sposób gniew może stać się wybuchowy, a wycofanie może spowodować głęboką depresję. Niezależnie od tego, w jaki sposób osoba z ZA radzi sobie ze swoją złością, jest to jej sposób na uzyskanie kontroli. Kontrola jest tak samo niezbędna dla dorosłych z zespołem Aspergera, jak powietrze do oddychania. Zachowanie kontroli to jedyny sposób, w jaki czują, że mogą przetrwać w złożonym świecie pełnym mieszanych emocji i niespójnych uczuć, z których wszystkie są dla nich całkowitą tajemnicą. Muszą spróbować zinterpretować język, którego nie znają; nie ma przewodników po niewypowiedzianym słowie. Biorąc pod uwagę, że siedemdziesiąt procent komunikacji jest niewypowiedziane, pozostałe trzydzieści procent nie pozostawia im zbyt wielu informacji, z którymi mogliby sobie poradzić. Nikt nie jest za to winny, ani osoba z zespołem Aspergera ani osoba, która z nią mieszka. To jest przesłanie, które przekazuję wszystkim moim klientom

i ważne jest dla dobra obojga, aby zostało to zrozumiane. W tym problematycznym obszarze można osiągnąć poprawę i zmianę. Osoba z ZA ma często ponadprzeciętną inteligencję i może nauczyć się logicznie i praktycznie, że są dobre i złe rzeczy do powiedzenia. Może nauczyć się myśleć, zanim coś powie, i zrozumieć, że niektóre rzeczy są bolesne. Osoba z AS, która jest zaangażowana w związek i chce poprawić sytuację, może wprowadzić kilka ulepszeń. To wymaga tylko czasu, motywacji i bodźca z jego strony oraz całego ładunku cierpliwości i zrozumienia dla niej. Często można dokonać pewnych ulepszeń, jeśli jest w stanie zrozumieć na poziomie praktycznym, a nie emocjonalnym, dlaczego powinien postąpić inaczej. Na przykład jeden mężczyzna nigdy nie kupił żonie kwiatów, powiedział, że uważa je za stratę pieniędzy, po prostu umarli i poszły do śmieci. Kupowanie kwiatów traktował czysto praktycznie. Nie widział, że owszem, umierały i trafiały na śmietnik, ale nie o to chodziło, chodziło o to, żeby sprawiały przyjemność osobie, której były ofiarowane. „OK”, powiedziałem mu, „porozmawiajmy o kolacji, którą jadłeś zeszłej nocy, co jadłeś?” „Ryba, brokuły i ziemniaki w mundurkach” – odpowiedział. „To brzmi nieźle, podobało ci się?”, zapytałem. „Tak, to był łosoś”. „To jego ulubiona ryba” – przerwała mu żona. „Lubi, kiedy gotuję mu łososa”. „Więc twoja żona ugotowała ci wczoraj kolację” – powiedziałem. Poszła do sklepu, kupiła swoją ulubioną rybę, ugotowała ją z brokułami i ziemniakami. Zjadłeś to i poczułeś się usatysfakcjonowany i zadbany?

„Tak” – odpowiedział.

„Gdzie jest teraz ta kolacja?”, zapytałem go.

„Podejrzewam, że w toalecie” – nadeszła jego niechętna odpowiedź.

„Więc może twoja żona mogłaby pomyśleć, że karmienie cię to strata pieniędzy i czasu, jak myślisz, kupowanie jej kwiatów?”

– Ach, ale to jest coś innego – odpowiedział szybko – mogłaby tak myśleć, ale to nie to samo. Muszę coś zjeść albo umrę z głodu. Ona nie potrzebuje kwiatów, żeby przeżyć!

„Emocjonalne potrzeby twojej żony są takie same jak twoje potrzeby fizyczne, one również muszą być karmione i otoczone opieką, a jednym ze sposobów, w jaki możesz to zrobić, jest kupowanie jej od czasu do czasu kwiatów i okazywanie, że o niej myślałeś i co czyni ją szczęśliwą. Ona potrzebuje, żebyś zaopiekował się tą jej stroną. Wiem, że jest to dla ciebie trudne, ponieważ nie masz takich samych potrzeb, ale teraz wiesz, dlaczego tak jest i możesz zrozumieć, że jej potrzeby są inne niż twoje. Mówisz, że chcesz ją uszczęśliwić, cóż, jest to jeden ze sposobów, w jaki możesz to zrobić. Jeśli to zrobisz, może poczuje, że ma więcej energii emocjonalnej, aby zająć się twoimi potrzebami fizycznymi i ugotować twoją ulubioną rybę.

Kluczowe punkty

- ° Niewielu AS-mężczyzn czuje się w stanie ujawnić informacje o sobie swojemu partnerowi.
- ° JAK mężczyźni mówią, że czują się zagrożeni, gdy ich partnerki zadają im bezpośrednie pytania.
- ° Niektórzy AS uważają, że wszystko, co ujawnią swojemu partnerowi, zostanie użyte do ich krytyki.
- ° JAK mężczyźni mogą czasami odpowiedzieć na ujawnienie lub pytanie, które wymaga delikatnej odpowiedzi, z całkowitą, a czasem brutalną szczerością.
- ° Obaj partnerzy twierdzą, że na początku związku byli w stanie ujawnić informacje o sobie.
- ° Większość kobiet NT twierdzi, że chociaż mogą ujawnić swoje partnerki, rzadko były one przez nie rozumiane.

- ° „Uczucie głuchoty” jest czasami odpowiedzialne za niezdolność partnera z ZA do usłyszenia i zrozumienia ujawnień dotyczących uczuć i emocji.
- ° Utrzymanie kontroli jest kluczowe dla dorosłych z ZA.
- ° Większość kobiet z zespołem AS jest otwarta i szczerą w stosunku do siebie i nie czuje się zagrożona, ujawniając informacje osobiste swoim partnerom.

Komunikacja

Wszystkie pary podniosły problemy w komunikacji jako temat, który miał pierwszeństwo przed wszystkimi innymi trudnościami w ich związku i poza nim. Załamanie komunikacji między parą może powodować nieporozumienia, kłótnie, niską samoocenę i frustrację. Pary, w których jeden z partnerów ma zespół Aspergera, często narzekają, że rozmawiają w dwóch różnych językach, a w poradnictwie moją rolą jest często pełnienie roli tłumacza między nimi. Nic dziwnego, że komunikacja jest tak wysoko na liście problemów, ponieważ jest to jedna z podstawowych cech powodowanych przez zespół Aspergera. Mogą występować trudności zarówno w komunikacji werbalnej, jak i niewerbalnej, i prawdopodobnie problemy będą bardziej ekstremalne w obszarze niewerbalnym. Dla niektórych AS-ów komunikacja werbalna jest mniejszym problemem i są oni całkiem dobrymi komunikatorami, mogącymi bez końca rozmawiać o swojej pracy lub zainteresowaniach. Kiedy rozmawiają na swoje ulubione tematy, mogą być bardzo interesujące i zabawne. Niektórzy mężczyźni z zespołem Aspergera potrafią używać słów w najbardziej elokwentny i ekspresyjny sposób; ich znajomość języka pozwala im używać nietypowych słów w bardzo fachowy sposób. To z pewnością może sprawiać wrażenie doskonałego rozmówcy, a kilka kobiet z Nowego Testamentu powiedziało, że ich pierwsze wrażenie na temat partnera było takie, że był rozmowny, dowcipny i ekspresyjny. Wydawał się interesujący i z łatwością mógł domagać się szacunku od innych oraz sprawiać wrażenie władzy i inteligencji. Inni mężczyźni AS są ekspertami w akcentach i językach i potrafią naśladować akcenty, co czyni ich bardzo zabawnymi, gdy opowiadają dowcipy lub relacjonują, co powiedział ktoś z innego obszaru. W niektórych przypadkach opanowanie kolejnego języka przychodzi łatwo, a przebywając w obcym kraju, osoba z ZA może wkrótce mówić z tak doskonałą płynnością, że inni mogliby sądzić, że mówi w swoim ojczystym języku. Wiele osób z zespołem Aspergera, zwłaszcza kobiet, jest znakomitymi aktorami i doskonale radzi sobie z naśladowaniem. Mimikra jest często przejawiana u dzieci autystycznych i być może umiejętność naśladowania jest przedłużeniem tej autystycznej cechy. Mimikra może być jednak źródłem frustracji dla partnera NT, który może uznać za bardzo poniżające, gdy ktoś wydaje się z niego kpić. Pewna kobieta wyjaśniła, jak frustrujące było to, że jej partner ciągle naśladował jej śmiech. Miała niezwykle śmiech i czuła, że jej partner naśladował ją do tego stopnia, że przestała się śmiać. Czuła, że ukradł jej kawałek. Jednak nie wszyscy mężczyźni AS są rozmowni; inni mogą wydawać się dość nieśmiali, cisi i niekomunikatywni, mówiący bardzo mało. Większość by to zinterpretowała jako brak komunikacji jako introwertyzm lub brak pewności siebie w kontaktach z innymi. Odkryłem, rozmawiając z jedną parą, że nie zawsze jest to powód. Przychodzili do mnie z różnymi problemami, ale jednym z głównych problemów była komunikacja, a właściwie jej brak. Kobieta wyjaśniła, że nie będzie z nią rozmawiać i może milczeć przez wiele dni. Czuła, że powoli wariuje z powodu samotności i frustracji, jakie ją to powodowało. Jej partner słuchał, kiedy mówiła, nie oferując żadnej odpowiedzi ani informacji zwrotnej. Dało to początkowe wrażenie, że rzeczywiście był bardzo cichym i zamkniętym w sobie człowiekiem, mającym ogromne problemy z komunikacją. Zwróciłem rozmowę na niego i stwierdziłem, że dość łatwo odpowiedział i odpowiedział na moje pytania. Jednak to było wszystko, co zrobił, odpowiadając jak najmniejszą liczbą słów. Potem zapytałem go o jego pracę. Powiedział mi, że jest informatykiem i w tym momencie ożył i opowiedział o swoim najnowszym odkryciu, o tym, jak bardzo chciał to wypróbować i co według niego może osiągnąć. Miałem pewną wiedzę na dany temat, więc mogłem się zachować, przedstawić mu kilka interesujących uwag i zadać kilka istotnych pytań. To

dodało mu otuchy i stało się coraz bardziej oczywiste, że ten człowiek nie miał problemów z faktycznym procesem komunikacji i interakcji, gdy był to temat, który go interesował. Nigdy nie włączał swojej żony w naszą rozmowę, a kiedy ja próbowałam ją sprowadzić, całkowicie zignorował to, co miała do powiedzenia. Zapytałam go, dlaczego nie komunikuje się z żoną, na co odpowiedział, że nie ma sensu. Zapytałam, czy mógłby mi wyjaśnić, co przez to rozumie.

– Wolałbym w ogóle nie mówić – odparł chłodno.

Jego żona wyglądała na bardzo zranioną i powiedziała, że to bardzo okrutne z jego strony

Wiedziała, jak bardzo chciała, żeby z nią porozmawiać. Powtarzał, że wolałby nie rozmawiać, niż musieć z nią rozmawiać. Zapytałam go, czy mógłby nam powiedzieć, dlaczego tak się czuje w stosunku do swojej żony, na co odpowiedział, że nie jest na tyle inteligentna, żeby z nim rozmawiać. Na to jego żona była jeszcze bardziej zraniona; w żadnym wypadku nie była nieinteligentną kobietą! Poprosiłam go o dalsze wyjaśnienia, a on powiedział, że nie rozumie tematów, o których chciał rozmawiać, a niektóre z jej odpowiedzi uznał za obrazę charakteru pracy, w którą był zaangażowany. Zapytałam, dlaczego nie może z nią nawiązać dialogu na temat, z którym była obeznana. „Dlaczego miałbym?”, powiedział, „Nie interesuje mnie gotowanie, dzieci ani jej przyjaciele.” Ten mężczyzna patrzył na rzeczy tylko ze swojej perspektywy i chociaż powiedział, że nie zamierzał być okrutny ani niemiły dla swojej żony, to był bez wątplenia sposobem, w jaki dotarło do niego jego przesłanie. Nie był w stanie zrozumieć, dlaczego była tak zdenerwowana, ponieważ w końcu był tylko szczery. Jego zdaniem ich zainteresowania były na tyle różne, że nie mógł wejść ani rozmawiać o jej świecie, był on dla niego błahy i nieważny. Nie spodziewał się, że będzie z nim omawiać jego temat, ponieważ czuł, że nie może zaoferować nic poza tym, co już wiedział. Niespecjalnie chciał rozmawiać o czymkolwiek innym, więc tego nie robił. Oprócz tego, że chcą rozmawiać tylko na tematy, które ich interesują, niektórzy AS mężczyźni nie rozmawiają, ponieważ boją się, że powiedzą coś niewłaściwego, zwłaszcza jeśli temat zbliża się do delikatnego tematu uczuć lub emocji. AS mężczyźni radzą sobie z tym strachem na dwa różne sposoby. Niektórzy są bardzo źli i sfrustrowani i używają tego, aby uciszyć swojego partnera. Inni wydają się zamykać, widoczny proces, który widziałem wiele razy podczas rozmów z parami. Będzie świadomy, że rozmowa i jego partner stają się emocjonalne i wymaga się od niego mówienia o uczuciach i emocjach. Zaczyna wykazywać oznaki dyskomfortu, zwlekając z odpowiedzią, używając wielu „umm” i „ahh”, bardzo ostrożnie dobierając słowa, a każde zdanie jest przemyślane i przeanalizowane. Może zacząć wiercić się na krześle lub załamywać ręce. W tym momencie albo się zdenerwuje, albo całkowicie przestanie mówić. Mówiłem wcześniej o różnicach w przetwarzaniu danych przez mózg między osobami z ZA i NT. Kiedy osobie z ZA zadaje się pytanie lub stawia przed nią problem polegający na odczytaniu czyichś uczuć lub umieszczeniu jej w czyimś umyśle, nie jest ona w stanie wykorzystać części mózgu przeznaczonej do tego celu i używanej przez osoby z NT. Zamiast tego używa obszaru mózgu, który jest używany do logicznego i praktycznego rozwiązywania problemów. Osoba z ZA, gdy rozwiązuje problem wymagający wnikliwego przemyślenia, może udzielić odpowiedzi tylko logiczną i praktyczną drogą. Jego próby udzielenia właściwej odpowiedzi przy użyciu innego procesu rozwiązywania problemów są bardzo trudne. Nauczył się już metodą prób i błędów, że odpowiedź, która przychodzi mu automatycznie, rzadko jest tą, która spotka się z radosną lub życzliwą reakcją. Mężczyzna z ZA odkrywa z czasem, że jego odpowiedź zdaje się prowokować gniew, denerwować partnera lub być bardzo reaktywna, a ponieważ nie jest to jego intencją, interpretuje tę reakcję jako bezpośrednią krytykę i atak na niego. Dlatego tak wiele rozmów między parami załamuje się, gdy jeden z partnerów ma zespół Aspergera. Często partner NT ma wrażenie, że niemożliwe jest, aby zrozumiał lub uchwycił punkt, który ona próbuje przedstawić, i jest to przyczyną wielu frustracji dla obojga. Cały sens interakcji gubi się całkowicie w morzu zamieszania i zatapiających się emocji. Wiele kobiet mówi o tym, jak one i ich

partner wydają się mówić w różnych językach, których nie rozumie co druga osoba która mówi lub ma na myśli. Często spotykam bardzo sfrustrowaną i niemal zdesperowaną kobietę, która mówi:

Dlaczego nie może mówić o emocjach?

Dlaczego on nigdy nie rozumie, o co chodzi?

Dlaczego coś tak prostego kończy się tak skomplikowaniem?

Dlaczego on nigdy nie słyszy, co mówię?

Dlaczego zawsze zarzuca mi, że go krytykuję, kiedy próbuję mu pomóc?

Dlaczego swoimi nieczułymi komentarzami rani dzieci i mnie?

Lista jest długa i interesujące jest to, że tak wiele kobiet mówi dokładnie to samo o swojej sytuacji i partnerze. To naprawdę ogromny problem dla partnera NT. Ale co z partnerem z zespołem Aspergera, jak dużym problemem jest dla niego komunikacja?

Kluczowe punkty

- ° Problemy w komunikacji mają pierwszeństwo przed wszystkimi innymi trudnościami w relacji z partnerem AS.
- ° Poziom komunikacji werbalnej u mężczyzn z ZA jest bardzo zróżnicowany.
- ° Niektórzy dorośli z ZA są doskonali w naśladowaniu i chociaż może to być zabawne, partner może to postrzegać jako krzywdzące.
- ° Wiadomo, że mężczyzna z AS nie komunikuje się ze swoim partnerem, chyba że jest to absolutnie konieczne.
- ° AS mężczyznom bardzo trudno jest mówić o swoich uczuciach.
- ° Partnerzy AS i NT często mają wrażenie, że mówią różnymi językami.
- ° Wydaje się, że większość partnerów NT używa tej samej terminologii do opisanie swoich uczuć, gdy próbują porozumieć się ze swoim partnerem.

Zespół Aspergera – strona komunikacji

Pytanie „Jak myślisz, jak dużym problemem jest komunikacja w twoim związku?” wywołało znacznie bardziej szczegółową i długą odpowiedź niż jakiegokolwiek inne pytanie, które zadałem. Bez wyjątku wszyscy AS mężczyźni odpowiedzieli, że ten obszar był jednym z najbardziej problematycznych w ich związkach i większość uznała, że można to bezpośrednio im przypisać. Jednak dodatkowo niektórzy uważali, że duża część problemu była związana z reakcją ich partnera na to, co powiedzieli lub ze sposobem, w jaki to zostało powiedziane. Inni uważali, że to ich partner całkowicie źle zinterpretował to, co powiedzieli. Wielu mężczyzn z AS stwierdziło, że czują się prześladowani i mocno krytykowani w tej dziedzinie. Inni skarżyli się, że ich partnerzy próbowali ich zmienić, ale wszyscy czuli, że nie mają absolutnie pojęcia, w co powinni się zmienić. Znaczna liczba mężczyzn z ZA czuła, że są bardzo źle rozumiani przez swoich partnerek. Pewien mężczyzna opowiadał, że jego żona ciągle zarzucała mu, że odpowiada niewłaściwym tonem głosu. Powiedział, że często czuła się urażona czymś, co powiedział, podczas gdy jego intencje były zupełnie odwrotne. „To sposób, w jaki mówię. Nie wiem, jak inaczej mówić, nie mam innego głosu!” – przekonywał. „Ona chce, żebym się zmienił... Nie mogę zmienić głosu”. Przyznałam, że musi to być dla niego bardzo frustrujące. „Jest!”, wykrzyknął, „a potem chce, żebym przeprosił, oczekuje, że przeproszę za coś, czego nie zrobiłem”. Nie chcę, a kłótnia trwa i trwa.

Nie będę przepraszać za coś, czego nie zrobiłem; ona nie przeprasza za to, że obraziła się, kiedy to nie było zamierzone!”. Ten mężczyzna był głęboko przekonany, że jego partnerka była całkowicie nieuzasadniona w swoich oczekiwaniach wobec niego, aby dokonał zmian w czymś, czego nie był świadomy i nad czym nie czuł, że ma jakąkolwiek kontrolę. Trzech mężczyzn zgłosiło, że ich partnerzy powiedzieli im, że są nudni i nigdy nie wymyślili ciekawych tematów do rozmowy. Większość dokładnie wiedziała, jak mogą to zmienić, ponieważ powiedzieli im ich partnerzy. Zgłosili, że kazano im czytać na różne tematy, czytać artykuły, uczęszczać na zajęcia w college'u lub zajmować się nowymi zainteresowaniami. Pomimo wiedzy, co mogą zrobić, aby ułatwić zmianę, prawie żaden z mężczyzn nie przekuł teorii w praktykę. Osobie z zespołem Aspergera może być bardzo trudno skupić się na temacie, który ją interesuje w niewielkim stopniu lub wcale. Wynika to z wąskiego i stałego obszaru zainteresowań, który często przejawiają osoby z zespołem Aspergera; chociaż mogą być ekspertami w wybranej przez siebie dziedzinie lub temacie, mogą nie wykazywać żadnego zainteresowania czymkolwiek innym. Ten brak zainteresowania innymi przedmiotami może powodować problemy w kontaktach towarzyskich, ponieważ osoby z ZA rzadko mają możliwość ukrywania tego. W towarzystwie innych osób można faktycznie zaobserwować, jak odwracają swoją uwagę, gdy przedmiotem dyskusji jest temat, który ich nie interesuje. Ponadto zaobserwowano, że w niektórych przypadkach faktycznie odchodzą, pozostawiając drugą osobę stojącą tam i rozmawiającą ze sobą. Widać to również w związkach, gdy partner porusza temat, który nie interesuje AS. Może nie słuchać, może przerywać i zmieniać temat rozmowy lub, jeśli to wszystko zawiedzie, może po prostu odejść. Przerywanie było kwestią podniesioną przez dwóch mężczyzn, którzy skarżyli się, że ich partnerzy nieustannie upominają ich za przerywanie im lub innym podczas rozmowy. Często zdarza się, że znajdujemy się w dialogu z kimś, kto rozmawia na temat, który nas mało lub wcale nie interesuje. Większość ludzi w takiej sytuacji będzie uprzejma i toleruje sytuację, zwłaszcza gdy jest to ich partner i oboje są w towarzystwie innych. Jednak niektóre osoby z zespołem Aspergera mogą ciągle przerywać lub rozmawiać ze swoimi partnerami, co w końcu spowoduje reakcję, prawdopodobnie złość. Panowała zgoda co do tego, że reakcja ta jest całkowicie nieuzasadniona. Pewien mężczyzna powiedział, że chce dodać bardzo cenny i istotny punkt do rozmowy, a jeśli nie zostanie to natychmiast wypowiedziane, temat rozmowy się zmieni, a uczestnicy dyskusji przegapią jego wkład. Ponownie, wskazuje to na trudność osoby z AS w postrzeganiu rzeczy z perspektywy innych ludzi. Może nie było potrzeby, aby wiedzieli, co miał do powiedzenia, zwłaszcza że nigdy nie powiedzieliby, że to powie. To tak, jakby, ponieważ wie, co mogą przegapić, jeśli jego wkład nie zostanie wyrażony, zakłada, że oni też tego przegapią. Powoduje to myślenie introspekcyjne, które często jest częścią zespołu Aspergera. Po raz kolejny osoba z ZA naprawdę wierzy, że leży jej na sercu dobro innych osób. Ta sama logika jest stosowana, gdy osoba z ZA przechodzi do swojego ulubionego tematu lub szczególnego zainteresowania. Często widziałem kobietę niemal wpadającą w panikę, gdy usłyszała, jak ktoś pyta jej partnera o jego ulubiony temat, i desperacko próbowała interweniować i skierować rozmowę na inny temat. To rzadko się udaje, ponieważ prawdopodobnie nawet nie słyszał lub nie był świadomy tego, co próbowała zrobić. Kilku mężczyzn z zespołem AS skarżyło się, że ich partnerzy zarzucali im, że nie słuchają, i twierdzili, że ich partnerzy będą mówić, że powiedzieli im rzeczy, o których na pewno nie mówili. Słyszenie wybiórcze jest kwestią podnoszoną przez większość, jeśli nie wszystkie, kobiet Nowego Testamentu, z którymi rozmawiałam, i wydaje się być katalizatorem wielu nieporozumień, które rozwijają się między parami. Istnieje duże prawdopodobieństwo, że kobiety z ZA przekazały informacje swoim partnerom z ZA, ale osoba z ZA nie pamięta, co powiedziała. Powodem jest to, że informacja prawdopodobnie nigdy nie dotarła do pamięci długotrwałej. Aby zachować informację, otrzymana wiadomość musi zostać zaszyfrowana i dotrzeć do naszych magazynów pamięci długotrwałej. Pamięć długotrwała jest jak biblioteka w naszym mózgu, która sortuje i kategoryzuje nasze wspomnienia w naszych bankach pamięci, gotowe do odzyskania w razie potrzeby. Zanim informacja trafi do pamięci długotrwałej, musi przejść przez pamięć krótkotrwałą. Krótkoterminowa

pamięć bardzo różni się od pamięci długotrwałej i trwa tylko kilka sekund. Jeśli wiadomość nie zostanie odsłuchana i zaszyfrowana, nie dotrze do miejsca docelowego w magazynach pamięci długotrwałej, a zatem nie zostanie zachowana do późniejszego odzyskania. Istnieje wiele powodów, dla których wiadomości nie docierają do pamięci długoterminowej, a jednym z nich jest rozproszenie uwagi. Rozproszenie uwagi może bardzo utrudniać koncentrację, a według Allana i Barbary Pease w ich książce Dlaczego mężczyźni nie słuchają, a kobiety nie potrafią czytać map, mężczyźni są szczególnie podatni na rozproszenie uwagi i bardzo trudno jest im wykonywać więcej niż jedno zadanie na raz. czas. Ten szczególny problem wydaje się być zaostrzony przez zespół Aspergera i sprawia, że osobie z zespołem Aspergera bardzo trudno jest skoncentrować się na tym, co się mówi, jeśli w danym momencie coś rozprasza. Na przykład pewna kobieta powiedziała mężowi, że umówiła się z nimi na wieczorny odbiór jej matki. To były urodziny jej mamy i zabierali ją na kolację. Skończyła, pytając go, czy mógłby wrócić wcześniej z pracy, ponieważ potrzebowała pomocy przy układaniu dzieci do łóżek, zanim przyjdzie opiekunka. Powiedziała mu to, gdy rodzina jadła śniadanie. Siedział wtedy przed nią i wydawał się słuchać i wchłaniać to, co mówiła. Jednak tej nocy nie wrócił wcześniej do domu, a kiedy w końcu przyjechał, powiedział, że nie ma pojęcia, o czym ona mówi, i zarzucił jej, że mu nie powiedziała. To ją rozwścieczyło, ponieważ wiedziała, że mu powiedziała, i pomyślała, że to jego sztuczka, aby uniknąć spotkania z teściową. Wieczór był zrujnowany dla wszystkich, ona była zła z powodu jego oskarżeń, że próbowała się do niego dostać, on był sfrustrowany, że wciąż upierała się, że powiedziała mu rzeczy, o których najwyraźniej myślał, że nie powiedziała, i podsumowując to wszystko, biedna mama nie mogła wyjść. Dlaczego więc nie usłyszał informacji, które przekazała mu żona? Po pierwsze, radio było włączone, kiedy z nim rozmawiała, po drugie, dzieci siedziały przy stole i zauważył, że najmłodsza wylewa drinka na czystą sukienkę. W końcu przypomniał sobie, że musi do kogoś zadzwonić, zanim wyjdą do pracy, ponieważ potrzebował, by przynieśli nowy program komputerowy, który chciał wypróbować tego dnia w pracy. To było zbyt duże rozproszenie, a konsekwencją było przeciążenie sensoryczne – informacje od żony nigdy nie przedostały się przez bariery. Chociaż słyszał słowa, które wypowiedziała jego żona, wiadomość nigdy nie dotarła do pamięci długotrwałej, dlatego nie było dla niego pamięci o tym, co powiedziała. W poradni często proszę osobę z ZA, aby powtórzyła mi to, co powiedziałem, a następnie wyjaśniła, że rozumie to, co powiedziałem, tak jak ja to rozumiem. To ciągłe sprawdzanie może wydawać się nużące i czasochłonne dla partnera NT, ale jest naprawdę niezbędne, jeśli nie chce spotkać się z sytuacjami podobnymi do tej, którą właśnie opisałem. Innym obszarem komunikacji, w którym czterdzieści procent mężczyzn z ZA stwierdziło, że czują się bardzo krytykowani, były oskarżenia ich partnerek, że odmawiają omawiania głębokich i znaczących tematów. Chociaż mężczyźni AS byli świadomi, że nie rozmawiają na takie tematy ze swoimi partnerkami, czuli, że insynuują, że nie mają żadnych uczuć ani emocji. Tematy związane z uczuciami i emocjami oraz ich zrozumienie były zwykle bardzo trudne lub niemożliwe do omówienia dla AS-mężczyzn. Nie dzieje się tak dlatego, że nie mają uczuć, mają uczucia jak wszyscy inni, ale uczucia, które mają, są zawsze tylko dla nich osobiste; nie są w stanie wczuć się w uczucia innej osoby. Może to spowodować, że osoba z zespołem Aspergera zrobi przypuszczenia na temat tego, jak ktoś się czuje, ale w oparciu o własne odczucia w tym czasie lub o tym, jak pamięta, jak czuł się w podobnej sytuacji w przeszłości. Brakuje świadomości, że ktoś inny może czuć się zupełnie inaczej, nawet jeśli czynniki przyczyniające się do tego są podobne. Inną kwestią podniesioną przez niektórych mężczyzn w moich badaniach było to, że ich partnerki oczekiwały od nich, aby wiedzieli, jak by się czuli w sytuacji, która jeszcze się nie wydarzyła. Pozwól mi wyjaśnić. Pewna para na wczesnym etapie swojego związku uzgodniła, że będą wobec siebie całkowicie otwarci i szczerzy w kwestii pieniędzy i finansów. Prowadzili razem małą firmę, a ona zajmowała się większością aspektów finansowych firmy i domu. Całkowicie zaufała swojemu partnerowi i nigdy przyszło jej do głowy, że zdradziłby to zaufanie. Dlatego wielkim szokiem było dla niej odkrycie, że zadłużył się kupując towary przez Internet. Wyzwała go o to, a on powiedział, że nie zdawał sobie sprawy, że przesadził i że upewni się, że dług został uregulowany. Czuli się zdradzeni

jego milczeniem i zawiedziona po tym, jak zawarli między sobą tak stanowczą umowę dotyczącą finansów. Był absolutnie zszokowany, że była tak zdenerwowana jego zachowaniem. Zarzuciła mu, że jest bezmyślny i nie bierze pod uwagę jej uczuć. Nadal utrzymywał, że nie miał pojęcia, że tak źle zareaguje na jego nadmierne wydatki. Obaj partnerzy mieli rację w swoim myśleniu. Miała całkowitą rację, że nie pomyślała o tym, co ona poczuje, kiedy odkryje jego długi. Nie dlatego, że był bezmyślny lub obojętny, ale dlatego, że nie był w stanie wyobrazić sobie, jak zareaguje emocjonalnie na sytuację, która wcześniej między nimi nie miała miejsca. Chociaż powiedziała mu, jak ważne jest, aby był otwarty i szczery wobec niej w kwestii swoich wydatków, to nie wystarczyło, aby mógł przewidzieć jej reakcję emocjonalną. To była nowa sytuacja, a on nie miał wcześniej sformatowanego schematu, który pozwoliłby mu logicznie przewidzieć, jak ona zareaguje. Jest to kolejna trudność w związkach, która wydaje się być bezpośrednią konsekwencją posiadania zespołu Aspergera. Brak empatii dla uczuć partnerki może sprawiać, że mężczyzna z zespołem Aspergera wydaje się być bardzo niewrażliwy i obojętny, o czym prawdopodobnie partnerka informowała go wielokrotnie. W rezultacie z obawy, że powie coś niewłaściwego, zrobi wszystko, by uniknąć konieczności wyrażania swoich uczuć lub mówienia o emocjach. Pewien mężczyzna powiedział, że rozgniewałby się na żonę, gdyby poruszała temat uczuć lub emocji. Powiedział, że podjął takie działanie, żeby o nich nie mówiła, bo czuł się nieadekwatny, kiedy nie mógł robić tego, co ona chciała. Skierowany na nią gniew był jego sposobem na utrzymanie kontroli nad rozmową i żoną. Powiedział, że musi mieć kontrolę i był całkowicie nieświadomy szkód, jakie to wyrządzało jej i ich związkowi. Dopiero po wielu tygodniach poradnictwa doszedł do opracowania różnych strategii radzenia sobie z emocjami, jakie wywołały w nim rozmowy. Aby to zadziałało, zarówno on, jak i jego żona musieli zmienić sposób, w jaki robili rzeczy w związku, i oboje musieli tego chcieć. Zaangażowanie w związek i chęć jego funkcjonowania, a także świadomość zespołu Aspergera i jego implikacji, są niezbędne, jeśli ma zostać osiągnięta jakakolwiek zmiana lub poprawa relacji pary. Bez tego zaangażowania i chęci nic się nie zmieni. Wybór słów również odgrywa istotną rolę w tym, czy komunikacja przebiega płynnie. Pewien mężczyzna wyraził swoją irytację, gdy jego żona zapytała go, czy mógłby powiesić dla niej lustro na ścianie w łazience. „Najwyraźniej uważa, że nie jestem w stanie nic zrobić” – przekonywał. Jego duma była bardzo urażona, a jego żona nie mogła zrozumieć, co zrobiła, że tak bardzo go zdenerwowała. Zapytałem go, dlaczego tak broni się przed jej prośbą. – Cóż, najwyraźniej uważa, że nie jestem w stanie powiesić lustra na ścianie. Jego żona twierdziła, że nie o to jej chodziło. Okazało się, że całe nieporozumienie było spowodowane tym, że użyła słowa „mógłby”, a nie „chciałby”. Czuł, że „mógłby” wywnioskować, że kwestionowała jego umiejętności, a słowo „mógłby” oznaczało, że prosi go o faktyczne podjęcie zadania. Coś tak prostego jak jedno słowo lub, w tym przypadku, jedna litera, może zmienić to, co osoba z ZA słyszy i interpretuje. Czterdzieści procent mężczyzn z ZA stwierdziło, że czuli się bardzo nieadekwatni w sposobie komunikowania się ze swoimi partnerami i znaleźli różne sposoby radzenia sobie z tym, jak czują się z powodu tych niedoskonałości. Niektórzy obwiniali swoje żony; inni obwiniali siebie. Bardzo niewielu obwiniło zespół Aspergera. Jedną z przyczyn tego stanu rzeczy był brak świadomości wielu AS-mężczyzn co do tego, jak AS wpływa na komunikację. Jeśli nie ma zrozumienia dla syndromu, wina zostanie albo wzięta osobiście, albo zrzucona na partnera. Pewien mężczyzna powiedział, że on i jego żona nie rozmawiają ze sobą. Zapytałem go, dlaczego tak się dzieje, a on powiedział mi, że ona nieustannie próbuje sprawić, by zrozumiał, co ona czuje, i aby zrozumiał przyczyny, dla których rozwinęły się ich problemy. Powiedziałem, że może to być jej sposób na poprawę sytuacji i pomoc mu spojrzeć na sprawy z jej perspektywy. Odpowiedział, że tak nie było, a ona robiła to, żeby się na niego dostać i sprawić, by poczuł się nieadekwatny. Zapytałem, dlaczego tak myśli, a on odpowiedział, że prosi go o zrobienie czegoś, co nie jest możliwe i oczekuje, że będzie w stanie to zrobić. – O co cię prosiła? – zapytałem. Odpowiedział, że ciągle pyta, dlaczego nie może spróbować zobaczyć, jak ona się czuje dla odmiany. „Jak ktokolwiek może zobaczyć, jak ktoś się czuje?”, zapytał mnie. „Nie można tego zrobić, nie można tego zrobić, a ona po prostu próbuje mnie poniżyć. Aby więc zanegować problem,

nie rozmawiam z nią”. Ponieważ osoba z AS może interpretować komunikaty w sensie dosłownym, słowa należy dobierać ostrożnie. Ten człowiek słusznie kwestionował, jak można zobaczyć uczucie. Branie rzeczy dosłownie jest cechą zespołu Aspergera i może powodować wiele nieporozumień. To tylko jeszcze jeden obszar w komunikacji, który jest tak problematyczny dla par. AS kobiety też miały problemy z komunikacją. Powody, które podali, były jednak bardzo różne od tych podanych przez mężczyzn z AS. Jedna z kobiet stwierdziła, że problemy z komunikacją wynikały z nieumiejętności skutecznego porozumiewania się partnera. Dodała też, że nie wierzy, aby miał jakiegokolwiek problemy z jej sposobem komunikowania się. Opinię tę podzielała większość kobiet z ZA, z którymi się kontaktowałam. Niektórzy twierdzili, że ich partnerzy ich nie słuchali lub nie pamiętali, co mówili, a inni opowiadali, że kiedy ich partner się komunikował, powiedział coś niewłaściwego lub wyszedł z bardzo krzywdzącą lub niewrażliwą uwagą. Żadna z kobiet z ZA nie sugerowała, że partner obwiniął je lub zarzucał im, że nie potrafią mówić o uczuciach czy emocjach. Różniło się to bardzo od raportów mężczyzn z zespołem Aspergera i jest możliwe, że kobiety w tym badaniu były w związkach z mężczyznami, którzy również mieli zespół Aspergera. Żądania tych mężczyzn były prawdopodobnie zupełnie inne niż te, które wyrażały kobiety z Nowego Testamentu. Badania te pokazują po pierwsze, że komunikacja jest nawet poważnym problemem kiedy oboje partnerzy mają zespół Aspergera, a po drugie, wydaje się, że wszystkie kobiety w związkach z mężczyznami z ZA, niezależnie od tego, czy mają AS, czy nie, mówią, że nie są wysłuchiwane ani nie reagują. Jednym z powodów, dla których komunikaty są tak często źle rozumiane lub niesłyszane, jest trudność w odczytywaniu sygnałów niewerbalnych, które stanowią istotną część udanej komunikacji. Zdolność do odbierania i przekazywania sygnałów niewerbalnych przychodzi naturalnie osobie NT. Nie przychodzi to jednak naturalnie osobie z ZA. Problemy, jakie powoduje to dla par, mogą być katastrofalne.

Kluczowe punkty

- ° AS mężczyźni uważają, że komunikacja jest jednym z najbardziej problematycznych obszarów w ich związkach.
- ° Wielu mężczyzn AS czuje się krytykowanych i prześladowanych w tej dziedzinie.
- ° Niektórzy AS mężczyźni twierdzą, że ich partnerki zarzucają im, że są nudne i nie rozmawiają na interesujące tematy.
- ° Niektórzy AS mężczyźni narzekają, że ich partnerki oskarżają ich o przeszkadzanie.
- ° Wielu mężczyzn AS skarży się, że ich partnerki zarzucają im, że nie słuchają.
- ° Wiadomości przekazywane przez partnera NT mogą nigdy nie dotrzeć do pamięci długotrwałej mężczyzn AS.
- ° Wielu mężczyzn z AS czuje, że ich partnerka oczekuje od nich rozmowy o uczuciach i możliwości przewidzenia jej reakcji w sytuacji, zanim ona nastąpi.
- ° Wielu AS-mężczyzn czuje się nieadekwatnych w sposobie, w jaki się komunikują.
- ° Czasami człowiek AS interpretuje wiadomości dosłownie, nie chwytając ich prawdziwego znaczenia.
- ° AS kobiety twierdzą, że problemy z komunikacją są spowodowane przez ich partnerów AS.

Komunikacja niewerbalna – niewypowiedziane słowo

Większość komunikacji jest niewerbalna i jest przekazywana na wiele sposobów, w tym wyraz twarzy, język ciała, ton głosu, nacisk na określone słowa i kontakt wzrokowy. Opiera się w dużej mierze na zdolności interpretowania i rozumienia znaczenia słów. Na przykład słowa „Mam dość” można

powiedzieć na różne sposoby i mogą one oznaczać, że osoba je wypowiadająca jest bardzo zła lub bardzo przygnębiona. Zależy to od tonu głosu, które słowa są podkreślane i języka ciała, który się z tym wiąże, oprócz czytania wiadomości w kontekście. Zdolność do odczytywania komunikatów niewerbalnych i przekazywania dokładnych sygnałów innym jest często poważnie upośledzona w zespole Aspergera. Może to powodować problemy w związkach, ponieważ często osoba z AS nie będzie w stanie zrozumieć, co ma na myśli, chyba że wiadomość zostanie wypowiedziana. Stąd mężczyzna, który nieustannie pyta żonę, czy wszystko w porządku, bo nie potrafi tego odczytać z jej mowy ciała i wyrazu twarzy. Często mylone są bardziej subtelne wyrażenia niż te wyraźne; uśmiech to uśmiech, a łzy to łzy, a osoba z AS ma niewiele problemów ze zrozumieniem, co one oznaczają, chyba że są używane w sarkazmie lub w celu oszukania. Tam, gdzie ludzie z NT mają naturalną zdolność odczytywania niewerbalnej mowy ciała, dla osób z ZA może to sprawić, że komunikacja i interakcje społeczne staną się koszmarem. Dlatego początkowo zaskakujący był fakt, że sześćdziesiąt procent mężczyzn i kobiet z zespołem Aspergera nie było świadomych, że mają problem w tym konkretnym obszarze komunikacji. Stoiło to w silnym konflikcie z tym, co ich partnerzy mówili o problemach, jakie mieli z czytaniem i byciem czytany przez ich partnera z ZA. Ten brak świadomości u mężczyzn z AS ma jednak sens, jeśli pomyśli się o komunikacji niewerbalnej i o tym, jak ludzie NT uważają ją za coś oczywistego. Spróbuj sobie wyobrazić, że po wielu latach odkrywasz, że inni ludzie na tej planecie mogliby przeczytać, co ktoś myśli, gdyby ta osoba tego chciała, a ty byłeś jednym z niewielu ludzi, którzy nie potrafili tego zrobić. Dorastałbyś w świecie bez tej wiedzy, ponieważ wszyscy wokół przypuszczaliby, że masz taką zdolność, co było naturalne i automatyczne. Nie przyszłoby im do głowy, że nie mógłbyś tego zrobić i dlatego nigdy nie było to przez nich kwestionowane i oczywiście nigdy nic nie powiedziałeś. Ponieważ nie wiedziałeś o istnieniu tej zdolności, po prostu starałeś się zrozumieć ludzi na podstawie tego, co mówili i używanego przez nich języka niewerbalnego, a kiedy byli zdenerwowani, ponieważ nie czytałeś ich wewnętrznych myśli, nie mogłeś zrozumieć, co masz zrobione źle. Skąd mogłeś wiedzieć, co mieli na myśli? Dlaczego nie przekazali ci, co mieli na myśli? Twój partner zarzuca Ci, że dajesz złe sygnały i nie wysyłasz właściwego wzorca myślowego. Dzieje się tak po prostu dlatego, że nie masz i nigdy nie miałeś tej zdolności. Możesz rozpracować rzeczy do pewnego momentu, ale nigdy nie osiągniesz poziomu, na jaki mogą sobie pozwolić inni ludzie, ponieważ ta umiejętność czytania w myślach nie istnieje w tobie. Jeśli potrafisz sobie wyobrazić, jakie to uczucie, będziesz w stanie zrozumieć, jak to jest dla osób z zespołem Aspergera i jak zagmatwany jest dla nich cały proces komunikacji. Wiele osób zdaje sobie sprawę, że ma problem z komunikacją werbalną i ponieważ, podobnie jak ich partner, mogą mówić, słuchać i odpowiadać, mają nad tym pewną kontrolę. Ponieważ jednak nie potrafią odczytać bardziej subtelnych sygnałów niewerbalnych, które ludzie NT interpretują całkiem naturalnie, nie są świadomi, że ktoś inny jest w stanie to zrobić, dopóki nie zostanie to wyjaśnione i wskazane. Jeden mężczyzna powiedział, że nie był świadomy, że ma problem w tym obszarze, a jeśli tak, to na bardzo niskim poziomie. Jego żona spojrzała na niego z całkowitą frustracją i niedowierzaniem. – Jak możesz tak mówić? – odpowiedziała. „Przez większość czasu nie masz pojęcia, co próbuję ci powiedzieć.” Przekonywał, że oczywiście nie może wiedzieć, co próbuje mu powiedzieć, jeśli tego nie powie i robi wszystko, co w jej mocy, aby się ukryć to od niego. „O nie, ja nie!”, powiedziała, „Wszyscy mówią, jaką jestem ekspresyjną osobą, wszyscy rozumieją, jak się czuję, to tylko ty, nie obchodzi cię, jak się czuję”. Stał się bardzo defensywny i powiedział, że znowu go atakował. Spędziliśmy dużo czasu nad kwestią komunikacji niewerbalnej i ostatecznie sytuacja się poprawiła. Nauczyła się mówić to, co myśli, a on nauczył się czytać bardziej podstawowe znaki; zdając sobie sprawę, że jeśli była smutna lub zirytowana, to nie zawsze z powodu czegoś, co zrobił. Wiedział o tym, ponieważ zgodziła się mu o tym powiedzieć. Ta bezpośrednia forma komunikacji przynosi ogromną ulgę wielu partnerów z zespołem Aspergera. Usuwa wszystkie domysły z komunikacji. Jeśli wie, że ona powie mu bezpośrednio, jeśli chce, żeby coś zrobił, zamiast oczekiwać, że zgadnie, czytając jej w myślach, nie musi się już martwić, że może przegapić istotną informację. Partnerce NT bardzo

trudno jest zmienić cały sposób komunikowania się i wymaga to ogromnego wysiłku i cierpliwości z jej strony. Przeliterowanie każdej jej myśli nie będzie wydawało się naturalne. Większość dorosłych w związkach chce czuć się naturalnie rozumiana przez swoich partnerów; dla wielu z nas jest oznaką intymności i miłości. Słyszymy, jak inni komentują w stylu: „Zna mnie tak dobrze”, „Po prostu rozumie, kiedy jestem w dołku, nie muszę mu mówić” lub „Zna mnie na wylot, tak bardzo mnie kocha”. chcemy usłyszeć takie komentarze od naszych partnerów. Nie jest to niczym niezwykłym ani nierealnym, jest to podstawowy ludzki wymóg, za którym tęskni wiele kobiet w związku. Wiele kobiet Nowego Testamentu opowiadało mi o swoim pragnieniu poczucia, że są rozumiane i cenione ze względu na to, kim są i jakie cechy mają do zaoferowania. Większość kobiet ma wysoką intuicję i postrzega to jako cechę, którą mają do zaoferowania swojemu partnerowi i rodzinie. Wiedzą, kiedy dzieci są przygnębione lub chore, wiedzą, kiedy ich partner martwi się problemem lub decyzją, którą musi podjąć, potrafią wyczuć atmosferę lub wiedzieć, kiedy komentarz został źle zinterpretowany. Oczekują tej samej odpowiedzi od swojego partnera; chcą, żeby rozumiał i czytał ich uczucia i często czuje się zawiedziony, gdy tego nie robi. Ta potrzeba odczytania jej uczuć przez mężczyznę AS nie zostanie zaspokojona, nie stanie się, ponieważ nie może się zdarzyć. Nie jest to celowo wstrzymywane, jest to zdolność, której osoba z ZA nie posiada. Dopiero gdy to zaakceptuje, szuka od niego wyrazu miłości i troski w innym kierunku. Innymi słowy, nie mierzy jego miłości tym, jak on odczytuje jej uczucia i sprawia, że czuje się zrozumiana. Po prostu nie ma tej zdolności i nie jest to oznaką, że jej nie kocha. Jest w stanie znaleźć inne sposoby okazywania swojej miłości, bardziej praktyczne i aktywne. Inne sposoby, w jakie kobiety odczuwały, że ich partnerzy z ZA zmagają się z językiem niewerbalnym, to brak ekspresji w ich głosach i twarzach. Wspomniało o tym 10% mężczyzn z ZA, którzy powiedzieli, że ich partnerki skarżyły się na brak ekspresyjnej komunikacji. Pewien mężczyzna powiedział, że jest po prostu nudziarzem i przeprosił za to swoją żonę. Najbardziej ekscytujący i porywający temat może stać się całkowicie nudny, jeśli zostanie opowiedziany w sposób pozbawiony emocji i bez wyrazu. Jeśli zespół Aspergera zostanie rozpoznany w dzieciństwie, można zaproponować lekcje dykcji lub terapię logopedyczną, ponieważ obie metody mogą poprawić ton głosu i ekspresję. Niestety dla nowo odkrytego dorosłego ZA wsparcie to nie zawsze jest dostępne lub skuteczne. Sposób, w jaki ktoś mówi i wyraża siebie, może być równie ważny przy tworzeniu pierwszego wrażenia, jak to, jak wygląda lub się ubiera. Może to być szczególnie ważne podczas rozmów o pracę i w sferze społecznej. Może mieć znaczenie w znalezieniu pracy i nawiązaniu nowych relacji. Spotkałem wielu bardzo zdolnych, wykwalifikowanych i pracowitych mężczyzn z ZA, którzy ubiegali się o pracę dobrze mieszczącą się w ich kompetencjach, tylko po to, by zostać zawiedzionym na etapie rozmowy kwalifikacyjnej. To może się powtarzać raz po raz: ich trudności w komunikacji i wyrażaniu siebie dają ankieterowi fałszywe wrażenie i tak się dzieje nie dostać pracy. Dla niektórych jest to smutna, ale bardzo realna konsekwencja posiadania zespołu Aspergera i może poważnie zaszkodzić samoocenie i poczuciu bycia docenionym. Następnie przyjrzymy się, jak osoba dorosła z zespołem Aspergera radzi sobie społecznie, biorąc pod uwagę trudności, jakie może mu stwarzać AS. Przyjrzymy się również, jak jego partner przeżywa z nim i jakie problemy mogą wystąpić w związku pary.

Kluczowe punkty

- ° Zdolność do odczytywania komunikatów niewerbalnych i przekazywania dokładnych sygnałów innym jest często poważnie upośledzona w zespole Aspergera.
- ° Wielu AS mężczyzn i kobiet nie zdaje sobie sprawy, że mają problem w obszarze komunikacji niewerbalnej.
- ° Partner NT musi nauczyć się mówić dokładnie, co znaczy osobie z ZA, aby być zrozumianym.
- ° Potrzeba partnera NT, aby partner AS odczytywał jej uczucia, nie zostanie zaspokojona.

° Niektórzy AS mężczyźni twierdzą, że ich partnerki narzekają, że ich komunikacja jest pozbawiona wyrazu.

° Trudności w komunikacji i wypowiedzi mogą dać

negatywne i fałszywe wyobrażenie o możliwościach dorosłego AS

Sceny społeczne

Socjalizacja, podobnie jak komunikacja, jest jednym z głównych obszarów dotkniętych zespołem Aspergera. Dla wielu par tylko poczucie humoru partnera NT pomaga im przetrwać delikatne sytuacje. Pewna kobieta opowiedziała o tym, jak umówiła się z rodziną i przyjaciółmi na posiłek z okazji szesnastych urodzin córki. Zarezerwowała stolik w części dla niepalących restauracji, ponieważ wiedziała, że jej mąż ma wielką awersję do dymu papierosowego. W drodze do restauracji jej mąż chciał zatankować samochód. Podobał mu się tylko jeden konkretny warsztat, ponieważ dostarczali klientom foliowe rękawiczki do tankowania benzyny. Wszyscy musieli zjechać w zupełnie złym kierunku do tego konkretnego warsztatu, byli już spóźnieni, a atmosfera w samochodzie stawała się coraz delikatnie mówiąc napięta. Kiedy przybyli późno i zarezerwowany przez nią stolik był zajęty, zaproponowano im inny stolik w strefie dla palących. Było już za późno, by ryzykować pójście gdziekolwiek indziej, więc wzięła męża na bok i poprosiła go cicho, żeby choć raz to tolerował ze względu na córkę. Szkoda, że siedzieli przy stole dla palaczy. Czowała narastające napięcie u jej partnera, który wymachiwał rękami i dawał do zrozumienia, że dym mu przeszkadza. Nagle wstał i podszedł do stolika dla palaczy. Poinformował ich, że on i jego rodzina chcą jeść bez zachorowania na raka płuc i czy mogliby zgasić papierosy lub otworzyć za sobą okno. Atmosferę można było przeciąć nożem: ich córka wybiegła z restauracji, zawstydzona, że jej tata mógł wywołać taką scenę na oczach jej dwóch kolegów z klasy. Biedna żona nie wiedziała, co zrobić dla dobra. Widziała, jak rozwija się scena między ludźmi przy drugim stole a jej mężem, chciała przeprosić swoich przyjaciół, kierownik został wezwany i zmierzał do ich stolika. W końcu zrobiła jedyną rzecz, jaką mogła zrobić matka, odszukała i pocieszyła swoją córkę, która wyplakiwała oczy w damskiej toalecie. Od tego incydentu minęło trochę czasu i teraz może śmiać się z tej sytuacji, ale jest mało prawdopodobne, aby ich córka kiedykolwiek o tym zapomniała. Kiedy zapytałem dorosłych AS, czy uważają, że mają problem z socjalizacją, odpowiedzi były bardzo zróżnicowane: dwadzieścia procent stwierdziło, że nie ma żadnych problemów, podczas gdy czterdzieści procent zdecydowało się nie nawiązywać kontaktów towarzyskich. Stwierdzenie, że nie mieli problemów z nawiązywaniem kontaktów towarzyskich, może wydawać się dziwne, biorąc pod uwagę, że interakcje społeczne są głównym obszarem dotkniętym ZA, i stanowi dodatkowe świadectwo złożonej i zróżnicowanej natury zespołu Aspergera. Wydaje się, że oprócz tego, że osoby dotknięte są w większym lub mniejszym stopniu spektrum autyzmu, osoby są również dotknięte różnymi poziomami podstawowych niepełnosprawności spowodowanych przez ten zespół. Wydaje się możliwe, że niektórzy dorośli z zespołem Aspergera mogą mieć pełne zdolności komunikacyjne, ale mało wglądu i empatii. Inni mogą czuć się stosunkowo dobrze w towarzystwie innych, ale nie muszą się komunikować. Wydaje się, że istnieje duże zróżnicowanie poziomu wpływu, jaki te trzy podstawowe obszary w zespole Aspergera wywierają na jednostkę. Każdy z trzech obszarów zostanie do pewnego stopnia dotknięty, ale czasami może się wydawać, że określony obszar jest wolny od zespołu Aspergera. Może to czasem wprowadzać w błąd, ponieważ dopiero przy bliższym zbadaniu trudności stają się widoczne. Na przykład mogę porozmawiać z osobą, która wydaje się całkiem zdolna do prowadzenia interesującej i łatwej rozmowy. Możemy przez chwilę porozmawiać o jego pracy, relacjach z rodziną i tak dalej. Bardzo niewiele w sposobie, w jaki się prezentuje i komunikuje, wskazywałoby na to, że ma zespół Aspergera. Mogę jednak poprosić go, aby opowiedział mi o swojej żonie i o tym, co w niej takiego kocha. Cisza! Jego twarz może mieć wyraz, który nie pasuje; może zacisnąć usta lub podnieść oczy, szukając w pamięci odpowiedniej odpowiedzi. „Cóż, wydawała się

miła, kiedy ją poznałem i podobały mi się jej włosy”. Ta odpowiedź tak naprawdę nie odpowiada na żadne z pytań, ale bez prób była to najszybsza odpowiedź, jaką mógł wymyślić. Więc chociaż ten mężczyzna był dobry w werbalizowaniu siebie, opierało się to na tym, czy kontrolował rozmowę i o czym była, dlatego wielu dorosłych AS będzie próbowało odwrócić rozmowę o czym chcą rozmawiać i z czym czują się komfortowo. To, jak swobodnie i komfortowo czuli się AS mężczyźni w danej sytuacji, zostało określone jako decydujące dla tego, czy socjalizowali się lub tolerowali określoną sytuację. Są chwile, kiedy większość z nas czuje się nieswojo w określonej sytuacji społecznej. Wchodzimy do pokoju i od razu zaczynamy czytać, co się wokół nas dzieje. Możemy skierować się do stołu z jedzeniem, ponieważ to daje nam coś do roboty, możemy dla kogoś, kogo znamy lub możemy zauważyć osobę z przyjaznym uśmiechem. Czytanie sytuacji społecznych jest bardzo trudne dla osób z zespołem Aspergera i nie zawsze robią to dobrze. Ze względu na trudności, jakie mają z odczytywaniem reakcji innych ludzi, nie zawsze zdają sobie sprawę, kiedy się myślą lub kogoś obrażają, iz tego powodu mogą mieć fałszywe przekonanie, że robią dobrze. Jeśli nie są świadomi AS i nie słuchają tego, co mówi im partner lub inne osoby, mogą dojść do wniosku, że nie mają żadnych problemów w kontaktach towarzyskich z innymi osobami. Często to ich partner lub rodzina niesie ze sobą zakłopotanie i musi radzić sobie z problemami, które mężczyzna z ZA może nieświadomie i niewinnie spowodować. Pewien mężczyzna powiedział mi, że nie miał problemów z nawiązywaniem kontaktów towarzyskich, ale jego żona nie zgodziła się z tym i dodała, że nie lubi palić ani pić, więc nie chodzi na tańce, do pubów ani do hoteli i lubi tylko określone potrawy, więc większość restauracji została wykluczona. Próba znalezienia restauracji dla niepalących, w której serwowano jedzenie, które lubił, była prawie niemożliwa. Oznaczało to, że jeśli chciała gdziekolwiek pojechać, musiała iść sama – jeśli była jakaś uroczystość rodzinna lub specjalne spotkanie, on nie szedł. Było to trudne, ponieważ chciała, żeby był z nią i uważała za krępujące ciągłe usprawiedliwianie jego nieobecności. Kiedy więc powiedział, że nie ma żadnych problemów z kontaktami towarzyskimi, była to z jego perspektywy bardzo szczerza i trafna odpowiedź, ponieważ nigdzie nie wychodził towarzysko, a kiedy powiedział, że lubi większość ludzi i nie ma nic przeciwko rozmawianiu z nimi, był również być szczerym. To były niektóre z ich nawyków i jedzenia, które mu się nie podobały. Ten człowiek patrzył na rzeczy tylko ze swojej perspektywy i czuł mocno, że to jego żona opowiadała o nim kłamstwa, żeby wyglądał źle. Jednak wielu mężczyzn było bardzo świadomych tego, co mówili o nich ich partnerzy w odniesieniu do ich zdolności towarzyskich, a mnie dano wiele szczegółów tego, o co zostali oskarżeni. Piętnaście procent AS-mężczyzn stwierdziło, że ich partnerzy oskarżyli ich o nieuprzejmość wobec innych osób lub przerywanie rozmów, i wszyscy zdecydowanie twierdzili, że nigdy nie było to ich intencją ani nie miało na celu obrazy. Niektórzy twierdzili, że spowodowało to poważne problemy w ich związku. Jedna kobieta z Nowego Jorku powiedziała, że kupiła obcisłą czarną sukienkę na kolację taneczną, na którą się wybierali. Zapytała męża, czy jej tyłek wygląda na duży w tym. Poprosił ją, żeby się odwróciła, i powiedział jej, że tak, wygląda na bardzo dużą! Nie takiej odpowiedzi oczekiwała! Podziękowała mu za odpowiedź (sarkastycznie), a on powiedział, że wszystko w porządku, nie rozpoznając urazy ani sarkazmu w jej głosie. Czowała się bardzo zraniona i przygnębiona jego reakcją, a on był zupełnie nieświadomy bólu, jaki jej sprawił. Rozmawialiśmy o tym razem, a kiedy zrozumiał, że powiedział niewłaściwą rzecz, zadał bardzo prowokujące do myślenia pytanie. „Może więc możesz mi powiedzieć, dlaczego ludzie w ogóle zadają te pytania, jeśli nie chcą szczerzej odpowiedzi i jeśli ta osoba nie zamierza udzielić szczerzej odpowiedzi, ponieważ taka jest społeczna zasada, jak ktokolwiek może zyskać na komunikacja? Skąd moja żona ma wiedzieć, czy jej tyłek wygląda na duży, czy nie? Jestem totalnie zdezorientowany – powiedział, czekając na moją odpowiedź. Takie obserwacje z pewnością mogą skłonić nas do zastanowienia się, czyj sposób myślenia jest bardziej normalny. Muszę się zgodzić, że wiele naszych zasad społecznych opiera się na odgrywaniu ról i mówieniu, czego chce druga osoba. Czy społeczeństwo stało się tak egocentryczne i nieuczciwe? Nazywamy je białymi kłamstwami, ale dla umysłu AS kłamstwo jest kłamstwem niezależnie od koloru, jaki próbujemy im przekonać. Białe

kłamstwo nie istnieje w słowniku zespołu Aspergera i chociaż czasami może wydawać się dość trudne usłyszenie prawdy, świadomość, że to, co usłyszałeś, jest prawdziwą opinią, może być odświeżająca. Dorośli uczą się jednak w związkach, że prawdziwa opinia nie zawsze jest właściwa i że oczekuje się od nich unikania bezpośredniego podejścia. Może to być dla nich bardzo trudne, ponieważ większość z nich nie jest dobrymi naturalnymi kłamcami. Nie mają takiej samej zdolności, jaką niektórzy dorośli z Nowego Testamentu mogą mieć do kłamania i „słodkich rozmów”. Jednym z powodów jest to, że jest to trudniejsze jako dorosły, aby ukryć kłamstwo i sprawić, by wyglądało na prawdę. Aby być dobrym kłamcą, trzeba dopasować słowa do tonu głosu, mimiki twarzy i mowy ciała. Kiedy osoba dorosła AS próbuje skłamać, może to być tak oczywiste, że partner może to źle odczytać jako sarkazm. Tak czy inaczej, dorosły AS może wydawać się niegrzeczny, podczas gdy w rzeczywistości prawdopodobnie nie było to intencją. Nie oznacza to, że dorosły AS nigdy nie zamierza być niegrzeczny, jest tak samo zdolny jak każdy inny do bycia krytycznym i uwłaczającym w celu manipulowania lub przejęcia kontroli nad sytuacją. Na przykład: jeden mężczyzna nie lubił, gdy jego żona wychodziła z przyjaciółką; czuł, że ma zły wpływ na jego żonę. Kiedy jego żona szykowała się do wyjścia, wszedł do sypialni, spojrzął na nią i powiedział, że jest rozczarowany, że zaczęła się ubierać i że spodziewałby się po niej wyższego standardu! Była zszokowana i zaskoczona tą uwagą i zareagowała na nią dość ostro. Doprowadziło to do kłótni i obu stron, które powiedziały kilka bardzo bolesnych rzeczy. Para omówiła to ze mną i zapytałam ją, co ma na sobie. Powiedziała, że ma na sobie tylko spódnicę i top. Zapytałam, czy mogłaby mi opisać strój. Okazało się, że strój składał się z wyciętego topu i krótkiej spódnicy. Zapytałam jej męża, co myśli o ubraniach, które miała na sobie, a on powiedział, że nosiła takie ubrania, kiedy ją poznał i była nim zafascynowana, więc był to strój, który ma uczynić ją atrakcyjną dla mężczyzn. Ponieważ nie wychodziła z nim, założył, że może to być tylko po to, by przyciągnąć innych mężczyzn. „Wszystko, co dostają, to podarte dzinsy i workowate swetry” – powiedział bardzo ponurym i udręczonym głosem. Nie przyszło mu do głowy powiedzieć żonie, co naprawdę czuje, a mianowicie, że wyglądała bardzo atrakcyjnie, a on czuł się bardzo zagrożony i niepewny. Przypuszczał, że automatycznie będzie wiedziała, co czuje. W jego umyśle była świadoma powodu, dla którego się przebrała, a zatem była świadoma tego, co robiła, więc automatycznie wiedziała, jak się czuł przez jej zachowanie. Ze względu na trudność w empatii i umiejętności czytania i rozumienia umysłu partnera NT, to załamanie interakcji zdarza się zbyt często. Dorosły AS może widzieć rzeczy tylko ze swojego punktu widzenia, ze swojej percepcji; może również wierzyć, że może zrozumieć percepcję swojego partnera. Niestety, prawdopodobnie opiera się to bezpośrednio na jego osobistych doświadczeniach i fałszywym przekonaniu, że ona wie, o czym on myśli. Nieporozumienia w interakcjach społecznych mogą być częste, a od czasu do czasu jego działania lub słowa mogą kogoś zdenerwować i może on nie być świadomy tego, co powiedział lub zrobił, chyba że urażona osoba mu to zwróci. Jeśli zostanie to wyjaśnione w sposób, który może zrozumieć i pasuje do osobistego scenariusza, który sam dla siebie przygotował, może zrozumieć swój błąd. Jeśli nie zostanie to dobrze wyjaśnione i nie będzie w stanie zaakceptować tego, że nawet nieumyślnie zachował się niegrzecznie, będzie miał duże problemy z dostrzeżeniem, że to, co zrobił, mogło urazić drugą osobę. Zobacz, że to druga osoba ma problem, a nie on. Pewna kobieta powiedziała, że jej mąż całkiem dobrze rozmawia z ludźmi, ale ponieważ potrafi być dość niegrzeczny, często denerwuje ludzi, w wyniku czego wielu nie chce z nim rozmawiać. Poprosiłem ją, aby dokładnie wyjaśniła, co zrobił, a ona opowiedziała, co wydarzyło się w poprzedni weekend. Poszli na kolację służbową do domu jej przyjaciółki. Powiedziała mu, że jej przyjaciółka bardzo lubi jeździć na rowerze, a on wywnioskował z tego, że miała na myśli jazdę na rowerze, więc był bardzo zszokowany, gdy odkrył, że to motocykle, a nie rowery! Bardzo walczył z tą koncepcją, rowery nie były czymś, co lubił i z pewnością nie mógł zaakceptować, że mogą być kobiecą rozrywką. Kiedy jej koleżanka oznajmiła, że kupiła nowy motocykl, jego mina mówiła wszystko, brwi powędrowały w górę, usta wykrzywiły przesadny grymas. Jego wyraz twarzy był tak niegrzeczny, że nie musiał nic mówić. Jej przyjaciółka taktownie zignorowała jego minę i nadal opowiadała kolegom z pracy, że znalazła nowego

chłopaka, który też lubi rowery. Jej mąż spojrzał na przyjaciółkę i powiedział: „Po co ci chłopak, skoro masz między nogami ten pulsujący kawałek metalu?” Cała grupa zamilkła; cisza zdawała się trwać wiecznie. Jej przyjaciółka na szczęście miała poczucie humoru, roześmiała się i szybko przeniósł temat na inny temat. Kiedy jego żona przesłuchiwała go później, powiedział, że próbował zażartować i nie mógł zrozumieć, dlaczego ktoś przy zdrowych zmysłach chciałby jeździć na motocyklu, skoro może prowadzić w zacinzu samochodu! Nie miał zamiaru być niegrzeczny i był zupełnie nieświadomy tego, że to zrobił aby nikogo urazić. Był jednak świadomy, że czuł się niekomfortowo i powiedział, że często czuł się nieswojo w sytuacjach towarzyskich, ale nie wiedział dlaczego. Błędne odczytanie sygnałów może powodować wiele problemów podczas kontaktów towarzyskich, a to działa w obie strony. Osoba dorosła z ZA może wychwycić problem, ponieważ czuje się niekomfortowo, ale nie zawsze może być świadoma przyczyny lub tego, że mogła odegrać w tym rolę. Osobie dorosłej z ZA bardzo trudno jest odczytać bardziej subtelne oznaki języka niewerbalnego, wychwyci oczywiste, jeśli ktoś płacze, uśmiecha się lub marszczy brwi i próbuje znaleźć skojarzenie z wyrazem twarzy; być może dlatego, że ogląda smutny film lub właśnie otrzymała kartkę od jednego z dzieci. Jeśli z drugiej strony zobaczy, jak wpatruje się w niego w sytuacji towarzyskiej, desperacko próbując powiedzieć mu bez słów, żeby się zamknął, nie będzie miał pojęcia, co ona próbuje mu powiedzieć i prawdopodobnie zapyta ją na głos, dlaczego robi miny na niego. To tylko zwiększy zakłopotanie, które już odczuwa. Świadomość, że coś, co zrobiłeś lub powiedziałeś, było nie na miejscu i zostało zauważone przez innych, wprawia większość ludzi w zakłopotanie. Zakłopotanie działa jak środek odstraszający, który często utrzymuje nas w miejscu, uświadamia nam nasze działania, a jeśli popełnimy błąd, może sprawić, że pocujemy się bardzo świadomi siebie. Wydaje się, że wiele osób z ZA nie odczuwa zakłopotania; może to wynikać z niemożności odczytania myśli innych ludzi. Osoba z zespołem Aspergera często jest całkowicie nieświadoma tego, że powiedziała lub zrobiła coś niestosownego, w związku z czym rzadko odczuwa lub okazuje zakłopotanie. Jeśli osoba NT może sobie wyobrazić, jak to jest nie wiedzieć lub nie czuć zakłopotania, zrozumie, jak można nie być świadomym bycia obraźliwym lub denerwującym dla kogoś innego. Dlatego kobiety NT mogą znaleźć się w bardzo trudnych sytuacjach społecznych, a ich partnerzy z ZA są całkowicie nieświadomi problemów, które mogły spowodować. Może to prowadzić do tego, że inni ludzie będą unikać pary i niestety zwiększy samotność i izolację, które odczuwa dorosły NT. Mężczyzna z ZA opowiedział mi, jak czasami spotykał kogoś i odczuwał do niego natychmiastową niechęć i prawie niemożliwe było nie okazywać tego. Kiedy zapytałem go, jak sobie z tym radzi, powiedział, że często je ignoruje. Jednym z powodów, dla których nie lubił ludzi, był sposób, w jaki mówili lub ton ich głosu. Niektórzy mężczyźni z ZA wyrażają irytację głosami niektórych napotkanych osób i mogą mieć problemy z głosami o określonej wysokości. Dorosły z ZA od czasu do czasu odejdzie, zamiast zostać i słuchać ich rozmowy. Krzyki, a nawet mówienie podniesionym głosem, które będą oznaczać jako krzyki, może być również dość trudne dla AS-mężczyzn. Często widzę fizyczny efekt, jaki głośne mówienie lub krzyczenie może mieć na klienta z zespołem Aspergera w moim pokoju konsultacyjnym. Kiedy partner zaczyna podnosić głos, często widzę, jak całe jego ciało się napina. Jeśli przejawia cechy AS w komunikacji, to te się pogarszają, na przykład jeśli ma problemy z wyrazem twarzy lub kontaktem wzrokowym, staną się one przesadzone. Jego odpowiedzi stają się mniej pewne i będą zawierać wiele przerw, ponieważ jego mowa staje się bardziej niepewna. Ważne jest, aby partner NT rozpoznał te znaki; nie tylko sam na sam z nią, ale także w grupach społecznych. Lęk może być dość ekstremalny w przypadku zespołu Aspergera, może skutkować wybuchem złości lub całkowitym wycofaniem się, gdy próbuje odzyskać kontrolę nad sytuacją i powstrzymać krzyki. Niektórzy mężczyźni, z którymi rozmawiałem, w ogóle nie udzielali się towarzysko i stanowczo odmawiali chodzenia na spotkania towarzyskie lub rozrywki. Często mówili, że czuli się przez to nieswojo i nie wiedzieli, co powiedzieć ani jak prowadzić niezobowiązującą rozmowę. Pogawędki i uprzejme pogawędki mogą być bardzo trudne dla osoby dorosłej z zespołem Aspergera, ponieważ często wymagają, aby osoba mówiąca udawała zainteresowanie drugą osobą. Może to wymagać

rozmowy o pogodzie lub zapytania drugiej osoby, czym zajmuje się zawodowo. Te błażostki nie są ważne dla dorosłych AS i wolą po prostu rozmawiać o własnych zainteresowaniach lub rozmawiać z kimś, kto podziela ich zainteresowania. Pewien AS zapytał mnie kiedyś, dlaczego ludzie zawsze rozmawiają o pogodzie: „Widzę, jaka jest pogoda i oni też, dlaczego musimy rozmawiać i przypominać sobie nawzajem o czymś, co już wiemy?”. muszą komunikować się z ludźmi, którzy są nieistotni w ich życiu. Zachęty i motywacja odgrywają ogromną rolę w tym, czy dorośli AS będą wchodzić w interakcje z innymi ludźmi, czy nie. Jeśli rozmawiają z kimś, kogo uważają za lepszego, istotnego lub mającego bezpośredni wpływ na ich życie, wtedy dołożą wszelkich starań, aby nawiązać kontakt. Jeśli jednak ta druga osoba jest kimś, z kim nie mają nic wspólnego i raczej nigdy nie będą jej do niczego potrzebować, to po co z nią rozmawiać? Nie chodzi o to, aby druga osoba czuła się dobrze, mile widziana lub istotna, ponieważ dorośli AS nie dostrzega w tym swoich uczuć. Nie oznacza to, że osoba z zespołem Aspergera jest całkowicie samolubna lub narcystyczna, ponieważ taka nie jest i nie tak chce wyglądać. JAK dorośli są w stanie używać logicznego myślenia tylko do próby interpretacji nielogicznego społeczeństwa, które ma bardzo dziwne zasady. AS człowiek naturalnie nie zna tych zasad; można mu o nich powiedzieć i spróbować się uczyć i przystosować, ale to nie przyjdzie naturalnie. Nasze złożone społeczeństwo jest pełne podwójnych znaczeń, sarkazmu, niewypowiedzianych zasad, ukrytych planów i całego labiryntu subtelnych, cichych interakcji, a dorosłemu AS trudno jest poradzić sobie z sytuacjami społecznymi oraz stresem i niepokojem, na jakie go narażają. Jeśli nie uda się do najbliższego wyjścia, może zniknąć w kącie lub stać się dość głośny i przerywać rozmowy, aby spróbować sprawować pewną kontrolę nad tym, co się mówi. Obie reakcje są sposobem radzenia sobie mężczyzny z AS i próbą radzenia sobie z sytuacją, w której się znalazł. Dwadzieścia procent mężczyzn z AS wyraziło chęć bycia lubianym i akceptowanym przez innych. Mogą uświadomić sobie, że wydaje się, że to ci, którzy nie robią tego dobrze, a ciągłe niepowodzenia w akceptacji mogą powodować depresję i izolację, zwłaszcza u nastolatków. Ważne jest, aby rodzice byli świadomi i uważali na to, co się dzieje; próba zorganizowania dla nastolatka odpowiedniej pomocy i wsparcia może mieć istotne znaczenie. Rodzice mogą znaleźć się w sytuacji, w której będą musieli doradzać i informować swoje dziecko o trudnościach i zagrożeniach, które mogą wystąpić w sytuacjach społecznych. Podobnie często to partner zostaje przewodnikiem społecznym i nieustannie wypatruje tych ryzykownych sytuacji i zawstydzających momentów, kiedy musi się spieszyć i ratować sytuację. Wielu twierdzi, że czują się tak, jakby mieli kolejne dziecko, a odpowiedzialność może ich zmęczyć. Chociaż partner AS może być w stosunku do niej dość opiekuńczy, może nie zdawać sobie sprawy, że jego działania i zachowanie mogą w rzeczywistości odłożyć ją na niebezpieczeństwo. Pewna para na wakacjach w Ameryce odwiedzała Nowy Jork. Partner AS miał problem z nastolatkami, którzy nosili czapki z daszkiem, zwłaszcza jeśli były one noszone z daszkiem z tyłu zamiast z przodu. Para była w metrze i między początkiem a końcem podróży; pociąg zatrzymał się na Bronksie, obszarze szczególnie znanym z napadów i kłopotów. Jeszcze zanim wsiedli do pociągu, zauważył grupę nastolatków; dwóch z grupy nosiło czapki z daszkiem w niewłaściwy sposób. Natychmiast złapał żonę za rękę i gdy pociąg się zbliżał, trzymał ją bardzo mocno. Pociąg się zatrzymał, przytrzymał ją, gdy grupa wsiadała do pociągu, a potem szybko wepchnął ją do innego wagonu.

Nie zdawał sobie sprawy z tego, że nastolatki mogły przemieszczać się między wagonami i właśnie to robiły, lądując w tym samym wagonie co para. Był tak spięty, że tylko na nich patrzył. Zauważyli jego niechcianą uwagę i rzucili jej wyzwanie, pytając go, na co myśli, że patrzy. „Ty”, odpowiedział, a następnie powiedział im, że jeśli nie będą się trzymać z daleka, zgłosi ich na policję. To poszło jak tona cegieł! Zaczęli drwić i kpić; zareagował na to gniewem i nie cofnął się. Nie zdawał sobie sprawy z niebezpieczeństwa, na które naraża siebie i swoją żonę, widział tylko grupkę młodzieńców w czapkach z daszkiem. Na szczęście para dotarła do celu, a ona wyprowadziła go z pociągu. Była w okropnym stanie i bała się, że ktoś wyciągnie na nią nóż lub coś gorszego. Nawet o tym nie pomyślał i nie był

świadomy tego, jak bardzo była przerażona. Jego skupienie i niezdolność dostrzeżenia konsekwencji swoich działań przejął kontrolę. Często wydaje się, że kiedy dorosły AS wpada na pomysł do głowy, on przechodzi na automatycznego pilota i nic nie może go powstrzymać przed osiągnięciem celu. Może to być ogromny plus, jeśli jest skierowany do sportu wyczynowego, takiego jak bieganie w maratonie lub jeśli koncentruje się na ważnym projekcie w pracy. Ale jeśli to skupienie zwróci się w kierunku bardziej negatywnego celu, może to być bardzo destrukcyjne dla wszystkich wokół. Na przykład pewien mężczyzna stał się chłopakiem swojej córki, kiedy zdecydował, że go nie lubi. To było tak, jakby misją tego ojca było wyeliminowanie chłopaka i bardzo utrudnić życie sobie i córce. Ojciec wierzył, że leży mu na sercu jej dobro i że będzie jej lepiej bez chłopaka. Niechęć taka jak ta może wynikać z wielu powodów, od koloru jego włosów po samochód, którym jeździ, a nawet jego imię. Mówi się, że dorośli AS nie dyskryminują ze względu na rasę, wiek ani płeć i w niektórych przypadkach jest to prawda, ale nie zawsze tak jest. Słyszałem opowieści o osobach z zespołem Aspergera, które były bardzo niegrzeczne w stosunku do innych z powodu ich narodowości, koloru skóry lub faktu, że paliły lub należały do określonej grupy. Pamięć osoby z ZA może być dość wybiórcza i jeśli zostanie skrzywdzona w sposób, który dotyczy jej bezpośrednio, nigdy nie zapomni pewnych jej aspektów. Weźmy na przykład mężczyznę, który nie lubił nikogo w czapce bejsbolowej noszonej tyłem do przodu. Kiedy z nim rozmawiałem, stało się jasne, skąd bierze się ta nieufność i niechęć. Kiedy mieszkał samotnie przed ślubem, był podniecony przez grupę młodych ludzi, którzy kręcili się wokół, pijąc i hałaśliwie w wejściu biegnącym równoległe do jego domu. Ich hałas przeszkadzał mu i nie pozwalał zasnąć. Pewnej nocy usłyszał ich i obserwował ich przez okno swojej sypialni, kiedy zobaczył, jak jeden z nich rzuca pustą puszkę po piwie przez płot do ogrodu. W jego umyśle oznaczało to wojnę. Chwył dżinsy (to było wszystko, co miał na sobie) i wybiegł z domu w pogoni za bandą. Byli zszokowani i początkowo rzucili się do ucieczki, ale był dobrym biegaczem i złapał jednego z nich, zapędzając go w róg. Młodzieniec zaatakował go, a jego przyjaciele przyłączyli się; został ciężko pobity i został przyjęty do szpitala z wieloma siniakami, złamanym nosem i połamanymi żebrami w wyniku kopania, które otrzymał. Młodzi ludzie nosili czapki z daszkiem tyłem do przodu. Pozostało to w jego umyśle od tamtej pory i gdy tylko zobaczył kogoś w bejsbolówce założonej tyłem do przodu, spostrzegł, że to ci sami młodzieńcy, którzy tak mocno go pobili. Wydaje się, że kontakty towarzyskie w taki czy inny sposób powodują problemy większości dorosłych AS. Problemy te będą bardzo różne w zależności od potencjału socjalizacyjnego danej osoby, jej wychowania i tego, jak bardzo została dotknięta zespołem Aspergera. Wszyscy jesteśmy różni, jeśli chodzi o kontakty towarzyskie, niektórzy są w tym lepsi od innych, niektórzy ludzie mogą po prostu urzekać publiczność, a niektórzy muszą ciężko pracować, aby udoskonalić swoje umiejętności społeczne i zdolności. Inni nie chcą się udzielać towarzysko, chętnie zostają w domu, oglądają telewizję lub zajmują się swoimi szczególnymi zainteresowaniami. Nie ma ustalonej zasady bycia dobrym w kontaktach towarzyskich, niezależnie od tego, czy ktoś ma zespół Aspergera, czy nie. Jeśli weźmiesz osobę, która jest naturalna w kontaktach towarzyskich i dasz jej zespół Aspergera, niepełnosprawność związana z ZA nie będzie u niej tak wyraźna, a jej życie będzie łatwiejsze, ponieważ z natury posiada silne umiejętności społeczne. Jeśli weźmiesz osobę, która nie lubi, nie chce lub ma trudności z nawiązywaniem kontaktów towarzyskich i zadasz jej zespół Aspergera, może być kompletnym odludkiem. Chodzi o oryginalny potencjał i indywidualność. Kolejnym czynnikiem wpływającym na zdolność socjalizacji jest wychowanie: niektóre rodziny są bardzo towarzyskie i otwarte, a inne bardzo prywatne i zamknięte. Pewien mężczyzna z AS, z którym rozmawiałem, wychował się w dużej irlandzkiej rodzinie, której drzwi wejściowe były zawsze otwarte i gdzie na kuchence zawsze gotowało się jedzenie. Odniósł ogromne korzyści z tej przyjaznej, towarzyskiej jednostki rodzinnej i był w stanie lepiej radzić sobie ze spotkaniami rodzinnymi i wydarzeniami towarzyskimi. Spotkałam również mężczyzn z ZA, którzy dorastali jako jedynacy i gdzie było bardzo prawdopodobne, że jedno z rodziców, jeśli nie oboje, również było w spektrum autystycznym. Ich wychowanie było dość samotne i wyspiarskie. Rozmawiałem z jednym mężczyzną z takiego

wychowania rodzinnego i opowiadał o tym, jak opiekuńczy byli jego rodzice i jak kupowano mu wszystkie prezenty, o jakich mógł marzyć. Siedział tam w Boże Narodzenie otoczony tymi wszystkimi wspaniałymi prezentami, grami, klockami i zestawami pociągów. Problem polegał na tym, że nigdy nie pozwolono mu bawić się z przyjaciółmi. W rezultacie miał ogromne problemy z nawiązywaniem kontaktów towarzyskich i nauką dzielenia się. Było to bardzo widoczne w jego relacjach z partnerem i ich dziećmi, po prostu nie mógł uczestniczyć w niczym, co robili, chyba że go to interesowało i on to zaaranżował. Być może ci mężczyźni mieli różne potencjały towarzyskie, ale jest bardzo prawdopodobne, że ich wychowanie albo przeszkadzało, albo pomagało, niezależnie od tego, jaki był ten pierwotny potencjał. Wychowanie może wpływać na to, jak odnosimy się do ludzi, niezależnie od tego, czy mamy ZA, czy nie. W zespole Aspergera bardzo ważna jest wczesna interwencja i odpowiednia edukacja społeczne umiejętności robią różnicę. Innym czynnikiem decydującym o stopniu, w jakim ZA wpływa na zdolność socjalizowania się, jest to, czy jest to obszar najbardziej upośledzony. AS ma wpływ na trzy główne obszary i nie jest tak, że trudności będą równo podzielone między nimi: jedna trzecia komunikacja, jedna trzecia relacje społeczne, a pozostała trzecia część wyobraźni. Rozkład efektu jest bardzo różny i w niektórych przypadkach może to być tylko dwadzieścia procent relacji społecznych, a w innych przypadkach pięćdziesiąt procent. To właśnie sprawia, że zespół Aspergera jest tak trudny do zdiagnozowania i wykrycia; jest złożony, indywidualny i nie podlega żadnym określonym zbiorom zasad. Kobiety z zespołem Aspergera bardzo się różniły w swoich odpowiedziach, niektóre czuły się całkiem zdolne i zdolne do nawiązywania kontaktów towarzyskich, ale przypisywały to bardzo otwartemu i towarzyskiemu wychowaniu.

Sześćdziesiąt procent wyraziło trudności w nawiązywaniu kontaktów towarzyskich w dużych grupach. Niektórzy uważali, że nawiązywanie kontaktów towarzyskich jest prawie niemożliwe i woleli trzymać się z dala od grup społecznych lub zgromadzeń. Chęć jedzenia tylko określonych pokarmów i często tylko przygotowanych przez siebie potraw powodowała również problemy w kontaktach towarzyskich. Z moich badań wynika, że kobiety z ZA nie wykazywały żadnej przewagi w utrzymywaniu kontaktów towarzyskich nad mężczyznami z ZA, choć wydawało się, że znacznie bardziej starały się zostać zaakceptowane.

Kluczowe punkty

- ° Czasami tylko poczucie humoru partnera NT pomaga parze przetrwać niezręczne sytuacje towarzyskie.
- ° Niektórzy dorośli z ZA twierdzą, że nie mają problemów z nawiązywaniem kontaktów towarzyskich, ale więcej z nich decyduje się nie nawiązywać kontaktów towarzyskich.
- ° Osoby z ZA wydają się być dotknięte różnymi poziomami zdolności społecznych.
- ° Niektórzy AS mężczyźni narzekają, że ich partnerki zarzucają im, że są niegrzeczni wobec innych.
- ° Większość mężczyzn AS jest po prostu uczciwa i nie zna społecznych zasad grzeczności.
- ° Osoba dorosła z ZA może często być świadoma, że czuje się niekomfortowo w sytuacji społecznej, ale nie zdaje sobie sprawy, dlaczego.
- ° Dorośli z zespołem Aspergera nie zawsze odczuwają zakłopotanie.
- ° Czasami JAK dorośli nie widzą powodu do komunikowania się z osobą, którą postrzegają jako nieistotną.
- ° Niektórzy mężczyźni AS wyrażają pragnienie bycia lubianym i akceptowanym przez innych.

- ° Są chwile, kiedy dorosły AS może nie zdawać sobie sprawy, że jego działania potencjalnie narażają partnera na ryzyko.
- ° Osobowość i wychowanie mogą mieć wpływ na społeczne potrzeby i zdolności dorosłego AS.
- ° Większość kobiet z ZA czuje się zdolna do nawiązywania kontaktów towarzyskich, ale doświadcza trudności w dużych grupach.

Procedury, zasady i granice

Potrzeba zasad i rutyny została zidentyfikowana jako jedna z cech powodowanych przez zespół Aspergera. Często pojawia się to pod nagłówkiem „wyobraźni” przy opisywaniu zespołu Aspergera, trzeciego głównego obszaru dotkniętego zespołem. Wielu mężczyzn i kobiet z ZA twierdzi, że mają doskonale rozwiniętą wyobraźnię, ale sprowadza się to do kwestii definicji. Jeśli ktoś nie widzi koloru czerwonego, nie wie, że on istnieje i będzie twierdził, że widzi kolor lub kolor, który postrzega jako czerwony, doskonale. Kiedy dzieci z AS otrzymują zabawki do zabawy, często układają je w kolejności lub kolejności. Pewien młody chłopiec, któremu podano pudełko samochodzików, ostrożnie ustawił je w rzędzie, mówiąc, że układa je w porządku. Samochody wydawały się całkowicie zdezorganizowane; różne kształty i kolory, wszystkie ułożone nieregularnie. Jego matka zapytała go, w jakiej kolejności są, a on odpowiedział, że są w porządku alfabetycznym, zgodnie z marką samochodu, więc najpierw Austin Mini, potem BMW i tak dalej. Całkiem imponujące jak na ośmiolatka! Dorośli z zespołem Aspergera również próbują uporządkować swoje życie, mogą to być pory posiłków, pora snu lub nieistotność, która nie ma sensu dla nikogo poza nimi. Jednak wszystkie rutyny będą miały wspólny temat lub wątek, cokolwiek to będzie, będzie dotyczyć kontroli. Kontrola jest zwykle niezbędnym wymogiem dla osoby dorosłej z zespołem Aspergera, aby utrzymać swoje życie i zachować w nim pewien porządek. Jeśli możesz sobie wyobrazić życie w świecie, który jest zagmatwany, złożony i całkowicie nieprzewidywalny, zrozumiesz, dlaczego pewna kontrola jest niezbędna dla osoby dorosłej z ZA, która nieustannie walczy o przetrwanie w tym zagmatwanym świecie z zaledwie połową torby narzędzi w swoim zestawie umiejętności społecznych. Powoduje to stres i niepokój, więc próbuje to zmniejszyć, wprowadzając zasady i procedury, których nie musi interpretować ani o których myśleć, może je po prostu wykonywać automatycznie. Jest to niezbędne do złagodzenia napięcia i niepokój, jest równie terapeutyczne dla osoby dorosłej z ZA, jak masaż pleców lub kieliszek wina. To sposób na wyciszenie bez konieczności myślenia, mówienia czy analizowania, po prostu wykonywanie ruchów w ten sam sposób, rzadko wprowadzając jakiegokolwiek zmiany w schemacie. To właśnie ta nieelastyczność może powodować problemy w związku. Rutyny mogą stać się tak sztywne i konieczne, że nie będzie ich zmieniać, aby pasowały do kontekstu, a wszyscy domownicy będą musieli dostosować się do jego rutyny. Jeśli członek rodziny nie podporządkuje się, konsekwencje buntu i odwetu mogą przeważać nad zyskami. Może to powodować problemy w niektórych rodzinach, ale wiele zależy od tego, jaką formę przybiera dana rutyna i czego dotyczy. Na przykład, jeśli sprawdza, czy wszystkie drzwi są zamknięte na noc, może to być przydatne, jeśli jednak kolacja jest na stole dokładnie o szóstej każdego wieczoru, niezależnie od tego, czy jedno z dzieci potrzebuje podwiezienia do miasta, czy jest wieczór rodziców, może to spowodować poważne problemy. Życie pewnej kobiety było całkowicie zdominowane przez sztywną i surową rutynę jej męża. Każdej nocy ustawiał swoje pięć budzików dokładnie w tych samych miejscach, sprawdzając je w tej samej kolejności. Zadzwończył dwa zegary, jeden był budzikiem radiowym, drugi brzęczał, a piąty miał migające światło. Nastawiał je wszystkie na różne czasy, a gdy był zadowolony, że wszystkie były ustawione prawidłowo, mówił żonie dobranoc i gasił światło, ona nie mogła nie spać dłużej niż on. Dokładnie o 6.15 zadzwonił dzwonek, o 6.20 rozległ się brzęczyk, o 6.25 kolejny dzwonek, o 6.30 włączyło się radio z wiadomościami i jeśli do tego czasu nie zwariowała, to o 6.35 zaczęło migać światelko. W tym momencie wstał, włożył kapcie i szlafrok i zszedł na dół, zostawiając żonę z radiem grającym jakąś okropną piosenkę i migającym światłem na

nocnym stoliku. Zjadał śniadanie, zawsze płatki kukurydziane, i robił dzbanek herbaty. Została na górze, kiedy on jadł śniadanie. Byłby bardzo zdenerwowany, gdyby wstała i zeszła na dół. Kiedy skończył śniadanie, wracał na górę, robił jej herbatę, a potem mył zęby. Czyszczenie zębów było dziełem sztuki i był przy tym skrupulatny, tak jak dbał o czystość ciała. Następnie brał prysznic i ubierał się, sprawdzając zagniecenia w spodniach i poprawiając krawat. Dokładnie o 7.30 rano mówił „Cóż, teraz już spadam, do widzenia” i wychodził frontowymi drzwiami. Chodził wokół swojego samochodu na podjeździe, żeby sprawdzić, czy wszystko w porządku, zatrzymując się, by popatrzeć na każdą małą plamkę na nim, a potem wychodził. Wracał wieczorem dokładnie o 19.00, chyba że był jakiś problem z drogami lub korkami. Brał prysznic i siadał przy stole o 19:30. spodziewając się, że jego obiad będzie gotowy. Jeśli nie, dostanie był bardzo wzburzony i rzucił krytyczną uwagę, na przykład: „Znowu marnowałeś czas na rozmowę telefoniczną z matką?”. Miał określone potrawy, które lubił, a które można było ugotować tylko w określony sposób. Jeśli jego żonie zabrakło któregoś z tych pokarmów lub zapomniała go kupić, reagował dość gniewnie. Odkryła jego irytację, jeśli pomyliła się dość wcześnie w związku. Lubiał świeże brokuły do posiłków i spodziewał się tego w poniedziałek, środę i piątek. Pewnego poniedziałku przyniosła brokuły z stojaka na warzywa i odkryła, że w ciągu weekendu zżółkły. Bez namysłu dała mu w zamian groszek. Kiedy podała mu obiad, po prostu siedział, wpatrując się w swój talerz, z całkowitym niedowierzaniem. „Dlaczego dałeś mi groszek, dlaczego nie dałeś mi brokułów?” Sam sposób, w jaki mówił i patrzył na nią, doprowadził ją do łez. Potem upewniła się, że w wyznaczone dni zawsze ma świeże brokuły. To było bardzo smutne, że pozwolono, by jego rutyna była tak stała i nieelastyczna. Kiedy się pobrali, jego młoda żona bardzo się starała, by go zadowolić i robić dla niego różne rzeczy, tak jak robiła to jego matka. Był jedynakiem i bardzo rozpieszczonym dzieckiem, ona z drugiej strony doświadczyła emocjonalnego nadużycia w dzieciństwie, a jej ojciec był bardzo głośny i agresywny. Zaakceptowała dominację męża, a on przejął całkowitą kontrolę. Zespół Aspergera jest stanem rozwojowym, który może utrudniać dojrzałość emocjonalną. Gdybyśmy powierzyli dziecku całkowitą kontrolę nad naszym życiem i pozwolili, by zawsze stawiało na swoim, a następnie nie zaspokajało jego potrzeb, prawdopodobnie zareagowałoby napadem złości. Złość może wyglądać jak napad złości u dziecka, wybucha, powoduje duży stres u osób w pobliżu, a następnie znika. Osoba z zespołem Aspergera często nie jest świadoma zniszczeń i bólu emocjonalnego, jakie jej nadmierna reakcja spowodowała u innych. Biorąc pod uwagę częstotliwość rutyn i zasad wśród dorosłych z zespołem Aspergera, początkowo zaskakujące było to, że sześćdziesiąt pięć procent w moim badaniu stwierdziło, że nie ma żadnych rutyn ani ustalonych sposobów. Jednak to, co powiedzieli ich partnerzy z NT, było zupełnie inne, gdy rozmawiali o różnych rutynach swoich partnerów. Najbardziej powszechna była rutyna „zamykania”: wszystkie drzwi były sprawdzane w określonej kolejności; gdyby drzwi były już zamknięte, zostałyby otwarte, a następnie ponownie zamknięte. Potem była „rutyna zakupów”, która obejmowała określone sposoby robienia zakupów, takie jak ustawianie puszek w kolejce do kasy i bardzo szczegółowe pakowanie rzeczy; zawiązanie każdej plastikowej torby na zakupy w sposób uniemożliwiający jej bezpieczne otwarcie bez nożyczek; wreszcie bardzo precyzyjnie zastępując wózek innymi wózkami. Supermarkety wydają się być jednymi z nielicznych miejsc, w których AS mężczyźni czują, że mogą znowu zachowywać się jak dzieci, a kilku z nich jeździ na wózku, śmigając w górę iw dół alejek, całkowicie nieświadomi kupujących wokół nich. Wiele prac i obowiązków będzie miało swój własny, specyficzny scenariusz, nawet umieszczenie półki na ścianie. Pewien mężczyzna zrobił to perfekcyjnie i bardzo zwracał uwagę na kawałki tynku spadające na podłogę podczas wiercenia, przez co jego żona lub jedno z dzieci stało ze szufelką pod otworem, który wiercił. Mógł położyć papier lub prześcieradło na podłodze, ale całkiem słusznie argumentował, że kurz wylądowałby na ścianie. Byłoby to bardzo męczące dla posiadacza szufelki, ponieważ zajęłoby mu bardzo dużo czasu dokładne mierzenie rozmiaru i położenia otworu, ustawianie otworów, zatrzymywanie się, ustawianie ich ponownie i tak dalej i tak dalej. Tak, efektem końcowym byłaby idealnie umieszczona, symetryczna i wyważona półka, na której słoń mógłby usiąść bez powodowania

ustąpienia, oraz jeden bardzo sfrustrowany, bliski krzyku partner lub dziecko, które przez cały czas musiało brać udział - pochłaniające ćwiczenia. Wycieczki i wycieczki również mogą zostać ustalone, a jeden mężczyzna powiedział, że lubił chodzić w te same miejsca, kiedy rodzina wychodziła na cały dzień. Powiedział, że czuł się bezpiecznie, ponieważ wiedział, czego się spodziewać. Odzwierciedla to, jak zagmatwany i złożony świat może wydawać się osobie z zespołem Aspergera. Trudności w odczytywaniu zarówno ludzi, jak i sytuacji oraz dodatkowa presja i stres, jakie mogą powodować, mogą pozostawiać niewiele miejsca na przewidywanie, jak będzie wyglądać nowe miejsce. Czy będzie przyjazna, wygodna, nieskomplikowana, czy też będzie wymagała wiele przemyśleń i będzie pełna komplikacji i złożoności? Czy to będzie totalna katastrofa, czy się pomyli, czy zawiedzie i zawiedzie całą rodzinę, a partner się na niego złości? Wiele myśli i niepokojów takich jak te przechodzą przez umysł człowieka AS; wiele obaw uniemożliwi mu eksperymentowanie z czymś nowym. Ten człowiek był bardzo świadomy, że rodzina chce iść gdzie indziej. Wiedział, że byli znudzeni i zmęczeni podróżowaniem w to samo miejsce, ale myśli o odkrywaniu nowych dróg i byciu odpowiedzialnym za konsekwencje była prawdopodobnie czymś więcej, niż mógł znieść. Zespół Aspergera i chaos nie idą w parze: osoba z ZA może być bardzo dobra w wywoływaniu tego chaosu, ale niezbyt dobra w rozwiązywaniu chaosu, gdy sytuacja nie jest pod jego kontrolą. Mózg AS nieustannie próbuje zinterpretować coś, co musi wydawać się językiem obcym, którym mówi obca kultura w obcym kraju. Jeśli mężczyzna z AS zdecyduje się trzymać tego, co wypróbowane i przetestowane, nieznaną aspekt zostanie natychmiast rozwiązany i będzie mógł lepiej przewidywać i kontrolować wszelkie nieoczekiwane sytuacje, które mogą się pojawić. To jednak nie czyni dnia mniej nudnym i spokojnym dla wszystkich innych. Innym obszarem, który może zostać naprawiony przez rutynę, jest akt seksualny. Wspomniała o tym głównie partnerka z NT, która powiedziała, że przez to poczuła się wykorzystana i niekochana. Kilku mężczyzn z ZA przyznało, że rutyna pomaga im zachować kontrolę, ponieważ jest to metoda stabilizacji ich życia i utrzymania pozorów porządku. Wiele z nich było również świadomych, że to frustruje i irytuje ich partnerów, ale nadal nie byli w stanie zmienić ustalonych wzorców. Pewien mężczyzna powiedział, że musi mieć kontrolę, a jeśli zostanie mu to rzucone, będzie zły na swoją partnerkę, dopóki się nie podda. Miał obsesję na punkcie czasu i jego życie było przez nie zdominowane. Nie mógł się spóźnić; nie pozwoliłby też nikomu innemu z rodziny się spóźnić. Na długo przed czasem, kiedy mieli się gdzieś udać, patrzył na swój zegarek lub jeden z wielu zegarów, którymi wypełnił swój dom, i przypominał swojemu partnerowi, że muszą tam być za półtorej godziny. Prosił ją, aby powiedziała mu, co zamierza robić w tym czasie, a następnie zadaje dzieciom te same pytania. Dziesięć minut później będzie sprawdzał, czy robi to, co obiecała. Obliczał, ile czasu zajmie jej wykonanie każdego zadania, a potem sprawdzał, czy biegnie zgodnie z planem, ciągle spoglądając na zegarek i przypominając jej, że zostało im tylko tyle minut. Wszyscy byliby bardzo sfrustrowani i wykończeni do czasu wyjazdu. Temperamenty byłyby wysokie; jechał za szybko i był dość głośny i agresywny w stosunku do reszty rodziny. Nie widział negatywnego wpływu, jaki miało to na wszystkich, widział tylko czas i miejsce dla niego ważne, aby przybyli na czas. To obsesyjne zachowanie może koncentrować się na wielu różnych rzeczach, dla wielu AS-ów była to etykieta przy stole. Może to sprawić, że czas posiłków będzie nieszczęśliwy dla zainteresowanych członków rodziny. Pewien mężczyzna miał bardzo sprecyzowane wyobrażenie o tym, jak jego rodzina powinna spożywać posiłki, używać noża i widelca oraz siedzieć przy stole. Rodzina siadała razem do posiłku, a on natychmiast skupiał się na ich czterolatku. Wstawał od stołu i przysuwał krzesło syna bliżej stołu; wtedy poprawiał nóż i widelec w dłoniach, siadał i obserwował go. Atmosfera była tak napięta, że chłopiec nie potrafił tego zrobić dobrze i zapomniał użyć noża lub odsunąć krzesło od stołu, i tak bitwa między ojcem a synem trwała dalej. Mama stawiała się opiekuńcza i defensywna i mówiła coś, co odwracało uwagę jej męża. Oskarżała go o snobizm lub czepianie się dzieci, on odwzajemniał się i mówił, że robi tylko to, co najlepsze dla jej syna, argumentując, że nie obchodzi jej, czy jest czepiany w szkole, bo nie wie, jak Jeść prawidłowo. Zapytał, co to za matka, która nie dba o to, jak jej dzieci jedzą przy stole i tak dalej, i

tak dalej. Nic nie odciągnęłoby go od jego zasad dotyczących etykiety przy stole. Były chwile, kiedy zgadzał się z żoną, żeby milczeli i po prostu pozwalali im robić to dalej, ale w chwili, gdy usiedli przy stole, włączał się automatyczny pilot i wszystko zaczynało się od nowa. Wyglądało to tak, jakby nie miał kontroli nad swoim zachowaniem podczas posiłków. Pory posiłków stały się nieustannym polem bitwy i w końcu mama ułożyła je osobno, tak aby dzieci jadły najpierw, zanim tata wrócił do domu, a później we dwójkę. To obsesyjne zachowanie ma prawdopodobnie swoje korzenie w dzieciństwie; ten konkretny mężczyzna chodził do szkoły publicznej, która była bardzo surowa. W przypadku innych mężczyzn, z którymi rozmawiałem, to obsesyjne zachowanie zostało ustalone w okresie dojrzewania, kiedy desperacko starali się być popularni.

Rozwinęli pogląd, że maniery przy stole są przepustką do akceptacji i zapraszania do domów przyjaciół. Ten pomysł może stać się całkowicie przesadzony i nieproporcjonalny, gdy zachowanie jest praktykowane do perfekcji. W związku z tym, kiedy później powstaje związek partnerski lub rodzina, oczekuje się, że wszyscy pozostali będą się dostosowywać i postępować według tego samego wzorca. Może to być bardzo trudne dla dzieci, zwłaszcza małych dzieci, które nie mają zdolności motorycznych, aby idealnie jeść nożem i widelcem, a w przypadku starszych dzieci istnieje możliwość, że się zbuntują. To, czy poszczególne osoby miały rutyny, dlaczego ich potrzebowały i na ile były świadome wpływu, jaki ich rutyna wywiera na innych, różniło się dość drastycznie wśród mężczyzn z ZA. To, dlaczego się różniło, może zależeć od ich podstawowej natury i tego, na ile pozwolili ich rodzice, a później ich partnerzy. Podczas omawiania zmian partnerzy muszą być bardzo bezpośredni i obiektywni. Kłótnia musi być przedstawiona ich partnerom AS w sposób pozbawiony emocji, w przeciwnym razie wiadomość nie zostanie wysłuchana i zapamiętana. Rutyny można ograniczać lub zmieniać, chociaż rzadko całkowicie je przerywają. O wiele lepiej jest jednak nie dopuścić do ich utrwalenia w pierwszej kolejności, a już na pewno nie dostosowywać się, aby spróbować zadowolić lub uspokoić partnera z ZA. Jeśli oboje są świadomi obecności zespołu Aspergera i rozumieją, jaki to ma wpływ, może to mieć ogromne znaczenie. Kwestie można rozwiązać w bardziej odpowiedni sposób, który nie spowoduje, że partner AS poczuje się atakowany i krytykowany, gdy jego partner poruszy kwestię zmiany rutyny. Wielu mężczyzn z zespołem Aspergera stwierdziło, że łatwiej było im rozpoznać i spróbować zmienić niektóre z ich rutynowych czynności, odkąd odkryli, że przyczyną jest zespół Aspergera. Świadomość istnienia zespołu Aspergera może znacznie wpłynąć na to, jak jednostka, a zwłaszcza para, poradzi sobie z niektórymi problematycznymi aspektami ich związku. Temat jest tak obszerny, że poświęciłem mu cały rozdział. Kobiety AS nie różniły się zbytnio od AS mężczyzn, jeśli chodzi o rutynę i zasady. Niektórzy początkowo mówili, że ich nie mają, ale później przyznali się do pewnych zasad i reżimów, które opracowali w zakresie sprzątnięcia domu i zasady, których musiała przestrzegać reszta rodziny, takie jak składanie ręczników i ścielenie łóżek w określony sposób. Podsumowując, obsesyjna i sztywna rutyna nie sprawiała osobie z ZA żadnych trudności, to jej wpływ na partnerkę i dzieci sprawiał problemy, a w niektórych przypadkach uprzykrzał życie rodzinie. Obsesje to tylko jeden z problemów, które mogą wpływać na rodzicielstwo i opiekę nad dziećmi w rodzinach, gdy jedno z rodziców lub oboje mają zespół Aspergera.

Kluczowe punkty

- ° Dorośli z ZA potrzebują porządku w swoim życiu.
- ° W rutynowych czynnościach dorosłych często chodzi o kontrolę.
- ° Te procedury mogą stać się bardzo sztywne, uporządkowane i nieelastyczne.
- ° Może się zdarzyć, że życie kobiety NT jest całkowicie kontrolowane przez rutynę jej partnera.
- ° Większość mężczyzn AS twierdzi, że nie mają żadnych szczególnych procedur.

- ° Prace domowe i obowiązki domowe są często wykonywane w określony sposób przez osoby dorosłe z ZA.
- ° AS wakacje i wycieczki dla dorosłych mogą stać się stałe i niezmiennie.
- ° Rutyny i zasady mogą uprzykrzyć życie rodzinom.
- ° Partnerzy NT muszą zapobiegać utrwalaniu się rutyn, gdy tylko są ich świadomi.
- ° AS kobiety mają taką samą potrzebę rutyny jak AS mężczyźni.

Rodzic z Zespołem Aspergera

Pojawiły się pytania, czy rodzic z zespołem Aspergera jest wystarczająco dobrym rodzicem. Implikacje stojące za tymi pytaniami są ogromne, a ten rozdział nie dotyczy osądu ani oceny przydatności i możliwości rodzica z ZA. Po prostu przedstawia wyniki, które odkryłem dzięki moim badaniom. Posiadanie zespołu Aspergera nie czyni nikogo złym rodzicem, podobnie jak brak zespołu Aspergera nie czyni człowieka dobrym rodzicem. To, jak ktoś radzi sobie jako rodzic, zależy od wielu zmiennych:

- Jakie dzieciństwo miała ta osoba, czy było to w jakikolwiek sposób nadużycie?
- Czy ich wychowanie było spójne? Czy miłość była bezwarunkowa?
- Jakie są indywidualne cechy danej osoby? Czy są naturalnie matczyne czy ojcowskie?
- Czy jest porywczy lub spokojny, z natury introwertyczny czy ekstrawertyczny?
- Ile harmonii panuje w domu, jakie są presje i stresy?
- Czy rodzina jest zabezpieczona finansowo?
- Czy dziecko było planowane i chciane?
- Czy rodzice konkretnie chcieli chłopca czy dziewczynkę?
- Czy dziecko jest dzieckiem biologicznym, pasierbem lub adoptowanym?

Wszystkie te i wiele innych pytań należy rozważyć, zanim sama obecność zespołu Aspergera zostanie obwiniona za rozpad relacji rodzinnych. Tak, posiadanie zespołu Aspergera robi różnicę, a jeśli ta różnica jest negatywna, a więź między tym rodzicem a dzieckiem jest słaba, to zespół Aspergera może wyolbrzymiać te problemy. Jeśli jednak więź jest silna, a rodzic jest zmotywowany i chce być dobrym rodzicem, a zarówno rodzic, jak i dziecko są świadomi, że przyczyną niektórych trudności jest zespół Aspergera, to rodzicielstwo może być dobre wystarczająco. Niestety, nawet przy najlepszych intencjach na świecie, posiadanie zespołu Aspergera i dzieci mogą stwarzać problemy i to właśnie ten obszar systemu rodzinnego często powoduje u rodzica z zespołem AS większy niepokój i stres niż jakikolwiek inny. Zrozumienie, przewidywanie i interakcja z innymi dorosłymi może powodować wysoki poziom stresu u osoby dorosłej z ZA. Dzieci są jeszcze bardziej złożone i tak nieprzewidywalne, że ojciec z zespołem Aspergera uważa, że relacje i interakcje ze swoimi dziećmi są czasami stresujące i trudne. Niepokój i stres wyrażany przez wielu ojców z zespołem Aspergera wydaje się zaczynać na długo przed urodzeniem dziecka, a wielu z nich mówiło o zmartwieniach, które ich to wywołało, oraz o obawach, jakie mieli. Pewien mężczyzna mówił o tym, jak bardzo się boi i niepokoi o zbliżające się narodziny ich syna, opowiedział o swoim poczuciu niepewności i strachu przed porażką jako ojca. Nieustannie martwił się, czy syn go polubi, czy będzie w stanie go wesprzeć i pokazać, że mu zależy. Nie wyraził wówczas tych obaw swojej żonie i zamiast tego stał się bardzo cichy i wycofany. Jego żona wyjaśniła mi, jak wrażliwy był w tym czasie na krytykę i jak za każdym razem, gdy mówiła o dziecku, znajdował

jakiś sposób, by usłyszeć to, co mówiła, jako krytykę pod jego adresem. Na przykład zapytała go kiedyś, czy cieszy się, że będą mieli syna, czy też wolałby córkę (ta para znała z góry płeć dziecka). Natychmiast przeszedł do defensywy i odpowiedział: „Dlaczego mnie o to pytasz? Myślisz, że nie będę dobra z chłopakiem? Chcesz powiedzieć, że nie jestem dobrym wzorem do naśladowania dla chłopca? Proste pytanie, które miało jedynie zapewnić jej potrzebne zapewnienie, szybko przerodziło się w bardzo niepotrzebną awanturę. Gdyby wyjaśnił jej, co czuje, być może zrozumiałaby jego obawy i byłaby w stanie lepiej sobie z nimi poradzić. Zamiast tego po prostu czuła, że ciągle czepia się wszystkiego, co on powiedział i zrobił. Odczytała jego reakcję, że nie chce dziecka, a ona z kolei zbudowała swoje mury i wycofała się z niego. Cięża okazała się bardzo nieszczęśliwym okresem dla obojga, każde z nich błędnie odczytało sytuację i przyjmowało założenia na temat tego, co czuł drugi partner. Komunikacja się zepsuła, a małżeństwo cierpiało w czasie, gdy powinni byli razem wzrastać. Dopiero kiedy przyszli na terapię, opowiedział o swoich prawdziwych obawach i o tym, jak bardzo był przerażony, że zawiedzie ją i dziecko. Kiedy te problemy zostały rozwiązane i doszło do lepszego zrozumienia między parą, ich związek zaczął się umacniać i chociaż problemy na tym się nie skończyły, on był przynajmniej w stanie wyrazić swoje lęki, a ona była w stanie zapewnić go, że wszystko jest w porządku. . Inny mężczyzna, którego żona była w ciąży, powiedział, że martwi się, że nie będzie w stanie odczuwać miłości do swojego nienarodzonego dziecka. Zmagał się z myślą, że oczekuje się od niego uczucia do dziecka, którego nie zna. Wynika to z braku wyobraźni u osób z zespołem Aspergera. Niezwykle trudno jest im wyobrazić sobie dziecko, które jeszcze nie istnieje, i wyobrazić sobie, że automatycznie czuje do niego miłość. Obawy te często znikają, gdy dziecko się rodzi i staje się dla nich realne. Po porodzie problemy mogą przybrać inną postać. Wiele kobiet NT skarżyło się, że to one biorą na siebie całą odpowiedzialność za opiekę nad dziećmi i ich wychowanie, i tak było w większości sytuacji. Dzieci rodziców AS często opisywały ich jako odległych, cichych i bez emocji. Jeśli rodzicem ZA jest ojciec, wpływ na dziecko nie wydaje się być tak skrajny, jak w przypadku matki, od której często oczekuje się, że będzie bliską, opiekuńczą i emocjonalną postacią w rodzinie. Od matek często oczekuje się, że będą doskonałymi czytelnikami w myślach, zawsze dokładnie wiedząc, co myślą i chcą jej dzieci, zanim one to zrobią. Próba spełnienia tej roli i zespół Aspergera spowodowały u niektórych mam ogromny niepokój, zwłaszcza zanim odkryły, że mają ZA. Świadomość zespołu Aspergera i związanych z nim trudności często ma ogromny wpływ na sposób, w jaki dana osoba myśli o sobie i sposób, w jaki wchodzi w interakcje z resztą rodziny. Pewna kobieta opisała swoje życie przed zdiagnozowaniem zespołu Aspergera jako kompletny koszmar; starała się być wystarczająco dobrą mamą dla czwórki dzieci, co sprawiło, że poczuła się rozdarta, przygnębiona i wyczerpana. Próbowwała zrekompensować im to, czego czuła, że nie może im zaoferować emocjonalnie, robiąc dla nich praktyczne rzeczy. Jej córka, teraz dorosła, opowiedziała mi, jak pamiętała, jak wracała do domu ze szkoły, szlochając z całego serca, bo klasowy łobuz ją zaczepiał. Jej mama nie zapytała, dlaczego płacze; po prostu pobiegła do kiosku, żeby kupić jej komiks i tabliczkę czekolady. Po prostu skupiła się na powstrzymaniu płaczu córki, aby mogła kontynuować swoją codzienną rutynę. Jej córka opisała, jak jej matka próbowała zrobić to dobrze, a kiedy jej się nie udało, czasami reagowała frustracją i złością. Wpłynęło to na dzieci na różne sposoby; dwie dziewczyny były bardzo urażone, że w ich wychowaniu tak bardzo brakowało tego, co ich zdaniem powinno być matczyną miłością. Wszystkie komiksy i tabliczki czekolady na świecie nie były w stanie tego zrekompensować. Jednak obaj synowie nie czuli, że cierpieli lub zostali w jakikolwiek sposób pozbawieni. Bycie matką z zespołem Aspergera wydaje się przedstawiać więcej trudności niż bycie ojcem z ZA. Może to wynikać po prostu z postrzegania przez społeczeństwo ról matki i ojca. Matka powinna być ciepła, empatyczna, intuicyjna, wnikliwa, obdarzona zdolnościami parapsychologicznymi, kochająca, opiekuńcza i nie tylko. Ojciec ma być żywicielem, opiekunem, nieco zdystansowanym, kontrolującym i dyscyplinującym. Role te zmieniają się obecnie w społeczeństwie zachodnim, ale pięćdziesiąt lat temu byłyby dość tradycyjne i sztywne, a bycie ojcem AS byłoby wtedy prawdopodobnie akceptowane jako standardowe zachowanie. Nie oczekiwano, że mężczyźni będą

obecni przy porodzie, karmią i przewijają dziecko, nie oczekiwano od nich udziału w zabawie, zabierania dzieci do kliniki ani spędzania z nimi dużo czasu. To wszystko było zadaniem matki. Role te nadal obowiązują w niektórych kulturach, a nawet w niektórych związkach dzisiaj. Myślę, że można powiedzieć, że nawet w dzisiejszym społeczeństwie w wielu przypadkach mężczyźni są poddawani znacznie mniejszej presji, aby byli opiekunami w rodzinie niż kobiety. Sporo kobiet AS nie ma dzieci, ponieważ wcześniej zdecydowały, że nie chcą, nawet jeśli oznaczało to brak seksu, jak opisała to jedna z kobiet. Wydaje się, że u niektórych kobiet z ZA uczucia macierzyńskie nie są zbyt silne. Może to być spowodowane wspomnianym wcześniej brakiem wyobraźni, po prostu nie może sobie wyobrazić automatycznego kochania i opieki nad dzieckiem, którego jeszcze nie miała. W jednym związku, w którym matka ma zespół Aspergera, ojciec przejął rolę matki i rozdał TLC (delikatne z troskliwą opieką), kiedy dzieci tego potrzebowały. Ten człowiek miał silne cechy autystyczne i nie było to dla niego łatwe. Wydaje się, że wykonał świetną robotę, a jego dzieci są mu bardzo bliskie. Jego żona na pewnym etapie, gdy dzieci były nastolatkami, zdecydowała się wrócić na studia i faktycznie przeniosła się do wykopalisk, podczas gdy robiła magisterium na uniwersytecie oddalonym o 500 mil. Ponieważ większość rodziców z zespołem Aspergera w tym badaniu to mężczyźni, moje badania koncentrowały się na roli ojca. Trzydzieści sześć procent ojców z ZA stwierdziło, że ma dobre relacje ze swoimi biologicznymi dziećmi. Większość jednak stwierdziła, że często odczuwa rozpacz, a czasem irytację z powodu problemów, jakie przyniosło im ojcostwo. Większość ojców w moim badaniu chciała być blisko swoich dzieci i nawiązać z nimi więź, ale jednocześnie wydawali się całkowicie zagubieni co do tego, co powinni zrobić, aby to osiągnąć. Jeden mężczyzna powiedział, że po prostu nie mógł wymyślić, jak bawić się ze swoją córką. Nie przychodziło mu do głowy nic zabawnego; spróbowałby zainicjować z nią grę, ale zwykle kończyło się to na jego sposób, zgodnie z jego zasadami, ponieważ nie mógł dostosować się do jej potrzeb ani poziomu rozwoju. Ojciec z zespołem Aspergera często boryka się z przystosowaniem do wieku dziecka i poziomu dojrzałości, na jakim funkcjonuje. Czasami będą rozmawiać ze swoimi małymi dziećmi i traktować je tak, jakby były dorosłymi. To znów wynika z trudności osób z zespołem Aspergera, które próbują wywnioskować stan psychiczny innej osoby. Zrozumienie dzieci jest jeszcze trudniejsze i prawie niemożliwe jest, aby osoba dorosła z ZA myślała empatycznie na poziomie emocjonalnym i intelektualnym dziecka. Może to spowodować, że jego oczekiwania wobec dziecka znacznie przekroczą możliwości dziecka, wywierając na dziecko nadmierną presję, aby spełniło nieuzasadnione oczekiwania i wystąpiło na wyższym poziomie, niż jest w stanie osiągnąć umysłowo. Na przykład jeden ojciec bardzo chciał, aby jego syn nauczył się jeździć na rowerze, ponieważ lubił jeździć na własnym rowerze i traktował to jako wspólną rozrywkę. Kupił swojemu synowi rower, gdy tylko uznał, że jest wystarczająco duży fizycznie, aby na nim jeździć. Tego samego popołudnia włożył rower na tylne siedzenie samochodu i odjechał z synem. Kiedy wrócili, ich syn był w strasznym stanie, szlochał i płakał. – Co się, u licha, porobiło? – zapytała mama. Jej mąż był bardzo zły i zdenerwowany. „Zabrałem go na Hill, a on po prostu lamentował i nawet nie próbował jeździć na rowerze! Całkowite zmarnowanie dobrego roweru!” Teraz Witts Hill to fantastyczne miejsce do jazdy na rowerze dla dzieci. Jest pełen bardzo stromych kopców i jest naprawdę świetny, jeśli masz więcej niż dziesięć lat i masz BMX. Nie jest jednak tak wspaniałe, jeśli masz cztery lata i oczekujesz, że będziesz jeździć bez stabilizatorów, ponieważ ojciec je zdjął. Krzyczał i znęcał się nad synem i uznał, że jego syn jest niezręczny i niewdzięczny. Myślał, że robi wszystko, co najlepsze dla swojego syna i chciał, aby cieszył się doświadczeniem, które sam by mu się podobało. Nie widział szkód, które wyrządzał, a jego syn nigdy nie zaczął jeździć na rowerze. Poważnym problemem może być również presja na zdobywanie punktów w nauce. Pewna młoda kobieta, której ojciec miał zespół Aspergera, napisała:

Kiedy chodziłam do szkoły, nie wiedzieliśmy, że tata ma zespół Aspergera, wiedzieliśmy, że ma jakieś dziwactwa, ale myśleliśmy, że taki już jest. Kiedy jesteś dzieckiem, nie kwestionujesz tego, jacy są twoi rodzice, po prostu to akceptujesz. Kiedy zdawałem egzamin GCSE, to było wszystko, o czym rozmawiał

ze mną mój tata, za każdym razem, gdy mnie widział, pytał, czy robię powtórkę. Nie wolno mi było wychodzić ani się bawić. osiągnęłam osiem As i jedno B z chemii. Myślałam, że zrobiłem naprawdę dobrze. Kiedy powiedziałem tacie, po prostu tam stał i mówił: „Masz tylko czwórkę z chemii, masz tylko czwórkę, jestem tobą bardzo rozczarowany, spodziewałem się czegoś lepszego”. Nigdy nie zapomnę jego słów, całej presji związanej z tym, że tak bardzo starałem się go zadowolić, a potem dowiedziałem się, że go rozczarowałem. Nadal czuję, jak wpłynął na mnie ten dzień – nadal sprawia, że czuję się chory w środku

Życie dziecka wychowującego się w środowisku AS może być niezwykle stresujące. Jest tak wiele presji wywieranych na nich – presja, by osiągać sukcesy w edukacji, presja, by jeść w społecznie poprawny sposób, presja, by ubierać się w sposób postrzegany jako akceptowalny – lista jest nieskończona. W oczach ojca AS robi, co w jego mocy, ale jest nieświadomy szkód, jakie wyrządza samoocenie dziecka. To tutaj życie rodzinne może stać się polem bitwy, a mama może próbować chronić i bronić swoje dzieci przed tym bardzo autorytarnym i kontrolującym stylem rodzicielskim. Jeśli nie zostanie rozpoznane, że zespół Aspergera jest obecny, może stać się koszmarem dla całej rodziny. Nie wszyscy ojcowie z ZA są zbyt krytyczni i zdystansowani, a niektóre kobiety opisują swoich mężów z ZA jako całkowicie miękkich w stosunku do swoich dzieci. Pewien mężczyzna z zespołem Aspergera powiedział, że kocha swoje dzieci nad życie. Był to mężczyzna, który rozpoznał, że ma zespół Aspergera i był gotów pozwolić swojej żonie prowadzić go, gdy nie był pewien, co robić. Nauczyła się przekazywać te wskazówki w sposób, który nie wydawał się krytyczny ani atakujący. Wiele kobiet zgłasza troskę o dobro swoich dzieci, gdy ojciec z zespołem Aspergera zostaje u władzy. Nie dzieje się tak dlatego, że myślą, że ojciec będzie ich wykorzystywał lub celowo krzywdził, ale dlatego, że czują, że nie jest w stanie ponosić za nie pełnej odpowiedzialności. Badane przeze mnie kobiety z NT powiedziały niemal zbiorowo, że czują, że mają dodatkowe dziecko do opieki, a niektóre powiedziały, że dokładnie tak się czują, kiedy zostawiają partnera pod opieką swoich dzieci; to tak, jakby zostawić swoje dzieci pod opieką innego dziecka – dziecka, które może zostać odciągnięte na boczny tor lub całkowicie pochłonięte innym tematem, albo dziecka, które wpadłoby w panikę, gdyby coś poszło nie tak i nie wiedziało, co robić. Wiedzą, że ich partnerzy zrobią wszystko, co w ich mocy, ale to najlepsze nie zawsze działa na dziecko. Problemy spowodowane tym, że ich partnerzy zostali odciągnięci na bok lub rozproszeni, były problemem poruszonym przez sporo matek NT. Nie dotyczyło to tylko tego, kiedy opiekował się dziećmi; jest to problem, który może pojawić się w najbardziej nieoczekiwanym momencie. Czasami może się to zdarzyć, gdy on ma do czynienia z ważnym tematem, kiedy może bez ostrzeżenia skupić się na czymś, co może wydawać się sprawą drugorzędną i nieistotną. Może to być niemożliwe do zmiany kierunku – gdy jego uwaga się zmienia, cały jego sposób myślenia i komunikacji zostanie skierowany na tę konkretną kwestię. Pewne małżeństwo zostało wezwane do szkoły, aby przedyskutować problem związany z ich synem. Kiedy oboje rozmawiali z nauczycielką, jej mąż nagle zerwał się z krzesła i podszedł do ściany. Na ścianie wisiały zdjęcia i rysunki zbiorników, które przygotowały dzieci. Było zdjęcie jednego czołgu, pod którym widniał napis Panzer 111F. Jej mąż zwrócił uwagę, że to było całkowicie błędne, powiedział, że tak Panzer 111G i miał dłuższe działo niż Panzer F. Nauczyciel powiedział, że jest pewien, że to nie może się mylić. Jej mąż nieustannie przekonywał, że ma rację, a podpis był w rzeczywistości błędny. Jego pojedyncza, skoncentrowana misja musiała zostać pomyślnie zakończona, a jedyną drogą naprzód było poszukiwanie informacji na odwrócenie zdjęcia. Zanim ktokolwiek zdążył się odezwać, zdjęt zdjęcie i zakłócił cały wyświetlacz. „Wiedziałem!”, wykrzyknął, „To jest Panzer G, może powinienem sprawdzić też inne zdjęcia.” Dziesięć minut później nauczyciel zaczął się niecierpliwie, starając się zachować uprzejmość, ponieważ mąż był teraz uwikłany w jego ulubiony przedmiot i powoli był nauczycielem, nauczył wszystkiego, co można wiedzieć o czołgach. Jego żona poczuła się wystawiona i zawstydzona, ponieważ mieli rozmawiać o swoim synu. Skupienie jej męża odwróciło się, był ekspertem od czołgów i nic go nie powstrzymało,

dopóki nie udowodnił swojej racji. To wtedy ten pojedynczy cel może przeszkadzać i może być prawie niemożliwe odwrócenie uwagi, dopóki misja nie zostanie zakończona. To pojedyncze skupienie może również uniemożliwić mężczyźnie z ZA całkowitą świadomość tego, co się wokół niego dzieje, o czym przekonała się pewna kobieta, kiedy zostawiła męża pod opieką ich siedmioletniego syna. Jej mąż kupił ich synowi konsolę Playstation i zamierzał ją skonfigurować tego wieczoru, kiedy ona była na spotkaniu Straży Sąsiedzkiej. Poczuli ulgę, że przynajmniej zostawiła go pracującego w sferze, którą lubił, i wyobraziła sobie ojca i syna grających razem na Playstation. Nie pomyślała, żeby sprawdzić, czy gry, które kupił, mogą być ustawione dla więcej niż jednej osoby! Tak, tata założył Playstation i zaczął na nim grać, i grał i grał. Kiedy wróciła do domu, jej syn leżał na dole na kanapie zalany łzami, podczas gdy tata bawił się na górze całkowicie pochłonięty grą i nawet nie martwiąc się, że jego syn nie dał rady. Kiedy zapytała go, jak może być tak samolubny, powiedział, że tylko jedna osoba może grać na nim na raz, a poza tym jego syn tak wyraźnie oszedł i tak nie chciał się bawić. Jego syn „oszedł” po tym, jak stał przez prawie godzinę i obserwował, jak tata się bawi! Rodzicielstwo z pewnością może stwarzać pewne problemy dla rodziny z ZA, a moje badania wykazały, że problemy te wydają się być znacznie przesadzone, jeśli dzieci są pasierbami. We wszystkich przypadkach, z którymi się zetknąłem, problemy z pasierbami wydają się znacznie przewyższać problemy z dziećmi biologicznymi. Sporo par, z którymi rozmawiałem, to drugie rodziny i są w to zaangażowani pasierbowie. Albo jest to drugie małżeństwo dla obojga, albo jedno lub oboje mają dzieci z pierwszego małżeństwa, albo mężczyzna z ZA późno żeni się, a jego wybrana partnerka ma już dzieci, albo ona była wcześniej zamężna lub jest od niego starsza. Bez względu na przyczyny, wydaje się, że pasierbowie i zespół Aspergera mają trudności z pogodzeniem się. Kilku mężczyzn, z którymi rozmawiałem, czuło, że próbowali dogadać się ze swoimi pasierbami, ale nie zostali przez nie zaakceptowani, byli celem lub wykluczeni przez dzieci. Wielu cytowało, że były potrzebne tylko do spraw praktycznych. Jeden mężczyzna powiedział, że jest szoferem, inny twierdził, że jest wystarczająco dobry, by kupować gry i książki dla swoich pasierbów, ale nikt nie chciał, żeby się z nimi bawił lub czytał. Większość mężczyzn czuła się bardzo niedoceniana. Inny mężczyzna wyraził to, mówiąc, że jest zupełnie nieistotny i nie ma żadnego znaczenia dla nastoletnich dzieci swojego partnera. Niektórzy mężczyźni AS mogą być bardzo związani swoją odpowiedzialnością wobec rodziny i często postrzegają jako swój obowiązek dopilnowanie roli ojca, co może się nieco zmienić, gdy nie ma biologicznej więzi i nie ma takiego samego poczucia obowiązku. Rodzice z zespołem Aspergera często okazują i okazują miłość na bardzo praktycznym poziomie, załatwiają pracę, którą trzeba wykonać lub oferują podwiezienie. Jednak to, co zaoferują, będzie w dużej mierze na ich warunkach i zostanie zrobione na ich sposób. Jedna dziewczyna, z którą rozmawiałem, której ojczym miał zespół Aspergera, opisała bardzo typowy przypadek.

Mój ojczym jadł lody czekoladowe, a mój młodszy brat chciał trochę. Zamiast dać mu czekoladę, dał mu miskę wanilii. Mój brat był zdenerwowany i chciał czekolady jak jego ojczym. Powiedział, że nie może mieć czekolady, ponieważ w zamrażarce było więcej wanilii niż czekolady, właśnie zjadł czekoladę, a mój brat widział, jak ją zjada. Mój ojczym nie mógł dostrzec, że to, co właśnie zrobił, było tak samolubne, po prostu spodziewał się, że mój brat zrozumie, że musi zjeść lody waniliowe, podczas gdy jego tata jadł czekoladę.

Ten ojciec nie zdawał sobie sprawy, jak samolubne były jego działania i że zamiast własnych potrzeb powinien być stawiać na pierwszym miejscu pasierba. Działał zgodnie ze swoimi potrzebami, a nie dzieckiem, a to nie zapewnia płynnej relacji rodzic-dziecko. Dzieci mogą być dość egoistyczne i często samolubne, a jeśli dziecko i dorosły działają na tym samym poziomie emocjonalnym, żadne z nich nie będzie chciało stawiać drugiego na pierwszym miejscu. Jeśli zaoferujesz dziecku paczkę słodyczy, jest mało prawdopodobne, że weźmie najmniejszą i zostawi ci największą, stawiając na pierwszym miejscu twoje potrzeby; niestety dorosły AS też nie. Tutaj mogą zacząć się problemy, a osobą, która skończy w samym środku, jest mama. Niektóre mamy czują się całkowicie rozdarte, zmuszone do opowiedzenia

się po którejś ze stron, często w obronie swoich dzieci; dziecko i dorosły będą walczyć o jej uwagę, a ona nie będzie w stanie zadowolić obojga. Walka o uwagę mamy może stać się polem bitwy i może powodować wiele stresu i niepokoju dla wszystkich zaangażowanych. Im więcej uwagi mama poświęca dzieciom, tym bardziej zazdrosny i odrzucony partner z zespołem Aspergera może odczuwać, może być dość mściwy, a to spowoduje, że stanie się bardziej opiekuńcza i defensywna. Pewna kobieta opisała, jak raz po raz tłumaczyła mężowi, że dzieci wystarczająco dużo przeszły w jej poprzednim związku i powinien zachowywać się jak dorosły, a nie reagować za każdym razem, gdy powiedzą coś, co mu się nie podoba. Próbowwała go przekonać, że gdyby mógł się cofnąć i czasem trochę pochwalić, zrobiłoby to wielką różnicę dla wszystkich zainteresowanych. Słuchał, kiwał głową i zgadzał się na wszystko, co mówiła. Wydawałoby się, że problem został rozwiązany i zniknął do następnego razu, gdy coś zostało powiedziane. Wróciłby prosto z powrotem do automatycznego pilota i zaczął czepiać się dzieci i utrudniać życie wszystkim zainteresowanym. Pytanie, które to podkreśla, brzmi: jak to wpływa na dzieci? Aby się tego dowiedzieć, zapytałem kilkoro dzieci i dorosłych, jak ich zdaniem wpłynęło na nie wychowanie przez rodzica z zespołem Aspergera. Oto dwa konta, które otrzymałem. Imiona zostały zmienione, ale wiek nie.

Karolina – 18

„Naprawdę trudno jest wiedzieć, co napisać, ponieważ trudno jest oddzielić AS od tego, czym był po prostu on, i nie czuć, że tylko go krytykuję. Były to głównie drobne incydenty i rzeczy, a potem tak naprawdę ogólna postawa i zachowanie. Mój ojczym był fanatykiem i surowy, gdybyśmy robili małe rzeczy, takie jak zalewanie plastikowych butelek wrzącą wodą, aby zminimalizować miejsce w koszu. Inną kwestią, na punkcie której był fanatykiem, było nigdy nie używanie noża, który właśnie użyłem do margaryny w dżemie – takie drobiazgi. Wiedziałem, że to ma sens, ale jego reakcja na nie w tamtym czasie była całkowicie irracjonalna i wyrwana z kontekstu. Zostaliśmy upomniani za zrobienie czegoś bez racjonalnego uzasadnienia, a on nigdy nie był w stanie nagiąć ani negocjować tego, co powiedział i zasad, które ustanowił. Nigdy nie był w stanie zobaczyć naszego punktu widzenia. Jeśli zadałeś mu pytanie dotyczące zagadnienia lub tematu, który go interesował, na przykład jego mapy i planowanie tras, wykraczał daleko poza sferę pytania. Na przykład, gdy zapytałem go, jak dojechać do punktu B... kiedy z kolegą chcieliśmy się wybrać na krótką przejażdżkę rowerową, a on poświęcił piętnaście minut na opisanie każdego szczegółu drogi – w tym każdego szczegółu drogi, którą nie powinniśmy jechać. Denerwował się, gdy przychodzili do nas przyjaciele, bo siedzieliśmy w kuchni i rozmawialiśmy; powiedział, że hałas go zaniepokoił. Często wyrażał swoje opinie o moich przyjaciółkach na głos, nie wydawał się przejmować tym, czy moi przyjaciele słyszeli to, co mówił, czy nie. Pewnego razu zrobił komentarz na temat mojego kolegi, który wyjeżdża na wakacje, co wywołało między nami niemąłą awanturę. Moja przyjaciółka miała przekłuty nos i wargę i nosiła wówczas metalowy aparat ortodontyczny. Powiedział jej na głos: „ma tyle metalu na twarzy, że zdziwię się, jeśli przejdzie przez detektory!”. Mój przyjaciel był bardzo zraniony i zawstydzony tym komentarzem, ja też; Byłam na niego naprawdę zła, że był taki niegrzeczny. Gdyby miał skargę, kiedy nas nie było, wyładowałby ją na pracownikach sklepu, nie doceniając, że to nie ich wina, a oni po prostu starają się wykonywać swoją pracę. Nie widział, że to nie oni są odpowiedzialni za jego problem z zakupionym towarem – po prostu nie wiedział, kiedy przestać, jakby musiał zejść mu z drogi i udowodnić im, że ma rację. Nie widział zdenerwowania, jakie wywoływał wśród ludzi, po prostu miał cel do osiągnięcia. Były chwile, kiedy to było nad kwestią, która była całkowicie nieistotna i nie miała znaczenia dla niczego, nie mógł przestać ani pozwolić temu tematowi odejść.

Michał – 13

Nie spędzał czasu na robieniu ze mną zabawnych rzeczy, więc był zachwycony, żeby namówić go, żeby mnie zabrał; zaczął zabierać mnie do kina. Kiedy tam dotarliśmy, wysyłał mnie samą, żeby zobaczyć

film, który chciałem obejrzeć, a potem wychodził i oglądał film, który chciał obejrzeć. Więc nawet nie spędziliśmy tego czasu razem.

Sara – 20

Moja mama poślubiła mojego ojczyma, kiedy byłem młody, więc jest on jedynym ojcem, którego pamiętam. Moje wychowanie było dość dziwne i chociaż wtedy nie zdawałem sobie z tego sprawy, było zupełnie inne niż to, jak dorastali moi przyjaciele. Było wiele rzeczy, których nie wolno mi było robić, na przykład brudzić sobie rąk, ubrać się lub robić zbyt dużo hałasu. Najgorsze były pory posiłków, taki był reżim. Zawsze czułem się krytykowany przez mojego ojczyma i nie tak naprawdę kochany za to, kim byłem, ale raczej za to, co osiągnąłem. Ale jednocześnie wiedziałam, że będzie przy mnie, jeśli będę potrzebowała pomocy, żeby coś naprawić lub gdzieś podwieźć. Ciężko pracował w swojej pracy i nigdy nie zapomniał o moich urodzinach. Był bardzo opiekuńczy, kiedy zacząłem spotykać się z chłopcami i potrafił być dla nich dość niegrzeczny i sprawiać, że czuli się bardzo nieswojo. Teraz wiem, że ma zespół Aspergera, odpowiada na wiele pytań, szkoda tylko, że ktoś nie dowiedział się wcześniej, zaoszczędziłoby to wielu łez, zarówno mnie, jak i mojej mamie.

Zamieściłem tylko kilka relacji, które otrzymałem od dzieci i młodych dorosłych, którzy dorastali w rodzinie z rodzicem lub przybranym rodzicem z zespołem Aspergera. Wiele z nich odczuwa złość i zawód, że nie otrzymały żadnego wsparcia ani nie wiedziały, że jedno z ich rodziców ma zespół Aspergera. Oczywiście jest to problem, którym należy się zająć w przyszłości, zwłaszcza w miarę wzrostu ogólnej świadomości na temat tego zespołu. Grupy wsparcia i poradnictwo specjalistyczne powinny być dostępne dla tych dzieci, podobnie jak inne dzieci w potrzebie. Rozmowa z innymi, którzy rozumieją i potrafią wczuć się w to, jak się czują, pomogłaby im poczuć się bardziej wartościowymi i nie tak samotnymi. Następnym obszarem, któremu się przyglądam, jest seksualna strona zespołu Aspergera, gdzie samotność również może stanowić problem.

Kluczowe punkty

- ° Posiadanie zespołu Aspergera nie czyni nikogo złym rodzicem.
- ° Lęk często zaczyna się u ojca AS, zanim dziecko się urodzi.
- ° Dzieci rodziców z ZA opisują ich jako zdystansowanych, cichych i pozbawionych emocji.
- ° AS rodzice mogą bardzo ciężko walczyć, aby być „wystarczająco dobrymi” rodzicami.
- ° Bycie matką AS może nastroczać więcej trudności niż bycie ojcem AS.
- ° Wielu ojców AS twierdzi, że czują dobre relacje ze swoimi biologicznymi dziećmi.
- ° AS rodzice mogą mieć trudności z przystosowaniem się do wieku rozwojowego dziecka.
- ° Wiele matek NT mówi, że czuje, że ma pod swoją opieką dodatkowe dziecko – dorosłego AS.
- ° Odpowiedzialność dorosłego AS za odwrócenie uwagi lub rozproszenie uwagi może powodować problemy w opiece nad dzieckiem.
- ° Mogą wystąpić dodatkowe trudności, jeśli dzieci są pasierbami rodzica AS.

Seksualna strona zespołu Aspergera

To, jak ktoś odnosi się seksualnie do innej osoby, zależy od wielu czynników, a seksu nigdy nie można postrzegać jako pojedynczej kwestii. Wychowanie, kultura, religia, wiek, postawy i, co najważniejsze, partner, z którym się przebywa, mogą mieć wpływ na seks. Kiedy zapytałem mężczyzn z zespołem

Aspergera, co pociąga ich w partnerce, bardzo niewielu wspomniało o czymkolwiek o charakterze seksualnym; chodziło o znacznie więcej o to, co mogła zaoferować w praktycznym sensie. Większość kobiet opisywała swoich partnerów z AS jako nienachalnych, pełnych szacunku i prawdziwych dżentelmenów. Niewielu czuło się w jakikolwiek sposób zmuszanych do uprawiania seksu, co było mile widzianą zmianą dla wielu, którzy czuli, że żyją w społeczeństwie, które straciło część wartości, jaką można osiągnąć dzięki powolnym zalotom. Dla wielu par, z którymi rozmawiałam, seks nie był priorytetem, kiedy się spotykały, a większość kobiet uważała to za okazanie im szacunku przez nowego partnera i docenienie ich bardziej jako ludzi niż jako podbojów seksualnych. Odegrało to bardzo ważną rolę w początkowym tworzeniu relacji między parą. Pewien mężczyzna powiedział swojej przyszłej żonie, że chce poczekać z seksem do ślubu; był dziewicą, kiedy się poznali, i widzi z perspektywy czasu, że skoro miał czterdzieści kilka lat, to naprawdę powinno było skłonić ją do zastanowienia się, dlaczego jest tak niedoświadczony seksualnie. Po dwóch latach wzięli ślub i w noc poślubną próbowali się kochać. Nie był w stanie uzyskać erekcji, ponieważ był tak zaniepokojony swoim występem. Nie chciał, aby ich związek się zmienił i po prostu nie mógł odnosić się do niej w sensie seksualnym; ich małżeństwo nigdy nie zostało skonsumowane, ale została z nim przez dwadzieścia bardzo frustrujących lat. Jednak seks nie zawsze stanowi problem w związku Aspergera, a niektórzy mężczyźni uważają go za najłatwiejszy sposób na wyrażenie swoich najgłębszych uczuć i okazanie partnerowi miłości. Seks jest formą komunikacji; jest sposobem wyrażania w sensie fizycznym tego, co czujemy. Niektórzy mężczyźni z AS powiedzieli mi, że ten sposób wyrażania uczuć jest dla nich o wiele łatwiejszy niż próba znalezienia właściwych słów. Dla tych mężczyzn to nie tylko akt seksualny, to akt miłości i jest przeznaczony wyłącznie dla wybranych przez nich partnerek. Wzmacniają to, mówiąc, że bez tych uczuć miłości nie byłiby w stanie kochać się ze swoją partnerką ani z żadną inną kobietą. Niektóre pary zgłosiły bardzo udany i opiekuńczy związek seksualny. Większość kobiet w tych przypadkach była towarzyską, dość pewną seksualnie, a niektóre miały już doświadczenie seksualne. Dzięki temu kobieta mogła przejąć inicjatywę i pokazać swojemu partnerowi, czego chce i jak ją zadowolić. Jeśli oboje są świadomi, że ma zespół Aspergera i są gotowi słuchać i uczyć się na podstawie tego, co mówi, seks będzie między nimi jeszcze łatwiejszy. Czasami jednak jego chęć, by spróbować zrobić to dobrze, może stać się obsesyjna. Pewien mężczyzna powiedział, że bardzo się starał zadowolić swoją żonę i myślał, że mu się to udało, ale potem dodał, że skarżyła się, że nie spróbuje niczego innego. Zapytałem go, dlaczego nie chce spróbować niczego nowego, a on odpowiedział, po co próbować poprawiać coś, co już było idealne? Jego żona powiedziała mu, że jest więcej niż zadowolona z ich kochania się i czuł, że to też jest dobre dla niego. Skupiał się tylko na utrzymaniu rzeczy bez zmian, ponieważ dla niego to zadziałało, nie widział, że jego żona potrzebuje jakiejś zmiany w akcie. Tak, dwa lata temu powiedziała mu, że jest zadowolona, ale od tamtej pory nic się nie zmieniło i teraz chce spróbować czegoś innego. Kolejnym problemem było wykonanie pierwszego ruchu; trzech mężczyzn z zespołem Aspergera stwierdziło, że było to dla nich bardzo trudne. Dla kobiety z Nowego Testamentu może to sprawić, że poczuje się niechciana i może zacząć wątpić, czy rzeczywiście go podnieca. Wiele kobiet w takich sytuacjach czuło, że bardzo wpłynęło to na ich poczucie własnej wartości i pewność siebie, co jest zrozumiałe, jeśli zawsze musiały inicjować seks, a potem zastanawiały się, czy on naprawdę ich chce, czy po prostu zobowiązuje je, kochając się w zamian. Kiedy rozmawiałem z mężczyznami w takich sytuacjach, odkryłem, że w wielu przypadkach mężczyźni również czuli się niechciani i niezastuzeni. Chcieli zadowolić swoje żony, ale czuli się niezdolni lub niewystarczająco pewni, aby zainicjować seks. Jednym z powodów jest prawdopodobnie trudność osób z zespołem Aspergera w odczytywaniu niewerbalnych znaków przekazywanych przez partnera. Pewien mężczyzna powiedział, że nie jest w stanie odgadnąć, kiedy jego żona ma ochotę na seks, a kiedy tylko na przytulanie; powiedział, że wiele razy się mylił i myślał, że chciała, żeby się z nią kochał, kiedy tego nie robiła. Powiedział, że teraz nie próbował z obawy, że źle to zrobi i zostanie oskarżony o to, że myślał tylko o jednej rzeczy. Powiedział, że nie może zrozumieć, dlaczego jego partnerka nie może mu po prostu powiedzieć, że chce stosunku, czy chce

mieć orgazm, albo czy ma okres, więc chce się tylko przytulić i nic więcej. Zapytał, jak ma zgadnąć, kiedy w dziewięciu przypadkach na dziesięć prawdopodobnie się pomyli, a ona oskarży go o samolubstwo lub brak wrażliwości. Odczytanie, czego chce od niego partner, jest trudne w każdej sytuacji dla osoby dorosłej z zespołem Aspergera. W łóżku jest to jeszcze trudniejsze, ponieważ często brakuje komunikacji werbalnej, przez co jeszcze trudniej jest mu zorientować się, czego ona chce. Trudność w odczytywaniu sygnałów od partnera może czasami doprowadzić go do przekonania, że jego partnerka chce seksu, podczas gdy ona nie. Może to spowodować, że będzie próbował posunąć się za daleko, a następnie może zostać oskarżony o bycie nachalnym; co gorsza, można go oskarżyć o usiłowanie gwałtu lub sam gwałt, jeśli komunikat „żadnego seksu” nie zostanie podany głośno i wyraźnie. Jest to jeden z powodów, dla których tak ważne jest, aby młodzież z zespołem Aspergera była bardzo jasno i bezpośrednio nauczana niektórych zasad dotyczących zachowań seksualnych i aby „nie” można było wyrazić na więcej sposobów niż słowo mówione. Standardowa edukacja seksualna w szkołach ogólnodostępnych nie wystarcza nastolatkom z zespołem Aspergera, a wszystkie kwestie związane z atrakcyjnością, zalotami na randki i seksem należy podzielić na segmenty i wyjaśnić o wiele bardziej szczegółowo, niż jest to obecnie oferowane w szkołach. Nastoletni chłopak, z którym rozmawiałem, wierzył, że jeśli dziewczyna pozwoli mu dotknąć swoich piersi, to również pozwoli mu odbyć z nią stosunek. To przekonanie było po prostu oparte na tym, co zaobserwował w telewizji. Potrzebował jasności instrukcji, co powinien robić i mówić w intymnych sytuacjach seksualnych. Jest mniej prawdopodobne, że młoda nastolatka będzie głośno mówić o tym, czego chce, bardziej prawdopodobne jest, że będzie próbowała przekazać mu poprzez swój język ciała, że nie chce seksu. Na przykład, zamiast mówić „nie dotykaj mnie tam”, może próbować poruszać swoim ciałem w sposób, który utrudnia mu dotykanie jej. Może tego nie rozumieć, ponieważ czytanie mowy ciała jest już obszarem, z którym się zmagają. Będzie musiał zostać nauczony tajemnic zalotów i seksu oraz otrzymać bardzo jasne wskazówki. Podobnie ważne jest, aby nastolatek z zespołem Aspergera nie był zmuszany do uprawiania seksu w celu zdobycia popularności wśród rówieśników i zdobycia uznania na ulicy przed przyjaciółmi. Prawdopodobnie zauważy, że popularne dzieci są tymi, które zdobywają punkty i może próbować je naśladować, podczas gdy w rzeczywistości ani nie chce, ani nie czuje się gotowy na spotkanie seksualne. Uczucie presji, by wykonywać czynności seksualne, dotyczyło również trzech AS-mężczyzn, z którymi rozmawiałem. Niektórzy twierdzili, że ich partnerzy domagają się seksu w określonych porach miesiąca i od nich oczekuje się, że będą wiedzieć, kiedy te pory są i odpowiednio się zachowywać. Inni narzekali, że były pewne aspekty seksu, z którymi czuli się bardzo niekomfortowo, takie jak seks oralny. Mimo to nadal czuli presję, by wykonać ten czyn. Dla tych mężczyzn było to prawdopodobnie całkowicie przestaliby uprawiać seks lub odkryliby, że bycie zmuszonym do mimowolnego działania zagroziłoby ich zdolności do osiągnięcia erekcji. Dwadzieścia sześć procent mężczyzn z AS skarżyło się, że seks nie jest wystarczająco częsty i chciało bardziej aktywnego życia seksualnego, co może wskazywać, że większość mężczyzn z AS była aktywna seksualnie. Jednak około pięćdziesiąt procent kobiet, z którymi rozmawiałam, stwierdziło, że w związku z ich partnerem z ZA nie było kontaktów seksualnych. Niektórzy specjaliści mogą twierdzić, że jest to naturalna konsekwencja zespołu Aspergera. Jest to błędne przekonanie, wynikające z tak ścisłego powiązania zespołu Aspergera z przypadkami klasycznego autyzmu. Film Rain Man dość mocno wzmocnił ten pogląd; wyraźnie pokazało, że Raymond (grany przez Dustina Hoffmana) nie miał żadnych zainteresowań seksualnych. Autyzm może powodować, że osoba jest bardzo odizolowana i wycofana, często nie komunikuje się z pewnością nie jest zainteresowana bliskim kontaktem fizycznym. To jednak nie odnosi się dokładnie do zespołu Aspergera i postrzeganie wszystkich osób z zespołem Aspergera jako nie-seksualnych byłoby całkiem błędne. Seks to nie tylko akt fizyczny; jest to zarówno psychiczne, jak i fizyczne. Badania wykazały, że problemy seksualne są bardziej prawdopodobne z powodu trudności psychologicznych niż z przyczyn fizycznych. Może się to zdarzyć niezależnie od tego, czy dana osoba ma ZA. Problemy psychologiczne mogą powodować dysfunkcje, takie jak przedwczesny wytrysk, opóźniony wytrysk i

impotencja. Jeśli te problemy nie zostaną przedyskutowane między parą i nie zostanie zwrócona pomoc, jest mało prawdopodobne, że zostaną one rozwiązane samodzielnie. Problemy seksualne mogą powodować ogromną frustrację, a w najgorszych przypadkach być odpowiedzialne za rozpad związku. Problemy te mogą mieć fizyczne źródło, które należy sprawdzić u lekarza rodzinnego przed przyjrzeniem się innym przyczynom. Na potrzeby tej sekcji przyjmę, że przyczyny są psychologiczne, a nie fizyczne. Jeśli rozważymy trzy obszary problemowe jeden po drugim, możemy przyjrzeć się roli, jaką AS może w nich odgrywać. Przedwczesny wytrysk oznacza po prostu, że mężczyzna osiąga orgazm przed penetracją lub w bardzo krótkim czasie po penetracji, zwykle zanim kobieta będzie mogła czerpać jakąkolwiek satysfakcję z aktu. Może to spowodować rozczarowanie obojga, a kobieta może czuć się wykorzystana i niekochana. Może czuć, że jej partner jest samolubny lub po prostu chciał się zadowolić, nie troszcząc się o jej przyjemność i to, czy ona jest zadowolona. Jeśli nie zostanie to omówione z mężczyzną, a on nie będzie świadomy, że jest to dla niej problem, jest mało prawdopodobne, że coś się zmieni. Pewien mężczyzna, z którym rozmawiałem, powiedział, że jego żona chce po prostu mieć to za sobą i załatwić to tak szybko, jak to możliwe, ponieważ nigdy nie sprawiała wrażenia, że chce, żeby trwał dłużej. Aby mężczyzna mógł zapanować nad orgazmem, musi być świadomy tego, co dzieje się z jego ciałem. Musi być w kontakcie z fizycznymi doznaniem, które odczuwa; wymaga połączenia umysłu i ciała. Jeśli jest niespokojny lub martwi się o swoje wyniki, jego umysł nie będzie w pełni skupiony na doznaniach cielesnych, które prowadzą go do orgazmu. Lęk i ZA są często ze sobą powiązane. Człowiek z ZA musi ciągle ciężiej pracować nad odczytywaniem sytuacji i próbowaniem ustalenia, czy robi to dobrze. Im bardziej się na tym skupi, tym mniej będzie koncentrował się na tym, co robi jego własne ciało. Im częściej zbyt szybko osiąga orgazm, tym bardziej niepokoi go jego występ. Po ustaleniu tego wzoru może być niezwykle trudno go złamać. Pewien mężczyzna z zespołem Aspergera powiedział, że zawsze wydawał się zawodzić we wszystkim, co robił, i zawsze udawało mu się zdenerwować partnera, bez względu na to, jak bardzo się starał. On i jego żona przyszedli na terapię i bardzo ciężko walczyli z problemami, jakie przedwczesny wytrysk powodował w ich związku. Zmiana schematów myślowych, które rozwinął na temat swojej nieadekwatności, zajęła mu wiele tygodni pracy. Nigdy nie osiągnął zdolności opóźniania orgazmu o więcej niż kilka minut, ale nauczył się, że istnieje wiele innych sposobów, w jakie może zadowolić swoją partnerkę. Kiedy poczuła się bardziej przekonana, że nie jest po prostu samolubny i chce ją zadowolić, oboje mogli popracować nad odbudową swojego życia seksualnego i stwierdzili, że znacznie się poprawiło. W rezultacie oboje czuli się szczęśliwsi i bardziej zadowoleni fizycznie i psychicznie. Opóźniony wytrysk jest trudnością w osiągnięciu orgazmu i może mieć bardzo różny stopień nasilenia. Im poważniejszy, tym trudniej go naprawić. Chodzi o zbyt dużą kontrolę i powstrzymywanie się. W przypadku niektórych mężczyzn zdarza się to tylko podczas stosunku płciowego i mogą osiągnąć orgazm podczas seksu oralnego lub ręcznej stymulacji ze strony partnera. Inni mogą osiągnąć orgazm tylko poprzez masturbację. Niepokój lub wewnętrzny konflikt z partnerem może powodować opóźniony wytrysk. Może to być również spowodowane niepokojem związanym z problemami związanymi z zaangażowaniem partnera; ten typ zwykle objawia się niezdolnością do wytrysku wewnątrz kobiety. Mężczyzna staje się niespokojny i w przeciwieństwie do przedwczesnego wytrysku, koncentruje swoje lęki na powstrzymywaniu, a tym samym zapobiega dobrowolnemu fizycznemu wytryskowi. Nadal odczuwa przyjemność współżycia, ale nie dochodzi do wytrysku. Aby to przezwyciężyć, inne obszary konfliktu w związku pary muszą zostać zbadane i rozwiązane. Mężczyzna musi wtedy skupić się na czymś innym niż orgazm; musi oderwać się od myślenia o wytrysku, może myśleć o czymś erotycznym. Sukces w leczeniu opóźnionego wytrysku może dość mocno zależeć od tego, co faktycznie go powoduje, a także od chęci mężczyzny do otwartej dyskusji na ten temat. Jeden mężczyzna, którego widziałem ze swoją partnerką, nigdy nie miał wytrysku w swojej żonie; osiągnął to w poprzednim krótkotrwałym związku, ale nie z nią. Powiedziała, że czuje się nieatrakcyjna i niepożądana. Początkowo nie chciał zbadać powodów, dla których nie mógł wytrysnąć w swojej żonie. Po wielu tygodniach budowania zaufania i lepszego zrozumienia przez nich

zespołu Aspergera, przyczyny tego zaczęły się ujawniać. Jego matka była bardzo zaborczą i kontrolującą kobietą. Seks był przedstawiany jako bardzo brudny i rzadko omawiany w domu. Jako nastolatek nie miał żadnych kontaktów seksualnych i chociaż przyznaje, że był ciekawy, bardziej koncentrował się na swoich zajęciach akademickich niż szukaniu spotkania seksualnego. Kiedy miał zaledwie dwadzieścia lat, miał związek z dziewczyną z jego klasy korepetytora na uniwersytecie. Była dość naiwna i pochodziła z bardzo surowego katolickiego wychowania, które nie pozwalało na kontrolę urodzeń. Był też dość naiwny i kiedy uprawiali seks, powiedział jej, że wycofa się przed wytryskiem. Niestety stracił kontrolę i wytrysk zanim to się stało. Jego dziewczyna była bardzo zdenerwowana i przestraszona, że zajdzie w ciążę. Jej najgorszy koszmar stał się rzeczywistością, trzeba było powiedzieć ich rodzicom i sytuacja stała się naprawdę nieprzyjemna. Dziewczynka poroniła w czternastym tygodniu; nigdy mu nie wybaczyła, że ją zawiódł. To był dla niego okropny i stresujący czas, a wytrysk powiązał ze sposobem, w jaki się po nim czuł. To połączenie było bardzo odporne i rozwinął kilka bardzo silnych barier przed wytryskiem. Stało się to dla niego prawie regułą, której nie można było złamać, granicą, której nie można było przekroczyć. Dorostłym z zespołem Aspergera często trudno jest umieścić sytuację we właściwym kontekście. Powiązania nawiązane we wcześniejszych latach mogą trwać przez całe życie, jeśli nie zostaną rozpoznane i zakwestionowane, a nawet wtedy mogą być niemożliwe do zmiany. Wcześniej opisałem człowieka, który postrzegał każdego, kto nosi czapkę z daszkiem od tyłu do przodu, jako niegodnego zaufania i stanowiącego zagrożenie. Było to spowodowane jego wcześniejszym spotkaniem z grupą zbirów w czapkach z daszkiem. Uogólnił zachowanie młodych mężczyzn, którzy nosili czapki z daszkiem od tyłu do przodu, opierając się na tym jednym konkretnym przypadku; widział tylko czapkę z daszkiem, a nie osobę, która ją nosiła. Podobnie młody człowiek był tak zdenerwowany gniewem i traumą, które nastąpiły z powodu utraty kontroli i wytrysku, że stosował to do wszystkich sytuacji związanych z tym samym czynem. Nie zdawał sobie sprawy, że problem w jego przeszłości polegał na tym, że dziewczyna była młoda, a konsekwencją ich miłości była niechciana ciąża. Aby uniknąć nieprzyjemnego uczucia, które dawało mu osiągnięcie wytrysku, kontrolował je do tego stopnia, że nie był w stanie wytrysku. Problem z przeszłości to tylko jeden z powodów opóźnionego wytrysku; mogą stać za tym inne problemy, zwłaszcza jeśli mężczyzna czuje, że jest zmuszany do uprawiania seksu. Jest to jednak często związane z incydentem, który miał miejsce w przeszłości i konieczne jest zbadanie, bez presji, jaki mógł być początkowy czynnik wyzwalający. Impotencja, czyli niemożność osiągnięcia erekcji, była najczęściej wymienianym problemem przez pary, z którymi rozmawiałam i które miały problemy seksualne. W przypadku niektórych z tych par całkowita abstynencja seksualna trwała wiele lat, czasem dziesięcioleci. Większość z tych kobiet czuła się oszukana, niepożądana i sfrustrowana, a większość nie miała pojęcia, dlaczego ich partnerzy nie mogą się z nimi kochać. Niektóre odpowiedzi na pytanie, dlaczego tak się stało, pochodziły od mężczyzn AS, z którymi rozmawiałem. Wielu z tych mężczyzn powiedziało, że wolą masturbację od kochania się ze swoimi partnerkami. Zespół Aspergera może powodować, że jednostka podąża za bardzo samotnymi zajęciami, często mając hobby i zainteresowania, które dotyczą tylko jej. Wielu dorosłych z ZA rozwija własny sposób działania i cieszy się kontrolą, jaką im to daje. Dużo łatwiej jest robić coś samemu niż angażować kogoś innego. Eliminuje trudności związane z próbą zrozumienia i dostosowania się do czyichś potrzeb. Pewien mężczyzna, z którym rozmawiałem, był zapalonym rowerzystą. Jego żona bardzo się starała, żeby się przyłączyć i podzielić z nim tym, ale musiała to zrobić po jego myśli, co oznaczało jazdę na jego trasach i z jego prędkością. Więc tak, pozwoliłby jej dzielić z nim jego zainteresowanie, ale tylko wtedy, gdyby pozwoliła mu, bez kłótni, przejąć całkowitą kontrolę. W niektórych przypadkach można to również zastosować do uprawiania miłości; tak, będzie się kochał, ale jeśli ona nie jest gotowa zrobić tego po swojemu, zgodnie z jego czasem i tempem, może zdecydować, że woli to zrobić sam. Masturbacja zamiast wspólnego kochania się nie jest rzadkością w przypadku zespołu Aspergera. To prowadzi wiele kobiet do przekonania, że ich partnerzy są impotentami i nie są w stanie się kochać. Często tak nie jest i mężczyzna jest w stanie osiągnąć erekcję

i osiągnąć orgazm; nie chce jednak tego osiągnąć, aby się z nią kochać, jest szczęśliwszy i czuje większą kontrolę, jeśli zamiast tego może się masturbować. Impotencja może również rozwinąć się z innych powodów: może dlatego, że jest na nią zły z powodu nierozwiązanej sprawy. Dorośli z zespołem Aspergera często robią wszystko, co w ich mocy, aby uniknąć konfrontacji, a jeśli oznacza to milczenie i nie wyrażanie na głos tego, na co są źli, to właśnie to robią. Może to skutkować impotencją lub odmową kochania się. W ten sposób mówi, że jest coś, z czego nie jest zadowolony lub z czego jest zły. Jeśli nie zostanie to wcześniej rozwiązane i zacznie się masturbować zamiast odbywać stosunek płciowy, może to spowodować, że stanie się to stałą rutyną, którą raz ustaloną będzie bardzo trudno przełamać. Innym problemem w uprawianiu miłości, który może prowadzić do odmowy kochania się, może być spowodowana nadwrażliwością na stymulację sensoryczną. Może się to objawiać na wiele różnych sposobów. Może wystąpić nadwrażliwość na zapach, dotyk lub określone tkaniny. Pewna para miała problemy seksualne. Kiedy zapytałem ich o to, mężczyzna szybko powiedział mi, że jego partner skarżył się, że ma obsesję na punkcie czystości i miał świadomość, że to prawdopodobnie prawda. Jego nadmierne naleganie na bycie skrupulatnie czystym całkowicie odrzuciło ją w łóżku i to ona nie chciała się kochać. Wyjaśniła, jak kładą się razem do łóżka, a on pochyla się i pyta, czy nitkowała zęby. Jeśli odpowiedziałyby „nie”, uznalby to za „Nie, nie chcę dziś z tobą seksu i dlatego nie nitkowałem zębów”. Gdyby nitkowała zęby, pocałowałby ją; wtedy mógł ją zapytać, kiedy brała prysznic lub czy myła dzisiaj włosy. Jeśli doszli do tego, że się kochali, miała natychmiast wyskoczyć z łóżka i wziąć prysznic. Nie zgodziłby się, żeby tylko się umyła, to musiał być prysznic lub kąpiel, niezależnie od pory nocy. Stawało się to coraz bardziej kością niezgody między nimi. Kiedy zaczął planować seks, czekając, aż wyjdzie z wanny lub prysznica, niezależnie od tego, co jeszcze miała zamiar zrobić lub czy miała ochotę na seks w tym czasie, to była ostatnia kropla. Zaczęła w ogóle odmawiać mu seksu, mówiła, że sprawia, że czuje się jak przedmiot i nie akceptuje jej jako prawdziwego człowieka z krwi i kości. Niektórzy mężczyźni mogą być bardzo wrażliwi na dotyk i dla jednego mężczyzny, z którym rozmawiałem, stosunek był faktycznie bolesny, co powodowało wiele problemów z jego partnerką, która nie mogła zrozumieć, dlaczego podskakiwał i wzdrygał się, kiedy uprawiali seks. Inni mężczyźni zgłaszali nadwrażliwość w okolicy sutków, ramion lub pleców. Pomaga to ich partnerowi być tego świadomym, aby mogli unikać tych obszarów. Niektóre tkaniny mogą być również nieprzyjemne w dotyku dla dorosłego AS, a niektórzy będą unikać kontaktu z niektórymi materiałami, ale nie zawsze powiedzą swojemu partnerowi, co go niepokoi. Jedna kobieta myślała, że ogrzeje łóżko zakładając flanelową pościel, jej mąż był bardzo niespokojny i pobudzony przez całą noc, aż w końcu wstał z łóżka i zasnął na kołdrze. Nie chciał powiedzieć, na czym polega problem, a jego żonie pozostawiono rozwiązanie. Kiedy zdjęła flanelowe prześcieradła i zastąpiła je zwykłymi bawełnianymi prześcieradłami, wszystko wróciło do normy. Problemy seksualne mogą wystąpić w każdym związku, niezależnie od tego, czy jeden z partnerów ma zespół Aspergera, czy nie. Mogą być o wiele trudniejsze do uporządkowania i rozwiązania w przypadku problemów w komunikacji spowodowanych przez zespół Aspergera. Załamanie strony seksualnej w jakimkolwiek związku jest często wyraźną wskazówką, że istnieją problemy w innych częściach związku i grozi mu całkowite zerwanie. W przypadku niektórych par, z którymi rozmawiałem, te kwestie nigdy nie zostały omówione ani rozwiązane. Jeden mężczyzna z AS zwrócił się w stronę masturbacji zamiast romansu, dlatego problem nigdy nie został zepchnięty do punktu, w którym konfrontacja stała się nieunikniona i szukano pomocy. Większość kobiet z zespołem AS, z którymi rozmawiałam, dzieliła się na dwa różne obozy. Niektórzy wydawali się nie potrzebować seksu w swoich związkach, a sam pomysł był tak niesmaczny, że niemal kulili się na samą myśl, podczas gdy inni wyrażali bardzo otwartą postawę wobec seksu. Jedna kobieta, z którą rozmawiałem, czuła się całkowicie niezdolna do kochania się ze swoim partnerem, ponieważ czuła, że jej partner i cały akt seksualny są niechlujne i nieczyste. Nie postrzegła tego jako aktu emocjonalnego lub miłosnego; była to czysto fizyczna funkcja, która wymagała połączenia dwóch ciał. Była bardzo świadoma aspektów klinicznych i tego, jak wiązały się one z mieszaniem płynów ustrojowych i zapachów ciała. Patrzenie na

uprawianie miłości wyłącznie z tego punktu widzenia było dla niej odrażające i nigdy nie pozwoliła swojemu partnerowi skonsumować małżeństwa. Nie uważano tego za problem ani problem między nimi. On znalazł ukojenie w masturbacji, a ona powiedziała, że ma o wiele ciekawsze zajęcia do naśladowania. Dla innych stosunek do seksu był bardzo otwarty, całkowicie oddzielony od emocji i postrzegany jako środek do celu. Dawało im to fizyczną satysfakcję; uznali czynność za prostą, nieskomplikowaną i niewymagającą dużego wysiłku umysłowego. Po prostu lubili seks dla przyjemności, jaką im dawał, a dla niektórych kobiet, z którymi rozmawiałem, nie zawsze było to wyłącznie z ich partnerem. Posiadanie zespołu Aspergera nie oznacza automatycznie problemów seksualnych. Zespół Aspergera powoduje problemy w komunikacji i interakcjach społecznych, a ponieważ seks jest formą komunikacji, to właśnie to powoduje problemy, a nie zdolność osoby do uprawiania seksu. Nic dziwnego, że moje badania wykazały, że to odczytywanie znaków, reagowanie na nie i poznawanie zasad sprawiało trudności. Prawdopodobnie najbardziej szkodliwą rolą, jaką zespół Aspergera odgrywa w stosunkach seksualnych, jest to, że może on zmniejszyć potrzebę dorosłych AS, aby dzielić się fizyczną satysfakcją, jaką może im przynieść osiągnięcie orgazmu z partnerem. Satysfakcję fizyczną można równie łatwo osiągnąć i cieszyć się nią w samotności, podobnie jak w przypadku innych szczególnych zainteresowań lub potrzeb w życiu osoby z zespołem Aspergera.

Kluczowe punkty

- ° Dla niektórych AS mężczyzn seks jest najłatwiejszym sposobem na przekazanie partnerowi swoich uczuć.
- ° Czasami mężczyzna z AS może mieć obsesję na punkcie perfekcyjnej sprawności seksualnej.
- ° Może się zdarzyć, że mężczyźni z AS bardzo trudno jest zainicjować seks.
- ° Trudności dorosłego AS w odczytywaniu sygnałów niewerbalnych mogą powodować problemy.
- ° Niektórzy AS mężczyźni czuli się pod presją występów i niekomfortowo z pewnymi aspektami seksu.
- ° Niektórzy AS mężczyźni narzekają, że seks nie jest wystarczająco częsty.
- ° Duża część par AS w ogóle nie uprawia seksu.
- ° Problemy psychologiczne mogą powodować dysfunkcje seksualne.
- ° Przedwczesny wytrysk i wytrysk opóźniony dotyczą kontroli.
- ° Impotencja jest często wymieniana jako problem w stosunkach seksualnych.
- ° Wielu AS mężczyzn wolało masturbację od seksu z penetracją.
- ° Wrażliwość dorosłego AS na dotyk może powodować trudności.
- ° AS kobiety wydają się podzielić na dwa obozy w swoich poglądach na temat seksu. Niektórzy wydają się nie potrzebować seksu w swoich związkach, podczas gdy inni mają bardzo otwarty stosunek do seksu.

Niewierność

Nie spotkałem nikogo z zespołem Aspergera, który był z kimś w heteroseksualnym związku tylko dlatego, że potrzebował kogoś w swoim życiu tylko do seksu. Seks rzadko był główną motywacją do związku i prawdopodobnie dlatego niewierność w związkach, w których mężczyzna ma zespół Aspergera, jest dość niezwykła, ale jak pokaże ten i następny rozdział, nie całkiem niespotykana. Siedemdziesiąt pięć procent mężczyzn objętych moimi badaniami pozostało seksualnie wiernych

swoim partnerkom przez cały czas trwania związku, czasem przez wiele dziesięcioleci. To był jeden dobry aspekt związku, który kobiety znalazły, dając im dużo bezpieczeństwa. Ta wierność może wynikać z wielu powodów. Zapytałem jednego mężczyznę, dlaczego pozostał wierny swojej żonie, mimo że nie uprawiali seksu od wielu lat. Wyglądał na bardzo zdziwionego, że zadaje takie pytanie, i odpowiedział, że jego żona jest dobrą matką i dobrą żoną, była dobrym kucharzem, utrzymywał dom w czystości i prasował koszule. „Dlaczego miałbym pragnąć innej kobiety?”, zapytał mnie. Wydaje się, że większość mężczyzn z ZA ma w głowie listę kontrolną tego, czego potrzebują od partnerki i jakie cechy musi ona posiadać. Konieczność seksualności kobiety rzadko pojawia się wzmiance, a kiedy przyjrzałem się powodom, dla których mężczyźni z zespołem Aspergera mogą być niewierni, seks nawet nie pojawił się w równaniu. Seks z pewnością nie był motywem do nawiązania romansu z inną kobietą, podobnie jak rzadko kiedy był głównym powodem pociągu osoby z zespołem Aspergera do partnera. Seks z pewnością wydaje się mieć niższy priorytet niż ma to czasem miejsce w związkach NT. Wydaje się o wiele bardziej prawdopodobne, że jeśli mężczyzna lub kobieta z ZA mieli romans, to dlatego, że druga osoba sprawiała, że czuli się potrzebni, lubiani lub wyjątkowi, a ta potrzeba nie była zaspokajana w ich głównym związku. Nigdy nie wspomniano o znalezieniu kogoś atrakcyjnego seksualnie lub pożądanego. Jest to wzorzec, który prawdopodobnie zaczyna się w dzieciństwie. Dzieciom z zespołem Aspergera może być trudno nawiązywać przyjaźnie w okresie szkolnym, które trwają. Mogą chcieć być popularni i mieć wielu przyjaciół, ale z powodu braku umiejętności społecznych nie zawsze udaje im się to osiągnąć. Jednym ze sposobów, w jaki dzieci mogą być popularne, jest specjalne zainteresowanie lub fakt, że mogą być szczególnie dobre w określonym sporcie lub obszarze nauki. Pewien nastoletni chłopak był doskonały z przedmiotów ścisłych i cieszył się dużą popularnością, gdy w klasie postawiono jakieś trudne zadanie. Nagle stał się poszukiwany i poczuł się potrzebny i ważny. Nie był w stanie zrozumieć, że dzieje się tak dlatego, że jego przyjaciele potrzebowali jego wiedzy i nie szukali go, ponieważ go lubili: tak naprawdę nie byli przyjaciółmi. Nie zawsze zmienia się to w wieku dorosłym, a niektórzy dorośli z zespołem Aspergera nadal odczuwają potrzebę bycia lubianym i popularnym. Być może są w dobrej sytuacji w pracy; może to być spowodowane tym, że są bardzo hojni lub łatwowierni. Jeśli czują się lubiani lub potrzebni, prawdopodobnie zareagują na to i nie zdadzą sobie sprawy, że wdają się w romans i że prawdopodobnie są wykorzystywani do czegoś więcej niż tylko do towarzystwa. Jest bardzo mało prawdopodobne, aby osoba dorosła z ZA zainicjowała romans lub faktycznie zaczęła go szukać, ale jeśli zostanie im to zaoferowane, nie zawsze mogą odmówić, szczególnie jeśli czują się odrzuceni lub niechciani w domu. Wpływ niewierności dorosłego AS na jego partnera i rodzinę jest tak samo niszczyielski, jak w przypadku związku NT. Jednak romans jest często z innych powodów niż zaspokojenie ich potrzeb seksualnych, a niektórzy dorośli z ZA mieli romanse, które w rzeczywistości nie obejmowały seksu, a przynajmniej nie obejmowały stosunku seksualnego. Pewna para, z którą rozmawiałam, przyszła do mnie z powodu niewierności męża. Oboje byli po trzydziestce i byli małżeństwem zaledwie od dwóch lat. Przedstawiła mi konto telefoniczne, na którym znajdowały się listy numerów, z którymi kontaktował się jej mąż. Niektóre, jak powiedziała, były ogłoszeniami kobiet szukających związku na boku; inni byli tylko po to, żeby kogoś poznać. Powiedziała, że spotkał kilka kobiet, a jedną widział od kilku tygodni. – Jak mogłeś to zrobić? – zapytała. „Tak bardzo ci ufałem, że będziesz wierny!” „Nigdy nie byłem ci niewierny!” – stwierdził dość mocno. Nazwała go kłamcą, a on się obraził i zagroził, że wyjdzie z pokoju. Zapytałem, czy mógłby dać mu czas na uzasadnienie tego, co powiedział, pomimo dowodów, które zebrała przeciwko niemu. Zgodził się, że kontaktował się i spotykał z innymi kobietami, ale nadal upierał się, że nie zrobił nic złego. Jego żonie bardzo trudno było nie wtrącać się; była bardzo zdenerwowana jego odmową wzięcia jakiegokolwiek odpowiedzialności za to, co zrobił. „Robiłem tylko to, co kazała mi żona” – bronił się. W tym momencie jego żona zaczęła się bardzo denerwować. Powiedział, że nie będzie już o tym rozmawiał przy niej i odmówił dalszych wypowiedzi na ten temat. Uzgodniliśmy, że para nie będzie o tym rozmawiać aż do następnego

spotkania. Następnym razem, gdy się spotkaliśmy, zaczęliśmy od bardzo jasnych ustaleń, że złość będzie kontrolowana i że zostanie dana przestrzeń, aby usłyszeć, co zostało powiedziane. Zaczęliśmy od ustalenia, co miał na myśli, kiedy powiedział, że nie zrobił nic złego, a kiedy rozmawialiśmy o znaczeniu niewierności, powiedział, że oznacza uprawianie seksu z kimś innym. Poprosiłem go, aby określił, czym jest dla niego seks, a on powiedział, że seks oznacza dla niego stosunek płciowy. Ponieważ nie obcował z nikim innym, nie był niewierny, więc żona niestusznie go oskarżała. Następnie skomentował, że gdyby nie jego żona, nie poszedłby i nie spotkał nikogo w pierwszej kolejności. Kiedy zapytałem go, co miał na myśli przez ten komentarz, powiedział, że jego żona kazała mu iść i poznać inne kobiety! Spojrzałem na jego żonę, która w tej chwili obawiałem się, że może nie być w stanie dotrzymać naszej umowy w sprawie kontroli gniewu, ale zrobiła to, chociaż prawie czułem jej rosnącą frustrację i wściekłość. Poprosiłem go, aby wyjaśnił, co ma na myśli. „Powiedziała mi, że ma dość słuchania, jak opowiadam o wyścigach samochodowych, i zasugerowała, żebym znalazł sobie inną kobietę, która siedziałaby tam i słuchała, jak gadam bez końca. Tak zrobiłem! – powiedział. „I muszę powiedzieć, że bardzo podobało im się to, co miałem do powiedzenia”. Napięcie w pokoju natychmiast zelżało, jego żona całkiem wyraźnie pamiętała, co powiedziała, a nawet kiedy to powiedziała. Wyjaśniła mu, że nie chciała, żeby tam poszedł i faktycznie to zrobił. Powiedział, że nie zdawał sobie sprawy, jak bardzo będzie zdenerwowana, kiedy się dowie. Ta para doszła do kompromisu i postanowiła dołączyć do klubu rajdowego, w którym on mógłby rozmawiać o wyścigach samochodowych, a ona zaprzyjaźnić się z żonami i partnerami, które też się pojawiały. Bardzo ważne jest, aby kobieta NT zawsze była świadoma tego, co mówi i czy jej partner odebrał to dosłownie, co nie jest rzadkością w zespole Aspergera. Konieczne jest wyjaśnienie, jakie są zasady i granice w związku oraz aby oboje partnerzy wiedzieli, jakie działania określa się jako niewierność. Weźmy na przykład słowo seks, czym jest seks, a czym nie jest seks? Dla mężczyzny z powyższego scenariusza seks oznaczał stosunek płciowy. Wyznał, że jedna kobieta go pocałowała i uznał to za w porządku, ale w jego mniemaniu nie była to niewierność, ponieważ nie odbył z nią stosunku. Granice i zasady relacji należy omówić i wyjaśnić na samym początku relacji; nie wystarczy przyjąć za pewnik, że partner AS automatycznie dokładnie wie, jakie są zasady. Czasami zainteresowanie innymi kobietami wynika z obsesji na punkcie określonego aspektu kobiecej anatomii. Pewien mężczyzna miał obsesję na punkcie pośladków i robił wszystko, co w jego mocy, by stanąć za kobietą, która miała duży tyłek. Nie miał zamiaru nic robić, ale swoim zachowaniem spowodował wiele zawstydzających momentów, kiedy stało się jasne, na co patrzy. Wakacje były koszmarem, a jego partner musiał go tolerować, gdy szukał kobiety z największym tyłkiem na plaży, żeby położył mu ręcznik. Nie mógł zrozumieć, dlaczego tak ją to denerwowało i jak czuła, że jego zainteresowanie innymi kobietami w ten sposób było okrutne i dość obraźliwe. Właściwie chciał, żeby przyłączyła się do jego fiksacji i podzieliła się radością, jaką dawały mu duże tyłki. Nie widział bólu i zniszczenia, jakie wyrządzał jej i ich związkowi. Pociąg do innej kobiety może być dość naiwny i niewinny. Może to wynikać z tego, że ma władzę, władzę lub po prostu była dla niego miła. Kiedy kobieta nie odwzajemnia jego uwagi, a on uparcie okazuje jej pociąg, może to stać się problemem, jeśli uzna to za prześladowanie lub seks molestowanie. Może to być szczególnie problematyczne, a jeśli obiektem zauroczenia jest młoda dziewczyna, a jego życzliwość jest błędnie odczytywana jako perwersyjna i groźna, mimo że jego intencje nie były seksualne i całkiem nieszkodliwe, inni mogą automatycznie założyć, że jest zagrożeniem. Mógł stać zbyt blisko niej lub przekazywać jej sprzeczne informacje, a wszystko to może sprawić, że młoda osoba poczuje się bardzo onieśmielona. Przekazywanie mieszanych komunikatów z powodu niewłaściwego kontaktu wzrokowego lub języka ciała nie jest niczym niezwykłym w przypadku zespołu Aspergera. Kontakt wzrokowy może być dość wymijający, ale może też być zbyt stały, a utrzymywany zbyt długo może być postrzegany jako oznaka pociągu seksualnego. Stanie zbyt blisko może również sprawić, że ktoś poczuje się zagrożony lub nękanym. Wszystkie te działania mogą dawać niewłaściwe i niedokładne sygnały i wkrótce mężczyzna AS może znaleźć się w tarapatkach, nie wiedząc, co zrobił źle. Kilka kobiet określiło swoich partnerów jako

flirtujących i więcej niż jeden raz oskarżyło je o flirtowanie z ich przyjaciółmi, co sprawiło wszystkim wiele przykrości. Jednym z powodów jest to, że tak jak dorośli z zespołem Aspergera mogą dawać niewłaściwe sygnały, mogą również niepoprawnie odczytywać sygnały innych osób. Mogą pomylić kogoś, kto jest dla nich przyjazny, jako „chodź” lub przepustkę seksualną, a następnie mogą dawać im sygnały, które mogą wyglądać na zalotne. Ten flirt często może być dość nieśmiały lub chłopięcy i chociaż osoba, z którą flirtuje, może czuć się zaszczycona, jego zachowanie będzie dość irytujące dla partnera. Zapytani przez swoich partnerów z NT o sposób, w jaki się zachowywali, większość mężczyzn powiedziała, że tylko rozmawiali lub byli przyjaźni i zarzucali swoim partnerom zazdrość lub zaborczość. Najczęściej intencje AS nie mają charakteru seksualnego i tak naprawdę polegają na próbie bycia lubianym; nie zdaje sobie sprawy z tego, jak jego zachowanie i maniery mogą zostać zinterpretowane przez partnera. Do tej pory pisałem o mężczyznach i niewierności. Jest to również problem kobiet z zespołem Aspergera. Jedna trzecia kobiet z zespołem AS była w związkach heteroseksualnych poza małżeństwem; jedna miała wiele kontaktów seksualnych z innymi mężczyznami, ponieważ było jej ich żal. Mężczyźni, których wybrała, byli często znacznie starsi od niej i często w jakiś sposób niepełnosprawni. Nie czuła, że popełnia cudzołóstwo, ponieważ nie miała zamiaru opuszczać męża. Powiedziała, że skoro nie był niepełnosprawny, nie potrzebował jej tak, jak inni mężczyźni. Czuła się w pewien sposób wzmocniona, będąc w stanie dać mężczyznom coś, czego chcieli, i cieszyła się ich aprobatą i uwagą, jaką jej poświęcali. Moralny aspekt tego, co robiła, i ryzyko, jakie podejmowała, nie przyszło jej do głowy, dopóki nie związała się z mężczyzną, który stał się wobec niej brutalny, co doprowadziło jej męża do odkrycia jej romansu. Kiedy mąż zapytał ją, co się dzieje, po prostu powiedziała mu całą prawdę i w żaden sposób nie próbowała go okłamywać ani oszukiwać. W tym incydencie oboje partnerzy mieli zespół Aspergera i chociaż on miał tylko cechy ZA, przegapił oznaki, że jest mu niewierna, założył, że jest wierna. W tym czasie nie uprawiali seksu, więc doszedł do wniosku, że skoro ona nie chce seksu z nim, to nie może chcieć tego z nikim innym. , powiedziała „Nie”, ponieważ nigdy go nie okłamała. Usprawiedliwiała swoje działania mówiąc, że gdyby zapytał ją, czy ma romanse z innymi mężczyznami, powiedziała mu, że nigdy jej o to nie pytał, więc przypuszczała, że po prostu wiedział i było OK. Ta zależność nie jest reprezentatywna dla wszystkich przypadków kobiet z zespołem Aspergera, a dwie trzecie kobiet z zespołem Aspergera pozostało wiernych. To, czy kobieta pozostaje w związkach pozamałżeńskich, zależy od wielu czynników, poza ZA. Może to zależeć od popędu seksualnego kobiety, tego, czy jej potrzeby są zaspokajane, relacji między parą i tego, jak dobrze omówiono i ustanowiono zasady. To ostatnie jest niezbędne, gdy jeden lub oboje partnerzy mają zespół Aspergera w związku. Istnieją również przypadki, w których zasady i granice mogą zostać przeniesione z poprzedniego związku, a nowe zasady mogły nie zostać omówione i wynegocjowane. Partnerowi NT może być bardzo łatwo założyć, że partner AS automatycznie zna te zasady. Zbyt często te założenia są błędne, a zasady i granice muszą być dobrze zrozumiane i ustalone. Pomimo tych problemów odkryłem, że siedemdziesiąt pięć procent par, z którymi się zetknąłem, było monogamicznych; większość mężczyzn i kobiet AS pozostała wierna swoim partnerom. W niektórych przypadkach niewierności to nie partner AS był niewierny, ale partner NT miał romans, co powodowało bardzo skrajne reakcje u partnera z zespołem Aspergera.

Pewien mężczyzna, z którym rozmawiałem, przypadkowo odkrył, że jego żona ma romans z kolegą z pracy. Nie skierował swojego gniewu bezpośrednio do niej, ale uznał za swoją życiową misję odkrycie, kim jest ta osoba. Skrajności, do jakich się posunął, były dość fenomenalne i niepokojące. Nieznany żonie, zarezerwował dwa tygodnie urlopu w pracy. Udawał, że nadal chodzi do pracy, ale powolnym i długotrwałym procesem eliminacji w końcu namierzył mężczyznę, z którym jego żona miała romans. Śledził ich i robił notatki i zdjęcia, gdy zbierał dowody przeciwko niej. Wkrótce odkrył nazwisko i adres tego mężczyzny, a kiedy dowiedział się, że mężczyzna będzie w pracy, poszedł zobaczyć się z jego żoną. Poinformował żonę o tym, co się dzieje, podając daty i godziny romansu. W konsekwencji rozpadło się

małżeństwo drugiego mężczyzny. Następnie zakwestionował swoją żonę z dowodami i zagroził, że odbierze jej dzieci. Pozostał z żoną przez kolejne dwa lata, zanim odpędził ją swoimi okrutnymi komentarzami, ciągłymi dokopaniami i przypomnieniami o tym, co zrobiła. Sprawił, że bezlitośnie cierpiała z powodu romansu, a kiedy rozmawiałem z nim ponad dziesięć lat później, nadal był zgorzkniały i nadal nosił etykiety na swojej byłej żonie, aby upewnić się, że nigdy nie spotka się z tym mężczyzną. Nie obchodziło go, czy miała związek z kimkolwiek innym, ale mężczyzna, z którym miała romans, nadal był przedmiotem gorzkiej i bardzo głębokiej urazy. Jest mało prawdopodobne, że jeśli zaufanie zostanie utracone w ten sposób, dorosły z zespołem Aspergera kiedykolwiek ponownie obdarzy partnera zaufaniem i rzeczywiście odzyska na tyle, aby związek mógł być kontynuowany. Nawet jeśli istnieją istotne powody, dla których romans miał miejsce w pierwszej kolejności, jest mało prawdopodobne, że zobaczy jakiegokolwiek usprawiedliwienie dla zdrady. Osoba dorosła z zespołem Aspergera może zupełnie nie chcieć dostrzec, że mogła odegrać rolę w tym, co poszło nie tak i że mogła zaniedbać potrzeby partnera i związku. Będzie ślepy na fakt, że romans mógł być konsekwencją czegoś, co robił lub czego nie robił. Skupi się na romansie i wszystko, co pójdzie nie tak w przyszłości lub poszło nie tak w przeszłości, może być obwiniane za to. Jednak niewierność była obecna tylko u mniejszości par, z którymi rozmawiałem. W nielicznych związkach, w których doszło do niewierności, niektóre przetrwały, a inne nie. Co ciekawe, w czterech związkach, w których uczestniczył partner z zespołem Aspergera będąc niewiernymi, osoba, z którą byli niewierni, była tej samej płci co oni.

Kluczowe punkty

- ° Większość AS mężczyzn pozostaje wiernych swoim partnerom.
- ° Seks wydaje się mieć stosunkowo niski priorytet w związkach z AS.
- ° Definicje tego, co jest równoznaczne z niewiernością, muszą zostać ustalone między parą.
- ° Niektórzy AS mogą zainteresować się innymi kobietami z powodu obsesji na punkcie konkretnego aspektu kobiecego ciała.
- ° JAK mężczyźni mogą zostać oskarżeni o kokieteryjne zachowanie z powodu nieodczytywania znaków niewerbalnych.
- ° Większość kobiet AS jest wierna swoim partnerom.
- ° Wiadomo, że mężczyzna z AS posuwa się do skrajności, ponieważ podejrzewa swojego partnera o romans

Seksualność i zespół Aspergera

Seksualność i zespół Aspergera to bardzo niedostatecznie zbadany obszar. Trzech mężczyzn i jedna kobieta, z którymi rozmawiałem, było w związku z partnerem tej samej płci. Nie zetknąłem się jeszcze z żadnym mężczyzną ani kobietą z zespołem Aspergera, którzy twierdzili, że są wyłącznie homoseksualistami lub lesbijkami. Nie oznacza to, że homoseksualizm absolutny nie występuje w populacji Aspergera, ponieważ posiadanie zespołu Aspergera nie determinuje preferencji seksualnych. Bardziej prawdopodobne jest, że po prostu nikt się ze mną nie skontaktował w tej sytuacji. Do tego momentu moje badania wykazały, że AS mężczyźni rzadko mają romans wyłącznie z powodów seksualnych. Jednak scenariusz nie był taki sam dla mężczyzn w moich badaniach, którzy mieli romanse homoseksualne; związki te miały przede wszystkim charakter seksualny. Wszystkie kobiety NT, których partner AS był zaangażowany w związki homoseksualne, były świadome praktyk seksualnych swoich partnerów i praktyki te zostały przez nich zaakceptowane. Nie utrzymywali kontaktów seksualnych ze swoimi partnerami. AS mężczyźni, którzy mieli romanse z innymi mężczyznami, robili to wyłącznie z

punktu widzenia seksualnego, a nie z powodu jakiegokolwiek zaangażowania emocjonalnego. Mężczyźni z AS uznali układ seksualny, jaki mieli z innymi mężczyznami, za znacznie bardziej znośny i mniej stresujący niż próba spełnienia emocjonalnych wymagań stawianych im przez żony. Kobieta może częściej postrzegać seks jako przeżycie bardzo emocjonalne i oczekiwać pewnego poziomu odwzajemnienia ze strony swojego partnera. To może dodatkowo wyjaśniać, dlaczego w połowie związków heteroseksualnych nie było aktywności seksualnej. Okazywanie i okazywanie emocji może być trudne dla mężczyzny z ZA. Jeśli podczas aktu seksualnego pojawia się zbyt wiele żądań emocjonalnych, może on całkowicie przestać uprawiać seks ze swoją partnerką, a podczas gdy niektórzy zwracają się ku masturbacji, trzech mężczyzn objętych moimi badaniami nawiązało stosunki seksualne z innymi mężczyznami. Żaden z tych mężczyzn AS nie wspomniał o pociągu do innych mężczyzn ani o tym, że są fizycznie pożądani. Nie chcieli spędzać z nimi czasu poza stosunkiem seksualnym i nie chcieli z nimi mieszkać. To, czy te związki były wygodnym sposobem na ucieczkę od frustracji, jest przedmiotem domysłów. Mężczyźni, którzy byli w tych związkach, również czuli, że tak naprawdę nie byli niewierni swoim żonom, partner seksualny był mężczyzną, a nie inną kobietą. Nie czuli, że związek homoseksualny w jakikolwiek sposób zmienił ich seksualność i nadal uważali się za mężczyzn heteroseksualnych. Wynika to po części z ustalonej tożsamości, która jest często ustalana wcześniej u mężczyzn z AS, często występuje niechęć do zmiany konwencjonalnej etykiety heteroseksualności. Osoba z ZA chce być postrzegana jako „normalna” w oczach społeczeństwa, będąca w zgodzie z edyktami społecznymi. Może czuć, że etykieta biseksualna zagroziłaby temu postrzeganiu go. Ponieważ związki homoseksualne tworzone przez tych mężczyzn wydają się aktami pozbawionymi emocji i bez jakiegokolwiek formy zaangażowania, nie wydają się wystarczająco znaczące, aby spowodować jakąkolwiek zmianę w ich własnej tożsamości. Kobieta z ZA, która była zaangażowana w związek lesbijski, powiedziała, że uczucia, jakie żywiła do drugiej kobiety, były seksualne i emocjonalne. Powiedziała, że uważa tę konkretną kobietę za bardzo atrakcyjną. Kobieta z ZA była mężatką i opiekowała się swoim mężem, ale nie miała z nim stosunków seksualnych, ponieważ cierpiał na długotrwałą chorobę, która uniemożliwiała mu współżycie. Jego żona nie uważała swojego związku lesbijskiego za niewierny. Lesbijski romans był długotrwały, a kobieta z AS powiedziała, że ma silne przywiązanie do swojej dziewczyny, zwłaszcza że cieszyli się wspólnymi zainteresowaniami. Zapytałem, czy jej mąż wie. – O nie, bardzo by się zdenerwował, gdyby się dowiedział. Uważa, że homoseksualizm jest perwersyjny!”. Zapytałem, czy czuje się winna z powodu tego, co robi. „Nie” — odpowiedziała. „Nigdy nie okłamałam męża i nigdy bym tego nie zrobiła”. Zapytałam wtedy, czy uważa, że to, co robi, jest oszukańcze. – Nie – powiedziała. „Nigdy go nie oszukałam, nigdy mnie nie zapytał, czy uprawiam seks z koleżanką”. Ta kobieta interpretowała, że nie złamała żadnych zasad w związku, nie kłamała, nie oszukiwała, nie była niewierna. Takie było jej wyobrażenie i broniła go z pasją. Zespół Aspergera nie determinuje seksualności; może to jednak wpłynąć na sposób, w jaki sprawy mężczyzn były prowadzone w tak pozbawiony emocji i obiektywny sposób. Sprawy służyły celowi i nie mogą w żaden sposób naruszać pierwotnego związku. Sprawy są postrzegane jako seksualne i praktyczne, a nie zaspokajające jakąkolwiek potrzebę emocjonalną. Transwestytyzm lub cross-dressing nie polega na byciu homoseksualistą, chociaż może wystąpić w związkach homoseksualnych. Dzieje się tak wtedy, gdy mężczyzna ubiera się w damskie ubrania albo dlatego, że czuje się zrelaksowany, albo dlatego, że czerpie z tego podniecenie seksualne. Może się zdarzyć, że presja bycia mężczyzną jest dla mężczyzny stresująca, a jeśli nosi damskie ubrania, może to odebrać mu odpowiedzialność, jaką może nieść bycie mężczyzną. Może to być również praktyka bardzo dotykowa, na przykład dotyk jedwabnych pończoch lub bielizny może pobudzać seksualnie. Męski cross-dressing często zaczyna się już w dzieciństwie, może w ramach eksperymentu, młody chłopak przebiera się w bieliznę mamy lub siostry, a potem się masturbuje. Jeśli osiągnie orgazm, może powiązać przyjemność, jaką dawało mu to uczucie, z ubraniem, które ma na sobie. Przebieranie się może szybko stać się istotną częścią procesu masturbacji, ponieważ ubrania zwiększają jego poziom podniecenia. Jest to niezwykle trudne do

przerwania, gdy już się ustabilizuje. Crossdresser może przechodzić okresy, w których pozbędzie się wszystkich ubrań i nie będzie się przebierał przez dość długi czas. Jednak w chwilach stresu może się to ponownie objawić. Spotkałem się z dwoma przypadkami przebierania się mężczyzn AS. Jeden opierał się wyłącznie na wrażeniu, jakie jedwab dawał crossdresserowi, gdy był noszony obok ciała. Czasami nosił bieliznę żony pod spodniami, ponieważ uważał to za relaksujące. Drugi mężczyzna, z którym rozmawiałem, poszedł w przebieraniu się znacznie dalej. Nie był wtedy w związku, więc miał swobodę przebierania się, kiedy tylko chciał. Jednak jego przebieranie się sprawiło mu pewne problemy. Pewnego razu, gdy do mnie przyszedł, odniosłem wrażenie, że jest bardzo przygnębiony i przygnębiony. Zapytałem go o powód tego. Powiedział mi, że doszedł do wniosku, że nie jest zbyt przekonujący, kiedy jest przebrany za kobietę. Powiedział, że pojechał na przejażdżkę samochodem w przebraniu. Pojechał dużo dalej niż zamierzał i zdał sobie sprawę, że jest dość głodny. Jechał przez popularne wśród turystów miasteczko i postanowił zatrzymać się i coś zjeść w jednej z wielu restauracji. Wierzył, że jego strój będzie na tyle przekonujący, że zostanie zaakceptowany jako kobieta. Pech chciał, że zaparkował i zamykał samochód dokładnie w punkcie, w tym samym czasie przejeżdżała grupa motocyklistów. Czuł się nieswojo, ale pomyślał, że nie zdadzą sobie sprawy, że jest mężczyzną i ujdzie mu to na sucho. Niestety, natychmiast przejrzeni jego podstęp i stał się celem wielu obelg słownych i szyderstw. Bardzo szybko wrócił do samochodu, zamknął się w nim i odjechał. Ruszyli w pościg, tylko na krótką odległość, ale był bardzo przestraszony całym zdarzeniem. Nie dzwonił na policję, bo nie chciał, żeby go przyłapano w przebraniu kobiety. Kiedy zapytałem go, dlaczego podjął takie ryzyko, powiedział, że nie przyszło mu do głowy, że pomyśli, że jest mężczyzną. Niektórzy mężczyźni mogą być całkiem przekonujący, kiedy przebierają się w przebieranki, ale ten mężczyzna miał 6 stóp 4 cale wzrostu i nosił buty w rozmiarze trzydzieści. Był bardzo dobrze zbudowanym mężczyzną i fizycznie nigdy nie byłby w stanie uchodzić za kobietę. Czuł się jak kobieta, kiedy się przebierał, zakładał, że wszyscy inni to zobaczą go takim, jakim siebie postrzegał. Incydent mógł być gorszy, ale wstrząsnął nim. Po tym zdał sobie sprawę, że nie może uchodzić za kobietę; zrzucił winę na fakt, że jego buty były męskie, ponieważ nie mógł znaleźć butów damskich w rozmiarze trzydzieści. Jednym z niezbadanych obszarów jest obszar męskiej lub żeńskiej prostytucji i zespołu Aspergera. Nie spotkałem żadnej kobiety, która otrzymywała pieniądze za seks, ale spotkałem dwudziestokilkuletniego mężczyznę z ZA, który zbudował związek ze starszym mężczyzną, który trwał przez wiele lat. Nigdy nie wykraczało to poza wzajemną masturbację i było postrzegane wyłącznie jako środek do celu, czyli satysfakcji seksualnej. Zainteresowany mężczyzna nie uważał się za uczestniczącego w prostytucji i traktował to wyłącznie jako umowę między nim a jego kontaktem. Nie było żadnych innych związków z mężczyznami, ale powiedział, że miałby inne związki, gdyby zaproponowano mu zapłatę i gdyby podobał mu się zaangażowany mężczyzna lub kobieta. Jego inne związki były tylko z kobietami i powiedział, że zamierza się ożenić i mieć dzieci w pewnym momencie w przyszłości. Nie wydaje mi się, aby istniała jakakolwiek korelacja między zespołem Aspergera a przebieraniem się, homoseksualizmem, dewiacjami seksualnymi, fetyszami lub prostytucją i powiedziałbym, że problemy dotyczące seksualności mogą wystąpić u danej osoby niezależnie od tego, czy ma ona zespół Aspergera, czy nie. Różni się prawdopodobnie tym, jak zachowanie jest postrzegane i interpretowane przez zainteresowaną osobę oraz przede wszystkim przyczyny, dla których to się dzieje. Żaden z dorosłych z zespołem Aspergera, którzy mieli stosunki seksualne poza pierwotnym związkiem, nie wykazywał oznak winy, wyrzutów sumienia ani troski o to, co zrobił, i nie patrzył na to obiektywnie. Tak samo ten brak poczucia winy i wyrzutów sumienia objawia się w innych aspektach życia osoby z zespołem Aspergera? Następnie przyjrzymy się nadużyciom słownym i przemocy domowej.

Kluczowe punkty

- ° Większość mężczyzn AS, którzy mają romanse homoseksualne, robi to wyłącznie z punktu widzenia seksualnego.
- ° Większość mężczyzn AS nie czuje, że związek homoseksualny zmienił ich seksualność.
- ° Kobieta z ZA, która miała romans lesbijski, nie uważa się za niewierną.
- ° Cross-dressing w AS może dotyczyć tekstury i dotyku tkanin.
- ° Brak świadomości i przebieranie się może mieć potencjalnie niebezpieczną stronę dla AS-mana.
- ° Dla jednego AS mężczyzną otrzymywanie pieniędzy za przysługi seksualne jest wyłącznie środkiem do celu.
- ° Nie są znane żadne powiązania między seksualnością, przebieraniem się lub prostytutką a występowaniem zespołu Aspergera.

Przemoc słowna i zespół Aspergera

Okolo 70% mężczyzn AS odpowiedziało „tak” na pytanie „Czy kiedykolwiek znęcali się słownie nad swoimi partnerkami?” Czterdzieści procent z nich szybko uzasadniało swoją odpowiedź wymówką lub powodem, dla którego byli słownie obrażliwi. Wielu twierdziło, że był to odwet za werbalne znęcanie się ich partnera. Najbardziej skrajny przypadek słownej znęcania się dotyczył kobiety z zespołem Aspergera, która otwarcie przyznała się do tego, że była bardzo agresywna wobec męża. Stwierdziła dość stanowczo, że tak naprawdę nie bardzo go lubi i była w tym całkiem otwarta i szczerą. Aktywnie czekała na jego śmierć, żeby już więcej jej nie irytował i mogła żyć sama. U jej męża również zdiagnozowano zespół Aspergera, a jego obsesyjne zachowanie było tak silne, że zdiagnozowano u niego również zaburzenie obsesyjno-kompulsyjne. Jedną z jego obsesji było to, że czuł się zobowiązany do słuchania codziennych wiadomości. Nie miało znaczenia, czy odbywało się to w telewizji, czy w radiu, byle tylko mógł usłyszeć wiadomości, kiedy tylko było to możliwe. Albo telewizor, albo radio byłyby włączone bez przerwy; dla niego ważne było, aby go wysłuchał, i czuł się bardzo zagrożony i niespokojny, gdyby przegapił najnowszą audycję wiadomości. To podniosłoby jego poziom stresu i stałby się bardzo wycofany i przygnębiony. Jego żona była zupełnym przeciwieństwem, lubiła ciszę i spokój, uważał, że ciągły szum radia lub telewizora jest bardzo frustrujący, hamując jej zdolność koncentracji na czymkolwiek innym. Hałas działał na nią jak kreda na tablicy, zakrywała uszy i krzyczała, jeśli nie chciał jej wyłączyć. Przez jakiś czas próbowała sobie z tym poradzić, a potem, kiedy przekroczyła swój poziom tolerancji, nagle wybuchła gniewem, wykazując bardzo typową dla zespołu Aspergera złość. Nazywała go wszystkimi obraźliwymi określeniami, jakie przyszły jej do głowy. Kiedy to się działo, zrywał się, wyłączał radio lub telewizor i jak najszybciej opuszczał pomieszczenie. Jej wybuch trwał około sześćdziesięciu sekund, a potem ustał tak nagle, jak się zaczął, po czym zachowywała się tak, jakby incydent się nie wydarzył. Zasugerowałem tej parze, żeby kupił słuchawki do swojego radia, żeby kiedy ona była w pobliżu, mógł podłączyć słuchawki i słuchać wiadomości, nie przeszkadzając jej. Zrobił to i to pomogło w sytuacji. Nadal zdarzały się epizody, kiedy wpadała w złość i wyzywała go, ale teraz jest w stanie podkręcić dźwięk i jej nie słyszeć. AS gniew może być bardzo nieprzewidywalny i irracjonalny. Może wydawać się całkowicie wyrwana z kontekstu, całkowicie zaskoczyć wszystkich wokół i pozostawić wszystkich w stanie oszołomienia tym, co powiedzieli lub zrobili, aby sprowokować taki wybuch. Tak szybko, jak się zaczyna, może się skończyć, a osoba z ZA będzie po prostu chciała, żeby wszystko wróciło do normy i będzie dość zaskoczona, jeśli jego partner jest zdenerwowany i nie może o tym zapomnieć. Dla partnera NT szkody i zniszczenia spowodowane wybuchem nie mogą zostać zapomniane i może on chcieć odwetu; w niektórych związkach kłótnie i obelgi słowne były dość poważne. Wiele razy tego całkowitego rozpadu związku można było uniknąć, gdyby każdy z partnerów

był w stanie zrozumieć sposób postrzegania drugiego. Przemoc słowna często zaczyna się w momencie, gdy komunikacja na akceptowalnym poziomie załamuje się, a partnerzy czują się niezrozumiani i nie wysłuchani. Pewien mężczyzna powiedział swojej żonie, że idzie po paliwo do swojego samochodu, ponieważ nie chciał zawracać sobie głowy kupowaniem go rano, kiedy korki i kolejki są duże. W tym czasie przygotowywała kolację, więc tylko skinęła głową i zapytała, czy mógłby przynieść butelkę ich ulubionego czerwonego wina, kiedy go nie będzie. „OK” – powiedział i wyszedł. Czas mijał, a ona ciągle wyłączała obiad i ponownie go podgrzewała, myśląc, że lada chwila on wejdzie. Kolacja szybko się zepsuła i po odczekaniu półtorej godziny zaczynała się bardzo niepokoić. Wrócił do domu, rozejrzał się za kolacją, a potem zauważył swoją żonę stojącą przy kuchence. – Gdzie byłeś? – krzyknęła. „Twój obiad całkowicie się zepsuł, martwiłem się na śmierć, znowu wszystko zrujnowałeś!” Usłyszał tylko ostatnią część i uznał to za kolejny atak. Od razu stał się agresywny werbalnie, krzyknął i powiedział jej, że zawsze go atakuje, jest paskudną, wściekłą kobietą i jego zdaniem jest niezrównoważona psychicznie i wymaga odłożenia. Po czym wyrzucił swój obiad do kosza i wyszedł. Potem nie miał wyrzutów sumienia i czuł, że jego działania były usprawiedliwione, ponieważ próbował przynieść jej wino, którego chciała, ponieważ, jak powiedział, jęczała na niego ostatnim razem, że kupił niewłaściwe wino. Nie widział, jak ciężko pracowała, przygotowując mu obiad; chociaż wiedział, że było prawie gotowe, kiedy wychodził, skupił się wyłącznie na znalezieniu tego konkretnego wina. Nie myślał o niczym innym, nie słyszał, jak jego żona mówi, że się o niego martwi, słyszał tylko, jak potępia go za to, że stara się dać z siebie wszystko. Wielu mężczyzn z AS opisywało, jak czuli się atakowani i krytykowani przez swoich partnerów. Rozmowy z ich partnerami pokazały jednak, że nie zawsze tak było, a czasami ich partner mówił, że po prostu zwracają uwagę na coś, co zrobili ich mężowie, co je zdenerwowało lub zraniło. Partner z ZA natychmiast zinterpretowałby to jako krytykę, uwierzyłby, że atakuje go werbalnie i zemścił się, znęcając się nad nią. Ten typ sytuacji jest aż nazbyt dobrze znany w związkach Aspergera i jest konsekwencją trudności komunikacyjnych. Nie wszyscy AS mężczyźni reagują słowną obelgą; niektórzy zareagują ciszą i wycofaniem, co może być równie szkodliwe dla ich partnerów. Większość mężczyzn z AS stwierdziła, że postrzegana krytyka była głównym powodem werbalnego znęcania się nad partnerami. Chociaż był to główny powód, nie był to jedyny podany powód. Niektórzy mężczyźni z AS uważali, że obrażali się słownie tylko w odwecie za słowną zniewagę partnera. Wielu uważało, że ich partner pchnął ich w to celowo. Tylko jeden AS przyznał, że celowo stosował przemoc słowną, aby uzyskać kontrolę nad żoną. Wszystkie relacje przedstawione przez partnerów NT pokazały, że czuli się bardzo skrzywdzeni przez obrzucane ich słowne obelgi, ale dla niektórych to cicha i bierna agresja była według nich jeszcze bardziej szkodliwa. Wielu czuło się niewysłuchanych i odrzuconych przez ciszę i atmosferę dezaprobaty, jakie mogli skierować na nich ich partnerzy z AS. Cisza może być równie obraźliwa i szkodliwa jak przemoc słowna. Wystarczy tylko spróbować nie rozmawiać i ignorować dziecko, aby zobaczyć, jaki może mieć wpływ. Cisza i bycie ignorowanym może powodować stres i niepokój. Niepewność wynikająca z braku wiedzy o tym, co myśli druga osoba, może sprawić, że partner poczuje się odrzucony i niepewny. Niektóre kobiety Nowego Testamentu zwerbalizowały, że przynajmniej jeśli krzyczy i kłóci się, wiedzą, co jest w jego myślach i jak powinny na to zareagować. Cisza jest inna i jest bardzo potężną bronią, gdy jest używana w związkach. Może być używany z różnych powodów, aby zwrócić na siebie uwagę, wzbudzić niepokój lub ukarać. Niektórzy mężczyźni AS mają duże trudności z radzeniem sobie z agresją i konfrontacją, mogą mieć trudności z utrzymaniem swojego stanowiska i argumentowaniem. Dlatego wycofują się, milczą i stawiają mury. Zrobią wszystko, co w ich mocy, aby pomóc im poradzić sobie z gniewem i krzykiem skierowanym w ich stronę. Nie oznacza to, że osoba milcząca jest mniej zła niż osoba, która robi dużo hałasu i obraża słownie, prawdopodobnie oznacza to, że jest jeszcze bardziej zła. Gniew jest opanowany; jest kontrolowany i wentylowany z powrotem w bardzo pasywny sposób. Partner z zespołem Aspergera może okazywać swoją złość, nie okazując uczuć, nie wracając do domu lub będąc bardzo krytycznym wobec partnera, dzieci lub jej rodziny, w zależności od tego, co boli najbardziej. Pewien mężczyzna odpłacił się żonie, zapraszając

swoją sekretarkę na drinka. Jego sekretarka była młoda i atrakcyjna i wiedział, że jego żona martwi się, że przybrała na wadze. Po kłótni, w której poczuł się bardzo skrytykowany i poniżony, zasugerował dość ostro, aby porozmawiała z jego sekretarką i zapytała, w jaki sposób utrzymuje tak zgrabną figurę. To naprawdę zraniło jego żonę, a kiedy odkryła, że wyszedł na drinka ze swoją sekretarką, była zdruzgotana. Skonfrontowała się z mężem, który powiedział, że nie sądził, że będzie miała coś przeciwko, ponieważ ostatnio wydawała się na niego krzyżeć. Nie próbował ukryć faktu, że był poza domem ze swoją sekretarką, ponieważ miał datę w swoim dzienniku na domowym komputerze. Ponieważ on i jego żona dzielili komputer, było nieuniknione, że jego żona go odkryje. To był jego sposób na odwzięczenie się jej za sposób, w jaki czuł, że go traktowała. Wiedział, że to ją zdenerwuje, ponieważ jego żona zwierzyła mu się, że czuje się zagrożona przez niektóre z pracujących dla niego kobiet. Często powtarzała mu, że byłaby bardzo zraniona, gdyby kiedykolwiek wyszedł z któryś z nich.

To był jego sposób na wyładowanie swojej złości na nią w niekonfrontacyjny sposób. Twierdził, że nie zrobił nic, czego powinien się wstydzić, bo drink był biznesowy, a rozmawiali tylko o pracy. Jego żona była bardzo wstrząśnięta tym, co się stało, a jej pewność siebie mocno nadwyrężyła. Przejął kontrolę nad ich związkiem i było to dla niego bardzo ważne, tak jak wydaje się być dla wielu dorosłych z zespołem Aspergera. Posiadanie zespołu Aspergera i utrata kontroli mogą mieć bardzo groźne i niszczące konsekwencje dla związku.

Kluczowe punkty

- ° Większość AS-mężczyzn twierdzi, że znęcała się słownie nad swoimi partnerkami.
- ° Niektórzy mężczyźni AS twierdzili, że znęcali się słownie nad swoją partnerką tylko w odwecie za jej słowną zniewagę.
- ° Najbardziej ekstremalny przypadek słownego znęcania się dotyczył kobiety z ZA.
- ° AS gniew może być bardzo wybuchowy.
- ° Nieporozumienia między partnerami AS i NT są odpowiedzialne za większość przypadków słownych nadużyć.
- ° Kobiety NT czują się zranione przez słowne znęcanie się nad nimi przez partnera.
- ° Niektórzy AS-mężczyźni stosują przemoc słowną, aby uniemożliwić partnerowi konfrontację z nimi.
- ° Niektórzy AS używają milczenia lub ostrych uwag jako sposobu odwetu.

Przemoc w rodzinie i zespół Aspergera

Czterdzieści procent AS-mężczyzn objętych badaniami stwierdziło, że w pewnym momencie swojego związku stosowali przemoc fizyczną wobec swojej partnerki. Liczby te są dość wysokie i mogą sugerować, że mężczyźni z zespołem Aspergera mają skłonność do przemocy. Jednak wyciąganie wniosków z danych w tej dziedzinie jest znacznie bardziej złożone, niż mogłoby się początkowo wydawać. Chociaż czterdzieści procent to alarmująco wysoka liczba, tylko dziesięć procent tych ataków zostało opisanych jako niesprowokowane. Stwierzeń typu „tylko w odwecie”, „tylko w celu jej powstrzymania” lub „tylko w odpowiedzi na skrajną agresję fizyczną” używali AS mężczyźni, którzy odpowiadali twierdząco na to pytanie. Można argumentować, że ci AS mężczyźni po prostu zaprzeczają lub nie biorą odpowiedzialności za swoją fizyczną agresję. Jednak w większości przykładów tak nie było, co potwierdzają ich NT partnerzy, że rzeczywiście zaatakowali je pierwsi lub że byli świadomi, że ich partnerzy muszą ich powstrzymać. Chociaż każdy rodzaj przemocy w związku jest niedopuszczalny, przemoc, którą odnotowałem w moich badaniach, w większości przypadków nie była ekstremalna i

rzadko wiązała się z przemocą fizyczną, taką jak bicie, uderzanie pięścią lub kopanie. W większości opisywano to jako popychanie, popychanie lub krępowanie. Ciężka przemoc ze strony mężczyzn z AS wydawała się być mniej powszechna, ale została zgłoszona w dwóch przypadkach i obejmowała uderzanie, rzucanie partnerką o ścianę i uderzanie jej głową o ścianę. To wszystko są bardzo poważne akty przemocy i nie powinny być tolerowane przez partnera NT. Większość przypadków zgłoszonych mi przez pary stwierdzała, że przemoc miała miejsce tylko raz lub była bardzo rzadka. Nie zgłoszono przypadków długotrwałej lub chronicznej przemocy, a jeden z dwóch mężczyzn, którzy stosowali przemoc bez prowokacji, wyraził skruchę, że skrzywdził swoją partnerkę. Czterdzieści procent to wciąż wysoki odsetek przypadków przemocy zgłaszanych w próbie tej wielkości i sugeruje, że może to być związane z presją, jaką może wywierać życie w związku z zespołem Aspergera, często otrzymując bardzo niewielkie wsparcie. Powód, dla którego tak się dzieje, jest na tym etapie nieznanym, ale można go przypisać podstawowej dynamice indywidualnego związku. Przeglądając powody, które wiele kobiet NT podało, dlaczego pociągały je przede wszystkim ich partnerzy, można zauważyć, że uważały ich za łagodnych, cichych i życzliwych mężczyzn. Kobiety pociągała ich uległość, spokój i doceniały brak agresji i dominacji. Niektóre kobiety Nowego Testamentu, z którymi rozmawiałam, czasami w swoim życiu doświadczyły jakiejś formy nadużyć. Dla niektórych było to spowodowane dysfunkcyjnym wychowaniem, a dla innych poprzednim partnerem, który stosował przemoc. Te kobiety były ofiarami okoliczności, na które nie miały wpływu. Większość była maltretowana emocjonalnie, a niektóre również fizycznie i seksualnie. Kiedy spotkały swoich partnerów, przypomniły sobie, jak komfortowo i bezpiecznie czuły się z tymi cichymi, nieagresywnymi mężczyznami. Ich nowi partnerzy nie reagowali przesadnie, nie odzywali się do nich ani nie podnosili głosu. Wszystko to sprawiło, że poczuli się uprawnieni, godni i bardzo bezpieczni; czuli, że mają kontrolę. Z biegiem czasu jednak czasami cechy, które przyciągają jedną osobę do drugiej, stają się tym, co zaczyna ich od siebie oddalać. Kobieta może później zdać sobie sprawę, że jej partner z ZA nie okazuje wobec niej żadnej reakcji emocjonalnej, co może zinterpretować jako brak troski i może być sfrustrowana brakiem reakcji na jej uczucia. Ta frustracja może również spowodować, że stanie się fizycznie agresywna, próbując wywołać u niego reakcję emocjonalną. Być może dlatego trzydzieści procent mężczyzn zgłosiło, że to ich partner stosował wobec nich przemoc fizyczną lub groził im. Być może w przypadku niektórych kobiet NT, kiedy same słowa nie wydawały się mieć wpływu, frustracja i desperacja w poszukiwaniu reakcji spowodowały, że były wobec niego fizycznie agresywne. Dla większości kobiet, które czują się wypchane w tę rolę, nie jest to dla nich naturalna rola i jest to wyraźny znak, że one, ich partner i związek rozpaczliwie potrzebują pomocy. Podstawową kwestią jest to, że w przemocy domowej chodzi o kontrolę, a kwestie kontroli wydają się mieć nadrzędne znaczenie w relacjach Aspergera, niezależnie od tego, czy jest to kontrola słowna, fizyczna czy cicha kontrola bierna. To, jak poważna jest ta potrzeba kontroli, może zależeć od wielu czynników, z których jednym jest osobowość każdego partnera. Niektóre pary będą w stanie obejść te problemy poprzez dialog, dla innych związek stanie się walką o władzę nad tym, kto będzie miał największą kontrolę. Jednym z powodów, dla których osoby z zespołem Aspergera lub bez niego potrzebują kontroli w związku, jest głęboko zakorzeniona niepewność przeniesiona z przeszłości. Dla kobiet z Nowego Testamentu, które w przeszłości były ofiarami nadużyć, pewna forma kontroli jest często niezbędna, aby zapewnić im pewien poziom bezpieczeństwa. Mężczyzna z ZA może być cichy i mało demonstracyjny, może wydawać się zdystansowany i mieć trudności z rezygnacją ze swojej autonomii. Uczucie, jakie może to wywołać u jego NT, może być uczuciem niepewności i samotności, zwłaszcza jeśli nie rozumie, dlaczego on się tak zachowuje, ponieważ nie rozumie zespołu Aspergera. Te niepewne uczucia mogą zwiększyć jej potrzebę kontroli, im bardziej próbuje go kontrolować i uzyskać reakcję emocjonalną, tym bardziej będzie się od niej oddalać. Jeśli nie zostanie to naprawione, może to doprowadzić do błędnego koła, które trudno przerwać. Przemoc fizyczna może być konsekwencją tych uczuć frustracji. AS mężczyźni wymagają kontroli z różnych powodów; jednym z nich jest to, że utrzymanie porządku w ich życiu jest

dla nich niezbędne i niezbędne. Kontrola jest fundamentalną koniecznością, która pozwala im istnieć w zagmatwanym i zagmatwanym świecie złożony, neurotypowy świat. Niestety, może się to odbywać kosztem partnera NT, a kontrola, jaką się nad nią sprawuje, może stać się skrajna i irracjonalna. To właśnie w momencie, gdy partner z ZA czuje, że traci kontrolę, może nieoczekiwanie skierować głęboki i nielogiczny gniew na partnera. Bycie świadkiem gniewu Aspergera może być bardzo przerażające i onieśmialające. Kiedy lęk osiąga punkt krytyczny, mężczyzna z ZA może stracić kontrolę nad swoimi uczuciami. Może nagle wybuchnąć i rzucić się na najbliższy przedmiot i skierować się do najbliższego wyjścia. W desperacji partner NT może próbować zablokować jego odwrót, wtedy może zareagować na nią fizycznie i agresywnie, jeśli nie zejdzie mu z drogi lub nie pozwoli mu odejść. Chociaż AS w związku może odgrywać rolę w przemocy fizycznej, z pewnością nie jest jedyną zmienną, która powoduje przemoc w związku. Jednym z powodów (nie wymówek), które określają, czy dana osoba może być agresywna, jest wychowanie w rodzinie. Jeśli dana osoba jest wychowywana w domu pełnym przemocy, prawdopodobnie jest zaznajomiona z przemocą, co może spowodować, że osoba ta stanie się narzędziem przemocy lub ofiarą przemocy. Dotyczy to całej ludzkości, niezależnie od tego, czy ma zespół Aspergera, czy nie. Jeśli partner z ZA wychowywał się w gospodarstwie domowym, które było funkcjonalne i opiekuńcze, jest mniej prawdopodobne, że będzie fizycznie znęcał się nad swoim partnerem. Jeśli AS mężczyźni dorastają w domu, w którym obowiązuje zasada, że mężczyźni nie biją kobiet, a zasada ta jest dość mocno egzekwowana, to prawdopodobnie ten edykt będzie respektowany w dorosłym życiu. Na szczęście większość związków objętych moimi badaniami nie przechodziła w stan przemocy, a te, które do niej dochodziły, rzadko dotyczyły poważnych przypadków przemocy. Ale każda forma fizycznego znęcania się w związku jest niezdrowa dla wszystkich zainteresowanych, a kiedy osoba czuje, że desperacja popycha ją do roli nadużycia, jej poczucie własnej wartości dramatycznie spada. Wiele kobiet z Nowego Testamentu powiedziało, że pomimo faktu, że ich partnerzy nigdy ich nie skrzywdzili, nadal czuły się zagrożone. Niektórzy mówili, że czuli, że ich partnerzy mają ciemniejszą i bardziej złowrogą stronę, co czasami sprawiało, że czuli się dość przestraszeni i ostrożni. Pewna kobieta, która przyszła do mnie, powiedziała, że czuje, że jej życie jest w niebezpieczeństwie. Zapytałem ją, dlaczego tak się czuje, skoro znam jej męża osobiście i wydawał się być spokojnym, spokojnym człowiekiem. Powiedziała, że tak na nią patrzył. Ich małżeństwo osiągnęło punkt krytyczny, a ona była w trakcie rozwodu z nim za nierozsądne zachowanie oparte na jego obsesyjnej potrzebie rutyny i braku odpowiedzialności w małżeństwie. Odmówił zaakceptowania, że małżeństwo się skończyło i postanowił nie słyszeć, jak mówi, że ma dość i chce odejść. Wysłuchałby tego, co powiedziała, odszedł, wrócił i zachowywał się tak, jakby wszystko było w porządku; jakby nie mówiła. Po prostu całkowicie zaprzeczył temu, co do niego mówiła. Trwało to przez wiele miesięcy; nie chciał podpisać pozwu rozwodowego i jak najbardziej utrudniał jej uwolnienie się od niego. Zapytałem ją, dlaczego boi się o swoje życie, a ona odpowiedziała, że ktoś majstrował przy jej samochodzie. Zdarzyło się to kilka razy i pomyślała, że to mógł być on. Była na policji, a oni go ostrzegli, ale nie miała ostatecznych dowodów na to, że to on jest odpowiedzialny. Zapytałem ją, dlaczego myśli, że to jej mąż? Odpowiedź brzmiała: nie wiedziała na pewno – to było coś w sposobie, w jaki na nią patrzył. Kobiety kończące związki z partnerami z zespołem Aspergera zgłosiły, że były prześladowane lub zastraszane i bardzo się ich bały. W takich przypadkach zachowanie partnera AS jest nie do zaakceptowania i nie powinno być sankcjonowane przez te kobiety lub osoby sprawujące władzę. Jednak w niektórych przypadkach zachowanie partnera z ZA może nie być tak groźne, jak się wydaje. Jako dorosłym niezwykle trudno jest poradzić sobie ze zmianą, a kiedy stają w obliczu rozwodu lub separacji, które są sprzeczne z ich życzeniem, mogą stać się niezwykle trudne do zniesienia. Nadal mają potrzebę bycia częścią życia swojego partnera, a zerwanie jest dla nich bardzo trudne. Może to być postrzegane jako zastraszające, ale czasami nadal robią to, co uważają za najlepsze dla ich partnerów lub dzieci, jeśli takie istnieją. Bardzo często, chociaż działania AS-mana wydają się zastraszające i zaplanowane z premedytacją, on po prostu reaguje na sytuację i nie przemyślał jej wcześniej. Pewna kobieta opisała,

jak po rozstaniu z mężem kupić synowi najnowszą konsolę Playstation i kilka bardzo drogich gier, ale nie pozwolił synowi zabrać ich do domu i powiedział, że może się z nimi bawić tylko wtedy, gdy do niego przyjdzie. Jego żona nie mogła konkurować z drogimi grami na Playstation i była bardzo zła; powiedziała, że próbował kupić sympatię jej syna i kontrolować ich oboje przez to, co robił. Perspektywa jej męża była zupełnie inna. Powiedział, że boi się, że jego syn nie będzie chciał go widzieć i pomyślał, że jeśli kupi mu coś, co naprawdę mu się spodoba, będzie chciał go odwiedzić, teraz, kiedy się wyprowadził. Powiedział, że czuł, że nie wie, jak wchodzić w interakcje z synem i czuł się nieswojo, próbując z nim rozmawiać. Playstation ułatwiło mu to i było jedyną rzeczą, którą mógł zaoferować swojemu synowi jako zachętę do chodzenia w kółko. Działania tego człowieka nie były mściwe i nie widział, żeby to, co robił, było w jakikolwiek sposób kontrolujące; nie był w stanie zobaczyć perspektywy swojej żony w tej sprawie i czuł się ofiarą, ponieważ jego żona miała tak dobre relacje z ich synem. Przyjrzałem się również przemocy w związkach, gdy kobieta miała ZA, i to pokazało, że alarmujące siedemdziesiąt pięć procent kobiet, z którymi rozmawiałem, stosowało fizyczne znęcanie się nad swoimi partnerami. We wszystkich przypadkach przemoc polegała na uderzaniu, uderzaniu pięścią lub kopaniu. W jednym przypadku przemoc była dość ekstremalna i trwała. Mogą być tego różne przyczyny; może to po prostu wynikać z konkretnych kobiet, które wzięły udział w tym badaniu. Nie wszystkie kobiety AS.

Rozmawiałem z tymi, którzy znęcali się fizycznie nad swoimi partnerami. Trudno jest mieć pewność, czy ten wysoki poziom przemocy fizycznej jest konsekwencją tego, że kobiety mają zespół Aspergera, czy też ma coś więcej wspólnego z fizyczną niestabilnością tych konkretnych kobiet. Jednym z powodów, dla których kobiety z zespołem AS są bardziej podatne na fizyczne znęcanie się nad partnerami, może być presja społeczna wywierana na kobiety w ogóle oraz oczekiwania społeczeństwa, że kobiety powinny dostosować się do bycia dobrymi żonami i dobrymi matkami. Społeczeństwo jest znacznie bardziej zszokowane, gdy kobieta atakuje lub krzywdzi kogoś niż mężczyzna. Społeczeństwo jest również bardziej zszokowane, gdy słyszy o matce wyrządzającej krzywdę swojemu partnerowi lub dzieciom niż wtedy, gdy agresywnym partnerem jest mężczyzna. W wielu społeczeństwach wciąż oczekuje się od kobiet roli opiekunek, opiekunek i biernych w rodzinie. Od kobiety często oczekuje się, że przedłoży całą swoją rodzinę ponad siebie i zatroszczy się o potrzeby i wymagania swojej rodziny przed własnymi. Oczekuje się od niej również, że będzie to robić intuicyjnie – instynktownie wiedząc, jakie to potrzeby. Może to być trudne zadanie dla większości kobiet, ale jest szczególnie uciążliwe dla kobiet z zespołem Aspergera. To stawia kobiety z AS pod ogromnym napięciem, a stres i frustracja, które to powoduje, mogą być jednym z katalizatorów silnych wybuchów złości, które czasami okazują kobiety z AS. Więcej na ten temat zamieściłem w rozdziale 22. Kobiety i zespół Aspergera. Innym obszarem badań nad wykorzystywaniem były różnice, jakie świadomość posiadania zespołu Aspergera może mieć na związek. Odkryłem, że jeśli osoba z zespołem Aspergera nie była świadoma jego obecności lub, co gorsza, całkowicie zaprzeczała, że jest nim dotknięta, szanse na wykorzystywanie wzrastały dramatycznie. Jeśli uważał, że jedyną osobą mającą problem jest jego partnerka i obwiniał ją, to zgłaszane przypadki przemocy słownej i domowej wobec niej wzrastały jeszcze bardziej.

Kluczowe punkty

- ° Wielu mężczyzn AS mówi, że w pewnym momencie znęcali się fizycznie nad swoimi partnerami.
- ° Niektórzy AS mężczyźni twierdzą, że ich fizyczne znęcanie się było odwetem lub powstrzymaniem ataku ich partnerek na nich.
- ° Jedna kobieta z AS i dwóch mężczyzn z AS zgłosiło przypadki poważnej lub chronicznej przemocy wobec swoich partnerów.

- ° Wychowanie może wpłynąć na potencjał każdej osoby do bycia agresywnym.
- ° Niektóre kobiety NT czują się zagrożone przez swoich partnerów, chociaż nigdy ich nie skrzywdzili.
- ° Zakończenie związku i proces rozwodowy mogą być potencjalnie niebezpiecznym momentem dla partnera NT.
- ° Istnieją doniesienia o przypadkach prześladowania i zastraszania przez partnerów AS.
- ° Zastraszanie lub manipulacja nie zawsze jest intencją osoby z AS.
- ° Większość kobiet z ZA stosuje przemoc fizyczną wobec swoich partnerów.
- ° Większa presja może być wywierana na kobiety z AS niż na mężczyzn z AS w związkach.
- ° Częstość występowania przemocy w związku wzrasta, gdy AS nie jest uznawane ani akceptowane

Zespół Aspergera i świadomość

Często właśnie z powodu diagnozy dziecka rodzice najpierw dowiadują się o zespole Aspergera. W tym też czasie może zostać rozpoznana u jednego z rodziców dziecka. Są chwile, kiedy to uznanie przynosi ulgę, ponieważ niesie ze sobą wyjaśnienie problemów i trudności, jakich prawdopodobnie doświadcza rodzina. Czasami może to być całkowity szok i spotkać się z całkowitym zaprzeczeniem. Niektórzy mężczyźni z zespołem Aspergera nigdy nie akceptują tego, że mają zespół Aspergera i chociaż mogą być bardzo świadomi, że istnieje różnica między dwoma partnerami w związku, mogą zrzucić całą winę na swoich partnerów. Pewien mężczyzna twierdził, że jego żona jest całkowicie bezużyteczna w komunikowaniu się, mimo że była prawnikiem, którego klienci polegali na jej umiejętności komunikowania się, przekonywania i negocjowania. Czasami stawał się wobec niej bardzo agresywny werbalnie i fizycznie. Jego poziom stresu sięgał rozpaczliwych wyżyń, próbując przekonać ją, że problemy z komunikacją, których doświadczają, były jej winą i że nie jest dobra w komunikowaniu się. Nie chciała się wycofać, a małżeństwo ostatecznie zakończyło się, gdy ją uderzył. U tego mężczyzny nie zdiagnozowano zespołu Aspergera, ale u jego syna i kuzyna tak. Miał wiele cech, które mocno sugerowały, że był w spektrum autystycznym, a jego żona była całkiem przekonana, że ma ZA. Przed odkryciem, że ich syn ma zespół Aspergera, mieli problemy małżeńskie. Byli na terapii trzy razy i każda próba kończyła się niepowodzeniem, pozostawiając związek w gorszym stanie niż wcześniej. To dzięki uporowi jego żony, że zachowanie jej syna było tak podobne do zachowania jej męża, doprowadziło do odkrycia, że ma on ZA. W miarę jak para dowiadywała się coraz więcej o stanie syna, oboje zaczęli dostrzegać, że ojciec ma te same cechy, co jego syn. Co dziwne, był pierwszym, który zasugerował, że martwi się, że ma zespół Aspergera, ale potem stał się bardzo zrozpaczony i zły na myśl, że tak może być. Za każdym razem, gdy jego żona mówiła o ich synu, mówił: „Co ty sugerujesz, że ja też mam ZA!” Rozmowy o stanie syna stawały się dla niej coraz trudniejsze, a odległość między mężem a żoną, ojcem a synem stawała się coraz trudniejsza. wzrosła. Jej mąż reagował gniewem na każdą formę postrzeganej krytyki. Oskarżał ją o to, że próbuje zrobić z niego dziwaka, innym razem w rozpacz podnosił ręce i mówił: „OK, OK, masz swoją własną drogę, jestem dziwakiem, nie mogę się porozumieć, Muszę mieć coś z Aspergerem!” Sytuacja pogorszyła się; jego żona nie mogła nic zrobić, aby to poprawić. Pewnego dnia jej mąż oznajmił, że jego syn nie ma zespołu Aspergera i on też nie, eksperci się pomylili, jego syn był tylko trochę cichy i to była wina jego matki, ponieważ nie mogła się poprawnie komunikować. Stało się to oczywistym przypadkiem „zastrzelenia posłańca”, a ona była w jego oczach posłańcem. Ta kobieta była bliska załamania nerwowego, czuła się szalona i zdesperowana. Bardzo kochała swojego męża, ale nie mogła znaleźć sposobu, aby zapobiec jego destrukcyjnemu i agresywnemu zachowaniu. Sprawy osiągnęły punkt krytyczny, gdy próbował uniemożliwić synowi uzyskanie dodatkowej pomocy oferowanej w szkole; pokłócili się, a on stracił panowanie nad sobą,

rzucił się i uderzył ją. Wtedy zdecydowała, że wystarczy i że ma odpowiedzialność zarówno za siebie, jak i za ich syna. Odeszła, bo czuła, że gdyby została, oboje mogliby być w niebezpieczeństwie. Wtedy po raz pierwszy przyszła mnie odwiedzić; była całkiem załamana i zdesperowana. Uszkodzenie jej poczucia własnej wartości i pewności siebie zajęło dużo czasu, aby naprawić. Jej mąż zaprzeczał i odmawiał wszelkiej pomocy lub rady, w wyniku czego oboje przeżyli bardzo gorzki rozwód. W takich przypadkach, gdy mężczyzna zaprzecza, że ma zespół Aspergera, słowna przemoc, przemoc domowa i inne problemy w związku będą się nasilać. Fakt, że AS jest obecny, i tak spowoduje trudności w związku. Jeśli zaprzecza, że problemy mają coś wspólnego z nim i mówi, że to wina jego partnerki, usłyszy wszystko, co ona powie, jako krytykę, a ona zostanie obarczona winą za problemy, które mają. Moje badania wykazały, że jeśli para zaakceptuje zespół Aspergera jako część problemu i stara się pogłębić zrozumienie tego zaburzenia, wtedy wiele relacji faktycznie się poprawia. Odkrycie syndromu staje się punktem zwrotnym w związku, ponieważ niesie ze sobą odpowiedzi na wiele pytań i daje przyczynę wielu problemów, z którymi prawdopodobnie borykały się pary. Wielu mężczyzn z zespołem Aspergera, z którymi rozmawiałem, odczuło ulgę, a niektórzy opisywali odkrycie zespołu Aspergera jako objawienie. Wielu przez lata zmagano się ze związkami i nie było w stanie zrozumieć, dlaczego wciąż się mylili, mimo że tak bardzo starali się to naprawić. Pewien mężczyzna opisał, jak zawsze czuł, że jego żona czegoś od niego chce, ale nigdy nie mógł zrozumieć, co to było. Inny mężczyzna powiedział, że nie ma pojęcia, co robi źle, po prostu wiedział, że zawsze tak było. Mężczyzna z ZA będzie bardzo świadomy tego, co mówi do niego partner. Słyszy, jak mówi, że jej nie rozumie, że nie wspiera jej emocjonalnie i często może to interpretować jako mówiąc, że jest bezużyteczny i nieodpowiedni. Kiedy zda sobie sprawę, że ma zespół Aspergera i zrozumie, na czym polega to zaburzenie, dowie się również, że wiele problemów, które miał, jest spowodowanych przez to zaburzenie. Odkryje, że to nie była wyłącznie jego wina; ma kołek, na którym może zawiesić problemy i może oddzielić je od siebie. Po odkryciu AS niektórzy mężczyźni pracują ciężiej nad związkiem i są gotowi słuchać swoich partnerek i kierować się tym, co mają do powiedzenia.

Przy odpowiedniej pomocy i wsparciu relacje mogą się poprawić, a cała rodzina na tym skorzysta. Ale co, jeśli nie akceptuje tego, że ma zespół Aspergera? To wtedy związek stanie się szczególnie problematyczny i często całkowicie się rozpadnie. Niektórzy AS mężczyźni w związkach nie akceptują, że jest problem. Odkryłem, że im poważniejsze są skutki zespołu Aspergera, tym bardziej prawdopodobne jest, że tak się stanie. Inaczej jest w przypadku, gdy osoba dorosła jest tak poważnie dotknięta chorobą, że nie jest w stanie nawiązać i utrzymać związku. Raczej wydaje się, że jest tak, gdy dorosły AS jest gdzieś pośrodku, nie tak bardzo dotknięty, że nie może stworzyć intymnego związku, ale dotknięty na tyle źle, że powoduje prawie całkowitą niezdolność do empatii i jeszcze większą wrażliwość na krytykę. Teoria ta opiera się na moich badaniach i obserwacjach, nie jest to udowodniony fakt, ale z pewnością jest to obszar, który zasługuje na zbadanie. Odkryłem, że chociaż zespół Aspergera upośledza jednostkę w trzech podstawowych obszarach określonych przez kryteria diagnostyczne, stopień, w jakim te trzy obszary są dotknięte, może się znacznie różnić u poszczególnych osób. Być może świadomość i akceptacja syndromu zależy od tego, który z trzech obszarów, komunikacji, interakcji społecznych lub wyobraźni, jest najbardziej dotknięty. To, jak dana osoba reaguje na postrzeganą krytykę, wydaje się mieć duży wpływ na to, czy diagnoza Zespołu Aspergera jest akceptowana. Jeśli zobaczy, że ZA oznacza, że jest nienormalny lub nieakceptowalny, będzie walczył z etykietą. Jeśli poczuje, że całkowicie zmienia to jego tożsamość i stanie się „osobą z zespołem Aspergera”, to po raz kolejny może mieć trudności z pogodzeniem się z tą myślą. W obu przypadkach może wtedy zacząć obwiniać swojego partnera, a jeśli ma podwyższoną wrażliwość na krytykę, będzie mu trudno odróżnić pozytywną i negatywną krytykę, a w niektórych przypadkach zrozumieć, że troska i wsparcie mogą towarzyszyć krytyce. Podczas moich wstępnych badań przyjrzałem się trzem różnym grupom, z których każda składała się z dziesięciu lub więcej par. Zadałem partnerom NT różne pytania

dotyczące ich relacji z partnerami AS. Ich odpowiedzi były bardzo interesujące, a kiedy porównano różne grupy, każda z nich powiedziała coś zupełnie innego. Należy jednak pamiętać, że jest to oparte na postrzeganiu partnera NT, a postrzeganie partnera AS mogło być zupełnie inne. Nie oznacza to, że otrzymane przeze mnie informacje nie były szczere, gdyż w odczuciu osoby je udzielającej były bardzo szczere. Grupa A składała się z dziesięciu kobiet NT, których partnerzy otrzymali diagnozę zespołu Aspergera i oboje zaakceptowali ten stan. Większość z tych par miała dzieci, a niektóre dzieci otrzymały również diagnozę zespołu Aspergera. Grupa B składała się z dwunastu kobiet NT, których dzieci otrzymały diagnozę i były świadome, że ich partnerzy również mają zespół Aspergera. Ich partnerzy nie byli świadomi, ale niektóre kobiety uważały, że ich partnerzy mają świadomość, że mogą być dotknięci. Grupa C składała się z dziesięciu kobiet NT. Partnerzy tych kobiet i u dzieci nie zdiagnozowano zespołu Aspergera, ale żony były całkowicie przekonane, że ich mężowie go mają. Partnerki NT były dość dobrze poinformowane o zespole Aspergera, dwie z kobiet pracowały z dziećmi z ZA i z ich opisu i szczegółów wynikało, że ich partnerzy mieli ZA. Nie można kategorycznie stwierdzić, że mężczyźni z grupy B lub C mieli zespół Aspergera, ale należy uszanować fakt, że to kobiety mieszkają ze swoimi partnerami 24 godziny na dobę i znają ich chyba lepiej niż ktokolwiek inny. w przeciwnym razie. To one najczęściej mają świadomość, że problemy występujące w związku mogą wynikać z tego, że ich partner ma zespół Aspergera. Wyniki badań były dość niepokojące. Przedstawiłem je w tabeli.

Świadomość i zespół Aspergera

Grupa A % : Grupa B % : Grupa C %

Brak zaufania do partnera z AS : 0 : 40 : 70

Problemy seksualne : 20 : 50 : 50

Zdrowie fizyczne : 20 : 66 : 80

Problemy z dziećmi : 40 : 66 : 90

Przemoc słowna : 10 : 66 : 30

Przemoc fizyczna : 30 : 66 : 80

Pierwszym obszarem, który zbadałem, było to, czy partner NT miał jakiegokolwiek zaufanie do partnera z ZA. Może to być zaufanie w różnych formach, zaufanie do uczciwości, zaufanie do opieki nad dziećmi lub po prostu zaufanie do wzięcia odpowiedzialności za prowadzenie domu. Pytanie nie obejmowało tego, czy mogą ufać, że ich partner będzie wierny; to należało do innej kategorii. Grupę A stanowiły pary, które zawierały partnera, który otrzymał diagnozę zespołu Aspergera i zaakceptował ten stan. Partnerka NT powiedziała, że w jakiś sposób ufa swojemu partnerowi. Być może ufała mu we wszystkich dziedzinach, z wyjątkiem np. opieki nad finansami domu; możliwe, że miała całkowite zaufanie do swojego partnera pod każdym względem. Jednak w grupie B czterdzieści procent kobiet stwierdziło, że tak w ogóle nie ufają swoim partnerom, a w grupie C siedemdziesiąt procent stwierdziło, że nie ufa swoim partnerom. Jest to dość duża różnica, a ponieważ zaufanie jest uważane za bardzo ważny składnik udanego związku, pokazuje trudności, jakie musi wiązać się z brakiem akceptacji syndromu. Są one jeszcze bardziej podkreślone w innych obszarach, którym się przyglądałem. Następnie porównałem problemy seksualne par między trzema grupami; problemy te mogą obejmować brak seksu, przedwczesny wytrysk, sztywną rutynę lub opóźniony wytrysk. Odkryłem, że 20% osób z grupy A stwierdziło, że ma problemy seksualne ze swoim partnerem. To mniej niż połowa osób z grup B lub C, w których pięćdziesiąt procent stwierdziło, że ma problemy. Seks jest formą komunikacji i nic dziwnego, że ma to wpływ, gdy dochodzi do konfliktu w innych obszarach związku. Mężczyźni z zespołem Aspergera wydają się być bardzo dotknięci seksualnie, gdy są źli lub czują się

krytykowani, a seks jest często pierwszą rzeczą, którą należy przerwać, gdy w związku pojawia się konflikt lub nieporozumienie. Zapytałem również każdą kobietę, czy czuje, że jej związek z partnerem z ZA wpływa na jej zdrowie fizyczne. Tylko dwadzieścia procent osób z grupy A uważało, że w konsekwencji ucierpiało ich zdrowie, co jest wynikiem niskim w porównaniu do pozostałych dwóch grup. W grupie B sześćdziesiąt sześć procent stwierdziło, że czuło, że ucierpiało ich zdrowie. Niektóre z wymienionych chorób to ataki paniki, wysokie ciśnienie krwi, bezsenność, migreny, a jedna kobieta wspomniała nawet o raku piersi. W grupie C osiemdziesiąt procent kobiet stwierdziło, że czuje, że ich partner z zespołem Aspergera wpłynął na ich zdrowie fizyczne. Jedna z tych kobiet doznała całkowitego załamania psychicznego i fizycznego. Badania G.W. Brown w 1993 roku wykazały, że istnieją powiązania między stresem w związkach a zdrowiem psychicznym i fizycznym. Te powiązania są dość mocno wskazywane w moich badaniach, zwłaszcza w przypadkach, gdy mężczyzna zaprzecza, że ma zespół Aspergera i zrzuca winę za problemy na partnerkę. Zapytałam, czy kobiety czuły, że ich partner z zespołem Aspergera sprawiał im problemy. W grupie A 40% stwierdziło, że ich zdaniem problemy z dziećmi wynikały bezpośrednio z zespołu Aspergera. Wydaje się to dużo, ale nie w porównaniu z 66 procentami z grupy B. Obie pary z grupy A i grupy B miały dzieci, u których zdiagnozowano zespół Aspergera, więc różnicy między grupami nie można sprowadzać do tego. Gdyby tak było, grupa C powinna mieć bardzo niewiele problemów, ponieważ żadne z dzieci nie zostało zdiagnozowane. Tak nie było, ponieważ dziewięćdziesiąt procent kobiet z grupy C stwierdziło, że ma problemy z dziećmi i że wynikają one z tego, że ich partner ma zespół Aspergera i nie jest tego świadomy lub go nie akceptuje. To ogromna różnica i bardzo mocno sugeruje, jak ważna jest świadomość i akceptacja przez osobę pozostającą w związku z ZA. Ostatnie dwa obszary, którym się przyjrzałem, to przemoc słowna i przemoc fizyczna, chociaż oba rodzaje przemocy mieszczą się pod parasolem przemocy domowej. Hester, Pearson i Harwin podali definicję przemocy domowej w 1998 r. „Przemoc domowa to każde brutalne lub nadużycie (fizyczne, seksualne, psychologiczne, finansowe, werbalne itp.), które jest wykorzystywane przez jedną osobę do kontrolowania i dominowania innej osoby, przy pomocy której mają lub miały intymny związek” (Hester, Pearson i Harwin, 1998). Pierwszym obszarem nadużyć, który zbadałem, były werbalne, takie jak wyzwiska i język mający na celu poniżenie lub zdyskredytowanie drugiej osoby; szkody spowodowane przemocą słowną są głównie emocjonalne. Drugim obszarem była przemoc fizyczna. Może to obejmować popychanie i ograniczanie ruchu, szczypanie, policzkowanie, uderzanie pięścią, ciągnięcie za włosy, kopanie i używanie przedmiotów w celu wyrządzenia krzywdy fizycznej. W grupie A tylko dziesięć procent tej pierwotnej próby stwierdziło, że ich partnerzy stosowali wobec nich przemoc słowną. Wzrosło to bardzo gwałtownie do sześćdziesięciu sześciu procent w grupie B, ale spadło do trzydziestu procent w grupie C. Ten spadek w grupie C jest dość mylący, ponieważ można go interpretować jako poprawę w stosunku do grupy B. Tak nie jest, ponieważ w grupie C wydaje się, że przemoc słowna została zastąpiona przemocą fizyczną. Cykl przemocy często zaczyna się od mniejszych problemów; osoba może zacząć od słownego znęcania się nad swoim partnerem. Przemoc domowa polega na władzy i kontroli i jest wykorzystywana do przejęcia kontroli nad drugim partnerem. Jeśli przemoc słowna nie daje kontroli, może przerodzić się w przemoc fizyczną. Przemoc fizyczna była widoczna u trzydziestu procent par z grupy A; większość cytowanych przypadków to jednorazowe incydenty, które partner NT opisał jako nietypowe i nieobejmujące poważnej przemocy. Przemoc fizyczna podwoiła się w grupie B, gdzie był partner, który zaprzeczył, że ma zespół Aspergera i dziecko, u którego zdiagnozowano. Być może dlatego, że partner z zespołem Aspergera boryka się z problemem posiadania dziecka, którego zachowanie prawdopodobnie przypomina mu jego własne. Możliwość, że może on również mieć zespół Aspergera, mogła zostać zakwestionowana, a wywołana tym wewnętrzna bitwa mogła zwiększyć jego poziom stresu i niepokoju. Poziomy stresu i niepokoju są zgłaszane jako dość wysokie u dorosłych z zespołem Aspergera, którzy nieustannie zmagają się z wieloma problemami komunikacyjnymi i społecznymi. Niektórzy dorośli z zespołem Aspergera mogą opanować większość niepokoju, który ich wywołuje, ale

jeśli frustracja osiągnie poziom, którego nie mogą już dłużej kontrolować i kontrolować, mogą zareagować gwałtownie. W większości przypadków skierują ten gniew na jakiś obiekt nieożywiony, jak to miało miejsce w przypadku większości przypadków opisanych w grupie A. Jednakże, jeśli mężczyzna z ZA zaprzecza, często obwinia partnera za problemy, które mają. To kończy się gniewem i przemocą skierowaną na nią, co może mieć bardzo przerażające i szkodliwe konsekwencje dla zaangażowanej kobiety. Osiemdziesiąt procent kobiet z grupy C padło ofiarą przemocy fizycznej, z czego jeden przypadek był długotrwały i przewlekły. Ich partnerzy nie okazywali z tego powodu wyrzutów sumienia, a większość powiedziała jej, że na to zasłużyła. Nadzieja na te relacje może być bardzo mała, jeśli mężczyzna nie uświadomi sobie i nie zaakceptuje swojego problemu i jeśli nie uwierzy, że jego zachowanie i działania wobec partnerki są całkowicie nie do zaakceptowania. Bezpiecznym miejscem, w którym partner NT może wyrazić swoje uczucia, jest strona internetowa FAAAS (Rodziny Dorosłych Dotkniętych Zespołem Aspergera), prowadzona przez Karen Rodman dla partnerów NT potrzebujących wsparcia i zrozumienia. Oferuje „słuchające ucho” mężczyznom i kobietom, którzy zmagają się w związkach z ZA, a w szczególności, gdy ich partnerzy z ZA zaprzeczają. Te relacje, w których partner z ZA zaprzecza, są bardziej narażone na nadużycia lub przemoc. Przewlekła przemoc jest niezwykle trudna do zmiany w związku, gdy mężczyzna nie ma zespołu Aspergera. W związkach, w których występuje zespół Aspergera, może to być jeszcze trudniejsze, zwłaszcza jeśli mężczyzna jest w całkowitym zaprzeczeniu. Jego partner będzie prawdopodobnie jedyną osobą, która dostrzeże w nim agresywną stronę; reszcie świata może wydawać się miły, opiekuńczy i troskliwy. Będzie usilnie starał się chronić swoją tożsamość i będzie walczył z możliwością, że coś może być z nim nie tak. Prawie wszystko, co powie mu żona, zinterpretuje jako krytykę i zobaczy w niej wroga, z którym należy walczyć i kontrolować. W przypadku tych związków jest niewielka nadzieja na przetrwanie i niestety często to właśnie nadzieja utrzymuje kobietę w związku, nadzieja, że on się zmieni, nadzieja, że zda sobie sprawę, że ma ZA, nadzieja, że pewnego dnia uzna cały ból i zranienie cierpiała, aby spróbować sprawić, by wszystko działało. Nadzieja może być bardzo silna i często jest ostatnią rzeczą, z której rezygnuje kobieta w toksycznym związku.

Jest bardzo mało prawdopodobne, aby coś się zmieniło w tych dysfunkcyjnych związkach, a kobieta jest odpowiedzialna za siebie i swoje dzieci, jeśli takie istnieją. Skutki bycia świadkiem przemocy ze strony dzieci mają ogromne znaczenie i mogą powodować długotrwałe szkody. Chłopcy w związkach z przemocą są bardziej narażeni na to, że sami staną się agresywni, a dziewczęta częściej staną się ofiarami. Pobyt ze względu na dzieci jest fałszywym i niebezpiecznym przekonaniem. Kobieta będzie potrzebowała pomocy i wsparcia w opuszczeniu związku i nierzadko zdarza się, że jest prześladowana, zastraszana i zastraszana przez swojego partnera. Jeśli policja i profesjonaliści są świadomi implikacji zespołu Aspergera, będą mogli okazać kobiecie więcej współczucia i wsparcia. Jeśli para jest w związku małżeńskim i rozwód staje się rzeczywistością, problemy, jakie może to stwarzać, również mogą być bardzo trudne do rozwiązania. Lynn Henderson i Nicole Hackett, obie adwokatki, opublikowały ostatnio artykuł, w którym zwracają uwagę na niektóre problemy w sprawie rozwodowej, gdy jeden z partnerów ma zespół Aspergera. W artykule „Zespół Aspergera w kontaktach z dziećmi” stwierdzono, że w ostatnich latach coraz częściej porusza się problem zespołu Aspergera. Podkreśla, jak ważne jest, aby profesjonaliści byli świadomi tego zaburzenia i wiedzieli, jak sobie z nim radzić, jeśli się pojawi. Autorki omawiają podobieństwo problemów zgłaszanych przez kobiety, z którymi rozmawiały. Podano przykłady dziwacznych i niebezpiecznych zachowań oraz implikacji, jakie może to mieć dla rozwodu, opieki nad dziećmi i wpływu na kobiety. Jednym z powtarzających się problemów, o których mówiły kobiety, były manipulacje w ich samochodzie i uczynienie go niebezpiecznym. Znalazłem tego przykłady w moich własnych badaniach i podkreśliłem znaczenie świadomości. Problemy te mogą wystąpić podczas sprawy rozwodowej, niezależnie od tego, czy partner otrzymał diagnozę zespołu Aspergera. Największą różnicą, jaką diagnoza wnosi do sprawy rozwodowej, jest to, że kobieta uwierzy,

gdy opisz niektóre z dziwacznych, a czasem niepokojących zachowań męża wobec niej. Należy mieć nadzieję, że zaangażowani profesjonaliści zwiększą swoją własną świadomość stanu, a następnie będą w stanie radzić sobie z pojawiającymi się sprawami w bardziej odpowiedni i konstruktywny sposób. Świadomość partnera z zespołem Aspergera jest niezbędnym składnikiem, jeśli związek ma przetrwać na poziomie, który nie jest nadużyciem ani najeżony problemami. Wraz ze wzrostem świadomości na temat zespołu Aspergera rośnie również świadomość w sektorze zawodowym. Zapotrzebowanie na diagnozę osób dorosłych rośnie, a potrzeba specjalizacji psychologów i psychiatrów w tej dziedzinie staje się oczywista. Jednak przed nami jeszcze długa droga.

Kluczowe punkty

- ° Jeśli para nie jest świadoma ZA, prawdopodobne jest, że partner NT będzie obwiniany za większość problemów w związku.
- ° Niektórzy AS mężczyźni zaprzeczają, że mają zespół Aspergera.
- ° Jeśli mężczyzna zaprzecza, że ma ZA, częściej dochodzi do wyzwisk i przemocy domowej.
- ° Świadomość istnienia zespołu Aspergera może pozwolić na zrozumienie problemów, z jakimi boryka się para.
- ° Osoby z ZA mogą różnić się sposobem oddziaływania na trzy podstawowe obszary.
- ° Wstępne badania pokazują skrajne różnice w parach, gdy mężczyzna jest świadomy i akceptuje, że ma ZA.
- ° Istnieje niewielka nadzieja na związki, gdy zespół Aspergera jest zaprzeczany lub tłumiony.
- ° Świadomość AS jest niezbędna, jeśli związek ma przetrwać w sposób funkcjonalny.
- ° Często dzięki diagnozie dziecka rodzice po raz pierwszy dowiadują się, że jedno z nich może być dotknięte zespołem Aspergera.

Diagnoza

Niemal wszyscy dorośli z zespołem Aspergera, z którymi rozmawiałem, czuli, że postawienie diagnozy i wiedza, że zespół Aspergera jest przyczyną problemów, których doświadczali, przyniosły im wielką ulgę. Zostało to wyrażone dość mocno i nie tylko jako korzyść dla nich jako jednostek, ale także dla ich partnerów. Wielu mężczyzn twierdziło, że teraz czują się lepiej rozumiani przez swoje partnerki i że ich partnerki są w stanie trochę wybaczyć czasy, w których mężczyźni się mylili. Większość kobiet z Nowego Testamentu czuła się o wiele bardziej zdolna do radzenia sobie, kiedy zrozumiały, co jest przyczyną trudności. Teraz wiedzieli, na czym polega problem i nie obwiniali się już ani nie czuli, że wariują. Teraz, kiedy lepiej go rozumiała, była w stanie zaakceptować fakt, że nie był samolubny i obojętny. Wcześniej w tekście mówiłem o tożsamości własnej i zespole Aspergera. Wielu AS-mężczyzn, z którymi rozmawiałem, wyrobiło sobie silną opinię na temat tego, kim są i jacy są. Wielu twierdziło, że ich partner oskarżył ich o samolubstwo i czuli, że to całkowita niesprawiedliwość. Z ich perspektywy bardzo starali się robić to, co najlepsze dla ich partnerów. Nie byli świadomi, co tak bardzo się mylili, a przed odkryciem zespołu Aspergera często obwiniano ich na ich partnera. Prawdopodobnie dlatego oboje partnerzy odczuwają ulgę, gdy dowiedzą się, że istnieje przyczyna trudności. To eksternalizuje odpowiedzialność z dala od jednostki. Pewien człowiek powiedział, że zespół Aspergera stał się straszylkiem, demonem; stał się odpowiedzialny za wszystkie problemy, jakie mieli teraz i w przeszłości. Często przychodzi jako ogromna ulga mieć powód i wieszak na winy. Książka Chrisa i Giseli Slater-Walkerów *An Asperger Marriage* dokładnie omawia temat diagnozy. Chris, u którego zdiagnozowano

zespół Aspergera, pisze, jak czuł, że odkrycie AS będzie miało pozytywny wpływ na ich związek: „Dałoby nam to podstawę do podjęcia właściwie ukierunkowanej próby wspólnego życia pełnego sensu. Ten sposób odczuwania podziela większość AS-mężczyzn, z którymi się zetknąłem. Mężczyzna, u którego zdiagnozowano chorobę, powiedział, że jego partnerka nie tylko może teraz zrozumieć, że nie chciał być okrutny ani niemiły, ale pomogło im to również zrozumieć, dlaczego nie zdawał sobie sprawy z bólu, który jej sprawiał. Nie był świadomy, że czuła się zraniona. Powiedział też, że diagnoza miała swoje wady i teraz czuł, że cały ciężar związku spoczywa na jego barkach. Nie mógł już winić jej, rodziny ani niczego innego; cokolwiek poszło nie tak, to jego wina, bo to on miał deficyt. To było dość smutne spostrzeżenie, a po przeczytaniu odpowiedzi jego żony było oczywiste, że nie miała pojęcia o tym, jak się czuł. To był temat, o którym z nią nie rozmawiał, ponieważ, jak powiedział, czuł, że znajduje się pod tak dużą presją, że wymagał wszystkiego, co miał, aby utrzymać wszystko pod kontrolą. Jego żona wyraziła skrajną samotność, jaką odczuwała, ponieważ jej zdystansowany i niekomunikatywny mąż nigdy nie podzielił się z nią żadnymi swoimi uczuciami. Całkowicie winiła za to zespół Aspergera i powiedziała, że myślała, że to po prostu dlatego, że on nie czuł. Jego relacja wykazała, że w rzeczywistości było to dalekie od prawdy; miał mnóstwo uczuć, bardzo smutnych i poczucie beznadziejności, którego z nią nie podzielał. W przypadku innych mężczyzn diagnoza dała im szansę na pracę nad poprawą niektórych aspektów ich samych, które teraz uznali za niewłaściwe, na przykład kontakt wzrokowy, nieprzerywanie i myślenie, zanim się odezwą. To, do czego wielu mężczyzn i kobiet z zespołem Aspergera było gotowych się posunąć, aby być bardziej akceptowanymi w społeczeństwie, było zaskakujące, a niektórzy bardzo ciężko pracowali nad poprawą kontaktu wzrokowego i pamiętaniem o patrzeniu bezpośrednio na kogoś podczas rozmowy z nimi. Musieli też zarobić. Odwracanie wzroku od czasu do czasu było w porządku, ale być zainteresowany dialogiem z innym, a także utrzymywanie kontaktu wzrokowego. Z drugiej strony Chris Slater-Walker (An AspergerMarriage) przyznał, że od czasu jego diagnozy niektóre cechy jego AS zdawały się zdegenerować i może to być spowodowane tym, że ma teraz wiarygodną wymówkę, by nie musieć uczestniczyć w zajęciach społecznych, które robił nie dbać. Niektórzy uważali, że umożliwiło im to znalezienie wsparcia; mogło to być za pośrednictwem National Autistic Society lub ze strony internetowej, takiej jak SPIRES, która oferuje doskonałe źródło pomocy i wsparcia dla osób z zespołem Aspergera i ich partnerów. Pewien mężczyzna powiedział, że diagnoza otworzyła mu wiele drzwi i teraz może dokonywać wyborów, co z tym zrobić. Umożliwiło mu to pracę nad różnymi strategiami i sposobami okazywania uczuć. Jego partner z Nowego Testamentu mógł zrozumieć, że okazywał jej miłość w aktywny sposób, na przykład robiąc jej śniadanie do łóżka w niedzielę i wykonując zadania, które mu zlecała. Chciał, żeby wiedziała, że mu na niej zależy, ale nie był w stanie jej tego zaoferować w emocjonalny sposób. Osiemdziesiąt sześć procent kobiet i mężczyzn z zespołem Aspergera odczuło, że ich relacje znacznie się poprawiły od czasu otrzymania diagnozy i poczuli się bardziej zrozumiani i zaakceptowani. Ulga, którą znaleźli, została wyrażona dość mocno. Niestety, czytając relacje ich NT, okazało się, że niektórzy z nich nie podzielali tego samego poczucia bycia zrozumianym. Chociaż diagnoza pozwoliła ich partnerom z ZA poczuć się bardziej lub lepiej zrozumianymi, oni sami nie czuli się przez nich bardziej zrozumiani. Główną korzyścią dla nich było to, że ich partner nie zawsze interpretował wszystko, co do niego mówili, jako krytykę i byli w stanie zaakceptować, że mogą mieć rację. Kobieta, której mąż otrzymał teraz diagnozę, przesłała mi poniższą relację. Jest bardzo poruszająca i jednoznaczna oraz dokładnie opisuje różnicę, jaką diagnoza może wprowadzić w niektórych związkach. Pomiąłem wszelkie informacje faktyczne, które mogłyby być identyfikujące, pokazuje to []. Mój mąż i ja zaczęliśmy chodzić do psychiatry pod koniec [] iw [] zdiagnozowano u niego zespół Aspergera . Byłem wtedy całkowicie zdesperowany i powiedziałem, że jeśli nie otrzymamy pomocy, nie będę już w stanie znieść życia w małżeństwie takim jak nasze. Z jego punktu widzenia nie uważał, żeby było coś złego. Po postawieniu diagnozy poczułam się doceniona i potwierdzona. Wyszedłem z długiego, ciemnego tunelu. Mam spokój, którego wcześniej nie miałam, a poczucie ulgi było ogromne. Dało mi to duży komfort. Nie

traciłem rozumu, coś było nie tak i to nie była moja wina. Moje uczucia były prawdziwe, prawdziwe i uzasadnione. Byłam normalną kobietą, której potrzeby emocjonalne, psychiczne i fizyczne nie zostały zaspokojone w małżeństwie, w którym czułam się jak w zamrażarce. Zauważyłam, że mój mąż jest zimny, pozbawiony emocji, obojętny, oderwany, pozornie uparty, obojętny i obojętny na moje potrzeby i uczucia. Samotność była nie do zniesienia. Nie był nawet towarzyszem. Wydawało się, że absolutnie nie ma pojęcia, o czym mówię, kiedy próbowałam z nim porozmawiać o emocjonalnej intymności i więzi lub potrzebach naszych dzieci lub mnie. Powiedział, że nie rozumie, o czym mówię. Czułam, że moje potrzeby były w rzeczywistości nieuzasadnionymi i nierealistycznymi oczekiwaniami. Doznałam okrutnego emocjonalnego znęcania się, zamierzonego lub nie, nie jest problemem, konsekwencją, rzeczywistość życia z kimś, kto ma zespół Aspergera, pozbawiła mnie tego, kim jestem. Mój mąż nie chciał moich emocji, moich uczuć, mojego ciała, moich myśli ani moich opinii, samej istoty tego, kim jestem jako osoba. Czułam się niekochana, niechciana, niepożądana, właściwie jemu nie było potrzebne wszystko, co czyni mnie kobietą, żoną i matką. Ból, udręka i rozpacz były czasami przytłaczające. To było niszczenie duszy. Nie był mną zainteresowany. Zapytałam go, dlaczego się ze mną ożenił, a on powtarzał, że to dlatego, że mnie kocha. Nic nie miało sensu. Odkryłem, że od diagnozy wszystko się ułożyło. Wszystkie lata bólu, udręki i rozpacz nabrały teraz sensu. Moja samoocena, poczucie własnej wartości i zaufanie do siebie ogromnie wzrosły. Moja dusza jest odnawiana. To naprawdę potwierdziło mnie jako człowieka i kobietę. Czuję, że mam wartość i że moje opinie są wartościowe. Odkryłam, że moja tożsamość wraca i nie wstydę się już swoich uczuć i emocji. Uczucie wstydu przed diagnozą było ogromne. Czułam się sprowadzona do roli mniejszej niż kobieta. Teraz czuję się wolny. Poznaj prawdę, a prawda cię wyzwoli i to z pewnością dotyczy mnie. Oplakiwałam i oplakiwałam swoje marzenia i oczekiwania dotyczące małżeństwa oraz brak emocjonalnej więzi z moim mężem, ale przynajmniej teraz czuję, że odzyskałam siebie. Czułem się pozbawiony tego, kim byłem jako osoba, a teraz czuję się nieco odnowiony i staję się silniejszy. Zdecydowałem się pozostać w tym małżeństwie, czeka mnie długa droga. Teraz wierzę mojemu mężowi, kiedy mówi, że mnie kocha. Wprawdzie wciąż muszę go o to zapytać, ale przynajmniej wiem i rozumiem, że teraz to robi. Włożyłem w to małżeństwo dużo miłości, czasu, wysiłku, bólu, rozpacz i udręki i postrzegam je jako inwestycję wymagającą siły umysłu i wielkiej odwagi. Mój mąż szanuje mnie i ma pozytywne cechy, które kocham i cenię. Nie może dłużej zaprzeczać, że był problem. To nie jest kwestia winy, ale raczej przetrwania. Przetrwanie mojego zdrowia psychicznego, małżeństwo, które ma już prawie [] lata i moja rodzina [] pięknych córek, [] zięciów i [] uroczych wnuków. Moje córki powiedziały mi, że nie winiłyby mnie, gdybym chciał rozwodu. Im też pomogła diagnoza zespołu Aspergera dotycząca mojego męża i ich ojca. Oni sami rozumieją teraz, że ich ojciec naprawdę ich kocha. Po prostu nie był w stanie tego pokazać ani odpowiedzieć na nie w sposób, jakiego potrzebowały, gdy dorastały. Teraz wiedzą, że są godni miłości i są bardziej pewni siebie. Szanują go, potrafią go zrozumieć i pokochać. Teraz wiemy, z czym mamy do czynienia. To wzmocniło całą naszą rodzinę. Jeśli chodzi o wpływ, jaki wywarł na mojego męża. Doświadczył depresji, kiedy zdał sobie sprawę, że w rzeczywistości nie jestem nierozsądny i ma zespół Aspergera. Powiedział, że źle się czuje z powodu tego, jak mnie potraktował, i ma nadzieję, że nie zrujnował mi życia. Wydawał się zaprzeczać wkrótce po postawieniu diagnozy i nie chciał o tym rozmawiać. Może musiał się cofnąć, żeby przyswoić sobie to, co się stało. Nadal trudno mu o tym mówić. Myślę, że on też był zły. Zajęło mu trochę czasu, zanim zdał sobie sprawę, że ludzie nie chcieli go dopaść, ale w rzeczywistości próbowali pomóc. Mam nadzieję, że wie, że jest naprawdę kochany, chciany i szanowany. Czasami ciężko się z nim rozmawia. Powiedziałem mu, żeby zaakceptował dobre strony AS i razem możemy pracować nad jego negatywną stroną. Myślę, że ulżyło mu, że pewne obszary jego życia miały wyjaśnienie. Podziwiam mojego męża za sposób, w jaki radzi sobie z pracą, chociaż, ponieważ ma trudności z komunikowaniem się i nie łąpie łatwo sygnałów społecznych, nie znam realiów sytuacji. Wiem jednak, że jest szanowany za swoją wiedzę i umiejętności. Teraz spotyka się również w porze lunchu z ludźmi, z którymi pracuje. Nie

poinformował ludzi w swoim miejscu pracy o diagnozie, ponieważ wiedza na temat zespołu Aspergera w tym kraju jest ograniczona. Piętno związane z autyzmem i brak świadomości jego prawdziwej natury w naszym społeczeństwie jest co najmniej zniechęcające. Myślę, że oczekivalibyśmy zbyt wiele od ludzi, aby wiedzieli, jak sobie z tym poradzić w sposób, który nie wpłynąłby na sposób, w jaki myślą o moim mężu lub go traktują. Wpłynęłoby to na jego wiarygodność, podważyłoby jego autorytet i przysporzyłoby mu niepotrzebny ból serca. Ostatecznie wpłynęłoby to na jego zdolności i zadziałało w szkodliwy sposób. Nie chcę widzieć go ranionego, upokarzanego czy traktowanego protekcjonalnie z powodu ignorancji i braku zrozumienia dla zespołu Aspergera. Zasluguje na szacunek i szacunek. Nasze małżeństwo zawsze miało dla niego bardzo niski priorytet, podobnie jak nasz związek, ale teraz został skonfrontowany z prawdą, że czyni więcej wysiłków w tym względzie. Mam wielką nadzieję. Teraz wiem, że mnie kocha i to sprawia, że warto. Wydaje się być bardziej troskliwy i wyrozumiały w stosunku do mnie i zdecydowanie czuję ciepło, którego nigdy mi nie okazywał. Nadal czuje się zagrożony, gdy stawia się mu emocjonalne wymagania, ale myślę, że teraz bardziej rozumie, co się dzieje. Ta kobieta odniosła bezpośrednią korzyść z diagnozy jej męża i często tak jest, gdy partner z ZA otrzymuje i akceptuje diagnozę. Nadal będzie mu trudno zrozumieć emocjonalne potrzeby swojej partnerki, ale ona przynajmniej będzie w stanie to pogodzić, mając „wieszaka”, na którego można zrzucić winę – zespół Aspergera. Trzech mężczyzn z ZA w moim badaniu uważało, że diagnoza przyszła za późno, a ich związki już się rozpadły, ponieważ żaden z partnerów nie wiedział ani nie rozumiał, co jest przyczyną ich problemów. Wyrażono w związku z tym zarówno wyrzuty sumienia, jak i żal, a mężczyźni czuli się bardzo zasmuceni, że ich stan nie został rozpoznany przez jednego z wielu specjalistów, do których udali się po pomoc, takich jak lekarze, doradcy lub psychoterapeuci. Podkreśla to znaczenie świadomości i potrzebę zrozumienia przez profesjonalistów złożoności tego zespołu. Wielu mężczyzn i kobiet, z którymi rozmawiałam, mówiło o poczuciu bycia innym, wyobcowanym, odrzuconym przez społeczeństwo. Pewien mężczyzna powiedział, że gdyby wiedział, że ma zespół Aspergera, jego partnerka i on mogliby zostać skierowani na właściwą drogę i znaleźć sposoby na zrehabilitowanie tego, czego w związku brakowało i co było przyczyną ich problemów. Największym problemem, jak powiedział, było to, że rozpoznali to za późno, a jego żona już wyjechała. Ten związek był pod dużym stresem, co z pewnością odbiło się na obojgu partnerach. Stres w każdym związku może powodować problemy psychiczne i fizyczne, a w następnym rozdziale przyjrę się skutkom zespołu Aspergera.

Kluczowe punkty

- ° Większość kobiet z NT czuje się bardziej zdolna do radzenia sobie po diagnozie partnera.
- ° Pewien mężczyzna z AS czuł, że oznacza to, że związek zależy teraz od niego i nie może już obwiniać innych.
- ° Większość AS mężczyzn i kobiet twierdzi, że diagnoza pomogła im zarówno zrozumieć, jak i spróbować poprawić związek.
- ° Jedna kobieta opisała różnicę, jaką diagnostyka wniosła do jej związku.
- ° Kilku mężczyzn AS twierdzi, że dla nich diagnoza przyszła za późno.

Zdrowie psychiczne i fizyczne a zespół Aspergera

Dwie trzecie mężczyzn biorących udział w moim badaniu uważało, że ich zdrowie psychiczne ucierpiało w wyniku pozostawania w związku i posiadania zespołu Aspergera. Czterdzieści procent wymieniło depresję jako główny problem zdrowia psychicznego spowodowany stresem, jaki stworzył dla nich związek. Tony Attwood w swojej książce Zespół Aspergera: przewodnik dla rodziców i profesjonalistów

opisuje, jak depresja może pojawić się w okresie dojrzewania. Opisuje to jako czas, kiedy nastolatek z ZA, mimo że jest zdolny intelektualnie, często może stać się celem dokuczania, gdy próbuje nawiązać przyjaźnię. Inne dzieci szybko wyczuwają, że nie radzi sobie społecznie i mogą identyfikować go jako dziwaka lub innego, więc może mieć trudności z akceptacją przez rówieśników. Nastolatek z ZA chce i potrzebuje być lubiany i akceptowany, to odrzucenie może spowodować, że poczuje się odcięty i może wpaść w depresję. Wydaje się, że im bardziej się stara, tym bardziej jest odrzucany i tym bardziej czuje się przygnębiony. Jest to bardzo podobne do tego, co dzieje się, gdy osoba dorosła z ZA tworzy intymny związek z inną osobą i mieszka z wybranym przez siebie partnerem. Ponieważ w okresie dojrzewania osoba dorosła z ZA przechodzi okres przejściowy i zmian, to właśnie te czasy mogą być najbardziej stresujące dla osoby z ZA. Ta sama potrzeba bycia lubianym i odniesienia sukcesu jest nadal widoczna, a wielu AS-mężczyzn stwierdziło, że czuli, że bez względu na to, jak bardzo starali się zrobić właściwą rzecz, ponieśli porażkę. Niektórzy mówili o tym, że nie sprostali oczekiwaniom partnera, inni mówili, że czują się nieadekwatni i pesymistycznie nastawieni do związku. Większość mężczyzn odczuwała autentyczną potrzebę bycia lubianym i aprobowanym, ale utrudniały to trudności, jakie w związkach stwarza zespół Aspergera. Wielu wkrótce przekonało się, że ich wysiłki, by zdobyć aprobatę partnera, często kończyły się niepowodzeniem i zamiast tego spotykały się ze smutkiem, złością i frustracją. Wywołało to stres i niepokój u wielu mężczyzn, a rezultatem często była depresja. Dwóch mężczyzn stwierdziło, że wierzą, że ich depresja była bezpośrednim skutkiem tego, jak reagowali na nich ich partnerzy, zwłaszcza jeśli reakcją była złość lub krzyki. Czuli się krytykowani i prześladowani, w wyniku czego popadli w depresję i samotność. Chociaż mężczyźni z ZA dość często wskazywali na depresję, piętnaście procent z nich nadal uważało, że związek jest tego wart w porównaniu z samotnością, jaką odczuwali wcześniej. Rozmawiali o tęsknocie za byciem akceptowanym i potrzebnym. Czuli, że bez względu na to, jak przygnębieni mogą się teraz czuć, było to o wiele lepsze niż to, co czuli, gdy byli sami i martwili się, że nigdy nie znajdą partnera. Te intensywne i szczere uczucia związane z potrzebą bycia chcianym, lubianym i aprobowanym prawdopodobnie odnoszą się do czasów, gdy mężczyźni byli w szkole oraz odrzucenia i samotności, które często odczuwali w tym okresie swojego życia. Pewien mężczyzna opowiadał o swoim życiu jako nastolatka w szkole. Był bardzo wysoki i był celem wielu wyzwick; był dotkliwie prześladowany. Pomimo swojego wzrostu nigdy nie brał odwetu, a szkolni prześladowcy szybko zdali sobie sprawę, że nie mają się czego obawiać z jego strony. Tak bardzo bał się swoich prześladowców, że obiady spędzał chowając się w toaletach i jedząc kanapki w ciszy i strachu. Czasami kelnerki go odkrywały i będąc całkowicie nieświadomym tego, co się dzieje, wysyłały go na plac zabaw, gdzie dostawał kolejne słowne lub fizyczne pobicie. Księgowość. Zanim tam przybył, zdecydował, że będzie inny i próbował odgrywać swoje życie jak popularny szkolny klaun, który zamienił jego życie w nieszczęście w szkole średniej. Starał się zachowywać zblazowany i opowiadać dowcipy, z których większość niestety obrażała ludzi. Bardzo szybko zaczął go unikać i ignorować. Kryzys w końcu nadszedł, gdy stał się celem okrutnego żartu dziewczyny, którą lubił, kiedy zgodziła się spotkać z nim na randkę. Wyszła z nim do drogiej restauracji, zgadzając się zapłacić połowę rachunku.

Po posiłku wymknęła się tylnym wyjściem, zostawiając go na pokrycie kosztów. Był tylko studentem i nie miał przy sobie wystarczającej ilości pieniędzy, aby to pokryć. Scena, jaką wywołało to w restauracji, była dla niego dość traumatyczna, a jego uczucie niepokoju i niepokoju wzrosło, gdy odkrył, że mówi wszystkim, że jest gejem. To wszystko okazało się dla niego zbyt trudne, w wyniku czego stał się wycofany i paranoiczny. Wkrótce potem doznał całkowitego załamania, trafił do szpitala psychiatrycznego i musiał opuścić uniwersytet, rezygnując z dyplomu. Później stworzył stosunkowo dobre relacje z kimś, kto bardzo się o niego troszczył. Jego nowy partner rozumiał zespół Aspergera i oboje bardzo się starali, aby wszystko działało. Nadal niestety zachował resztki przeszłości i czasami błędnie interpretował to, co mówiła, jako poniżenie, w odwecie poniżając ją. To sprawiło, że była bardzo nieszczęśliwa i powiedziała mu, jak się przy nim czuła. W rezultacie popadł w depresję, opisując

siebie jako beznadziejną porażkę, która nie może uszczęśliwić swojej partnerki. Przepisano mu antydepresanty i polecono mi poradnictwo. Kiedy poczuł się gotowy, mogliśmy powoli pracować nad poprawą relacji i poczucia własnej wartości obojga partnerów. Innym obszarem, który może powodować wysoki poziom stresu, jest potrzeba ścisłej i uporządkowanej rutyny, a problemy, które mogą powodować w związku, zostały wyrażone przez mężczyznę z ZA po czterdziestce. Twierdził, że jego stres był spowodowany frustracją, gdy próbował nakłonić partnera do przestrzegania wymaganych przez niego procedur. Uważał, że aktywnie robiła wszystko, co w jej mocy, aby zakłócić jego rutynę i utrudnić mu życie. Moje badania wykazały, że chociaż większość mężczyzn obwiniła się za nieszczęście swoich partnerek i uważała, że zawiedli swoje partnerki, często w tym samym czasie obwiniali swoje partnerki za sposób, w jaki czuli się przygnębieni i nie wydawali się widzieć dwojga łączyły się czynniki. Wiele kobiet z NT twierdziło również, że doświadczyły skrajnego stresu, depresji, a dwie z nich powiedziały, że rozważały samobójstwo. Twierdzili, że był to bezpośredni skutek ich relacji z partnerem. Uważali, że ich zdrowie psychiczne poprawiło się, odkąd odkryli, że ich partnerzy mają zespół Aspergera. Poprawa ta została zwiększona dzięki lepszemu i głębszemu zrozumieniu tego, za co AS był, a za co nie był odpowiedzialny. Jedną z rzeczy, które ujawniły się w badaniach, było to, jak mało mężczyźni rozumieli stan psychiczny swoich partnerek i powody, dla których czuły się przygnębione lub przygnębione. Ten brak empatii oznaczał, że nie wiedziały, jak interpretować lub reagować na niepokój swoich partnerów. Jeśli kobieta z NT stała się emocjonalna lub przygnębiona, jej partner z ZA może to zinterpretować jako formę manipulacji, próbując sprawić, by poczuł się źle lub odpowiedzialny. Partner z ZA miał trudności z zaakceptowaniem faktu, że nie musi być logicznego powodu do zdenerwowania i nie zawsze była to forma manipulacji. Niektórzy mężczyźni reagowali na łzy swoich partnerek całkowitym brakiem reakcji; zdystansowali się, po prostu nie mając pojęcia, co robić. Inni mogą zareagować gniewem lub pogardą, starając się powstrzymać płacz swoich partnerek. Kiedy jedna kobieta płakała w gabinecie, ponieważ pokłóciła się z córką i padły między nimi ostre słowa, jej mąż całkowicie ją zignorował. Zapytałem go, dlaczego tylko patrzył przed siebie i nie oferował jej żadnego pocieszenia ani współczucia. – Ona tego nie chce! – powiedział. „Jeśli spróbuję się do niej zbliżyć, po prostu mnie odrzuci”. Zapytałem go, dlaczego sądzi, że to robi. Powiedział: „Bo jeśli płacze, to znaczy, że zrobiłem coś złego i bezpieczniej jest nic nie mówić”. Wyjaśniłem, że płacze z powodu tego, co stało się z ich córką i może potrzebować wsparcia, które pomoże jej poczuć się lepiej. Pochylił się w jej stronę i szybko dotknął jej dłoni, po czym się cofnął, była to czynność bez żadnego afektywnego pokazu. Kompletnie nie wiedział, co robić i pamiętał tylko chwile, kiedy była zdenerwowana czymś, co zrobił. Dorosły z zespołem Aspergera ma ogromne problemy z interpretacją znaczenia znaków niewerbalnych, zrozumieniem ekspresji emocjonalnej i wiedzą, jak na nią zareagować. Nie wie, co powiedzieć lub zrobić w sytuacji emocjonalnej, więc często nie robi nic lub próbuje wykonać praktyczną czynność, taką jak czyszczenie samochodu swojej partnerki lub zrobienie jej herbaty. Próbuje pokazać, że mu zależy w praktyczny i bardziej obiektywny sposób. Uważa to za o wiele łatwiejsze niż zastanawianie się, co powinien zrobić, aby ją wesprzeć emocjonalnie. Większość kobiet z zespołem Aspergera mówiła o frustracji i złości, jakie powodował u nich bycie w związku, a jedna trzecia twierdziła, że uważała, iż wpędza je to w depresję. Depresja to często złość zwrócona do wewnątrz, a wiele kobiet z ZA, z którymi rozmawiałam, było w stanie wyrazić i pokazać swój gniew o wiele łatwiej niż mężczyźni z ZA. Może to wyjaśniać różnicę między płciami, którą odkryłem w depresji u dorosłych z ZA – depresja była o dziesięć procent wyższa u mężczyzn z ZA niż u kobiet z ZA. Mężczyźni z AS byli znacznie bardziej skłonni do internalizacji złości, jaką odczuwali wobec swoich partnerek niż kobiety z AS. Jednak nie wszyscy mężczyźni w moich badaniach czuli, że związek miał na nich negatywny wpływ. Jedna trzecia mężczyzn, z którymi się skontaktowałem, miała odmienne zdanie na temat swojego zdrowia psychicznego i fizycznego i stwierdziła, że oboje czują, że znacznie się poprawili, odkąd byli w związku. Podali różne powody odczuwanej poprawy. Pewien mężczyzna powiedział, że dzięki profesji jego partnerki była w stanie nauczyć go sposobów na pozbycie się stresu, lepsze odżywianie i ćwiczenia. Inny powiedział, że

jego żona masowała mu czoło, kiedy był zestresowany, a on zamykał oczy. Powiedział, że pomogło mu to się zrelaksować. Niektóre z nich stwierdziły, że czują się lepiej po prostu dlatego, że są w związku i nie są już same. Ogólnie rzecz biorąc, wydawało się, że większość mężczyzn potrzebowała i wolała być w związku, a to nie zawsze zależało od tego, jak szczęśliwy był ten związek. Ważnym czynnikiem wydawało się bycie w związku. Niektórzy całkowicie odrzuciliby fakt, że oboje partnerzy byli rozpaczliwie nieszczęśliwi, o ile związek był utrzymywany. Rozmawiałem z parą, która borykała się ze związkiem, który całkowicie się rozpadł. Żył swoim życiem całkowicie z dala od niej, nie angażowałby jej w nic, co robił, spędzał wiele godzin w pracy, trzymał ją z dala od swojego życia biznesowego i nigdy jej nie zabierał. Żyła bardzo samotnie, a on uprawiał z nią seks tylko po to, by mieć dzieci, poza tym nigdy jej nie dotykał fizycznie. Nie rozmawiał z nią, a kiedy był w domu, po prostu zamykał się w swojej bibliotece. Problemy stały się nie do zniesienia, a kobieta nie radziła sobie już z samotnością. Mieli dwoje dzieci; drugie dziecko zmarło na zapalenie opon mózgowych, gdy miał sześć miesięcy. U jej najstarszej dziewczynki zdiagnozowano spektrum autyzmu. Jej mąż postanowił uzupełnić rodzinę; mieli mieć kolejne dziecko i miał nadzieję, że to będzie chłopiec. Odmówił uprawiania z nim seksu i powiedziała, że nie może dłużej z nim mieszkać w jego warunkach. Jej groźby rozwodu sprowokowały go do szukania pomocy u poradni. Zasugerowano mu, kiedy zdiagnozowano u jego córki, że on również cierpi na zespół Aspergera i chociaż się z tym zgodził, nie pozwolił żonie o tym rozmawiać, ponieważ wierzył, że użyje tego jako broni, by go osłabić. Dość stanowczo stwierdził, że nie wierzy, by rozmowa z nieznanym pomogła, ale gdyby przekonała jego żonę, że powinna mieć kolejne dziecko i zostać z nim, to był gotów przyjść na terapię. Miał nadzieję, że to pomoże jej rozwiązać problemy i powstrzymać ciągłą krytykę go tylko dlatego, że chciał utrzymać rodzinę razem. Ten człowiek nie widział otaczającej go nędzy; wszystko, na czym mógł się skupić, to rodzina, którą próbował stworzyć, i znaczenie jej utrzymania. Był też bardzo nieszczęśliwy, a ponieważ obwinił swoją żonę za swoje nieszczęście, próbował rozwiązać ten problem, trzymając się od niej z daleka i nie dopuszczając jej do swojego życia. Nie mógł zrozumieć, że to jego odległość czyni ją tak nieszczęśliwą, jego potrzeba rodziny była wszystkim, na czym się skupiał i była dla niego o wiele ważniejsza niż jego czy jej szczęście. Podczas pracy z takimi przypadkami, bardzo ważne jest, aby spróbować zmienić kierunek skupienia AS-mana, ale czasami może to być bardzo trudne. W takim przypadku czasami lepiej jest, aby kobieta zastanowiła się, czy związek jest wart nieszczęścia, jakie jej powoduje, zwłaszcza jeśli on nie jest przygotowany na zaakceptowanie problemów, jakie powoduje AS w związku. Mężczyźni z zespołem Aspergera w moich badaniach zostali również zapytani, czy uważają, że zespół Aspergera i bycie w związku sprawiało im jakieś problemy fizyczne. Piętnaście procent odpowiedziało, że czuło, że stres, jaki to wywołało, miał bezpośredni wpływ na ich sprawność seksualną. Dwóch twierdziło również, że spowodowało to, że przytyli i nie czuli się już szczęśliwi ze sobą. Seks jest często pierwszą rzeczą, która cierpi w związku, jeśli między parą pojawia się stres i złość. Problemy między partnerami mogą powodować, że partner z zespołem Aspergera czuje się pod presją, a ze względu na częsty gniew, jaki żywi, stres wpływa na jego popęd seksualny i wydajność.

Kobiety z ZA w moich badaniach uważały, że posiadanie ZA i bycie w związku miało poważny i szkodliwy wpływ na ich zdrowie psychiczne lub fizyczne. Wszyscy twierdzili, że czasami czują się bardzo zestresowani i niespokojni w wyniku związku. Pojawiły się również twierdzenia o różnych problemach zdrowotnych, które ich zdaniem były tego konsekwencją. Te dolegliwości obejmowały utratę wagi, wysokie ciśnienie krwi i kołatanie serca. Kobiety z AS wydawały się o wiele bardziej świadome i zaniepokojone problemami i komplikacjami w związku niż mężczyźni z AS. Szukałoby sposobów rozwiązania tych problemów i byłoby gorzko rozczarowani, gdyby im się nie udało. Wszystkie kobiety z ZA w moich badaniach żyły z mężczyznami ze spektrum autyzmu. Ponościły dużą odpowiedzialność za związek w bardzo podobny sposób jak kobiety z Nowego Testamentu, z którymi się kontaktowałam. Wszystkie kobiety NT będące w związkach stwierdziły, że ich zdrowie psychiczne, a czasami fizyczne,

ucierpiał w wyniku bycia w związku z mężczyzną z ZA. Wiele NWomen brało lub brało antydepresanty; zgłaszali, że czują się wyczerpani, sfrustrowani, zdesperowani i samotni, a wielu myślało, że zwariowali. Dla niektórych zmieniło się to, gdy ich partnerzy zostali zdiagnozowani lub dowiedzieli się, co jest przyczyną problemu. Po uświadomieniu sobie, że trudności wynikały z zespołu Aspergera i nie były odpowiedzialne za brak reakcji emocjonalnej i wkładu partnera w związek, poczuli, że mogą zacząć budować poczucie własnej wartości. Kiedy zrozumieli, że ich partner z ZA po prostu nie może zapewnić żadnego wsparcia emocjonalnego, a raczej nie, sytuacja zaczęła się poprawiać. Syndrom może mieć pozytywny wpływ na związek pary, a jeśli zwrócona zostanie pomoc i wzrośnie świadomość i zrozumienie zespołu, wiele problemów psychicznych i fizycznych może zostać złagodzonych u obojga partnerów. Wiele par, które są nieszczęśliwe lub zaniepokojone swoim związkiem, zwraca się do agencji doradczych o pomoc i wsparcie. Wiele par dotkniętych ZA w pewnym momencie podróżuje tą drogą, samotnie lub razem. W następnym rozdziale przyjrzymy się результатам niektórych podróży, które odbyli.

Kluczowe punkty

- ° Większość mężczyzn z zespołem Aspergera uważa, że ich zdrowie psychiczne cierpi na skutek bycia w związku i posiadania zespołu Aspergera.
- ° Wielu mężczyzn AS twierdzi, że w pewnym momencie cierpieli na depresję.
- ° Wielu AS mężczyzn uważa, że ich zdrowie psychiczne poprawiło się od czasu bycia w związku.
- ° Wielu AS-mężczyzn twierdzi, że mimo problemów woleli być w związku niż samotnie.
- ° Stres może być spowodowany próbą utrzymania sztywnej rutyny, jak to często robią dorośli AS.
- ° Wielu partnerów NT twierdzi, że cierpią na skrajny stres i depresję.
- ° Wiele kobiet AS powiedziało, że ten związek sprawił jej w depresję.
- ° Wielu mężczyzn AS stwierdziło, że ich zdrowie psychiczne i fizyczne poprawiło się od czasu rozpoczęcia związku.
- ° Wielu mężczyzn z ZA twierdzi, że na ich sprawność seksualną wpłynął związek i posiadanie AS.
- ° AS kobiety mówią, że ich zdrowie fizyczne cierpi z powodu ich związku.
- ° Niektóre pary uważają, że ich zdrowie poprawiło się od czasu rozpoznania ZA.

Poradnictwo i Zespół Aspergera

Siedemdziesiąt pięć procent par, z którymi się kontaktowałam, korzystało kiedyś z poradnictwa dla par. Niektórzy wracali do poradnictwa przy wielu okazjach i wydali ogromne sumy pieniędzy, próbując znaleźć pomoc potrzebną do znalezienia rozwiązania ich problemów w związku. Niestety, w przypadku większości z tych par poradnictwo nie przyniosło rezultatu, a sześćdziesiąt procent pozostało z poczuciem całkowitego niezadowolenia: dla niektórych związek był w gorszym stanie niż przedtem. Główną tego przyczyną jest brak świadomości. Jeśli doradca i para nie byli świadomi obecności zespołu Aspergera i nie rozumieli mechaniki ZA oraz problemów, jakie powoduje w związku, poradnictwo zwykle kończyło się niepowodzeniem. Na przykład, jeśli doradca nie jest świadomy, że mężczyzna jest dotknięty zespołem Aspergera, to nie będzie miał jasnej i prawdziwej perspektywy pary przed nią (dla wygody zakładam, że doradca jest kobietą). Na przykład mężczyzna AS może zachowywać się najlepiej, jak potrafi. Może sprawiać wrażenie bardzo łagodnego i grzecznego, mówiąc jej cichym głosem, że robi wszystko, co w jego mocy, aby uszczęśliwić żonę, że wykonuje za nią wszystkie prace i oddaje jej swoją

pensję, a ona jedynie go krytykuje. Doradca może zinterpretować jego brak kontaktu wzrokowego jako niską samoocenę lub nieśmiałość, a jego chłopięca i niemal nieśmiała postawa może ją wzruszyć. Z drugiej strony kobieta NT może wydawać się neurotyczna, narzekająca, sfrustrowana, wymagająca i zła. Będzie zdesperowana, by powiedzieć doradcy, jak się czuje i co robi z nią ten związek. Doradca może wkrótce zostać wciągnięty w rolę jego wybawcy. Pewna para udała się do doradcy w sprawie swoich problemów z komunikacją i odmowy mężczyzny na jakikolwiek kontakt fizyczny i seksualny ze swoją partnerką. Byli razem przez dziesięć lat, a związek pogorszył się, odkąd stracił pracę. Kobieta była bardzo sfrustrowana i opowiedziała doradcy, jak trudno było z nim żyć i jak otrzymała absolutne minimum ze związku. Po wysłuchaniu doradca zapytał następnie męża o jego perspektywę, a on odpowiedział, że czuje, że bardzo przyczynił się do związku i ewidentnie się nie udało. Następnie dodał, że jego żona jest nieszczęśliwa, ponieważ nie stać go na zabranie ich na wakacje za granicę. Kobieta bardzo się zdenerwowała tym stwierdzeniem i powiedziała, że zapłaciła już za ich wyjazd. Doradca zapytał, dlaczego kobieta jest taka zła. – Jak myślisz, dlaczego jestem taka zła? – prawie krzyknęła. „On po prostu nigdy nie może zrozumieć mojego punktu widzenia, naprawdę myślę, że zwariuję!” Na to doradca powiedział: „Jeśli sytuacja jest tak nie do utrzymania, dlaczego z nim zostałeś?” Wpływ tego pytania był negatywny i szkodliwy dla obojga partnerów i nie wracali do poradnictwa. Kobieta czuła, że jej nie uwierzono i że doradca stanął po stronie jej męża. Słyszałem wiele kontrproduktywnych komentarzy doradców, którzy po prostu nie rozumieli kwestii dotyczących pary, w której zespół Aspergera był częścią równania i zostali całkowicie wprowadzeni w błąd przez niejednoznaczne objawy, jakie może dawać ten zespół. Jedna kobieta przypomniała sobie, jak doradca zapytał ją, czy jest gejem, ponieważ wydawała się mieć taki problem z radzeniem sobie z normalnym męskim zachowaniem. Poradnictwo może być bardzo szkodliwe dla związku, jeśli zespół Aspergera jest interpretowany jako „normalne” męskie zachowanie. Różnica między zespołem Aspergera a zachowaniem mężczyzn NT polega na tym, że mężczyźni NT mają wybór sposobu, w jaki się zachowują; mogą wybrać rozmowę ze swoimi partnerkami lub wspierać ich emocjonalnie. Mężczyźni z zespołem Aspergera nie mają takiego wyboru; nie mają możliwości poznania, czego się od nich wymaga. Jeśli doradca nie uzna tej różnicy w partnerze kobiety, kobieta może czuć się niesłyszana i niewierzona. Poczucie się tak, jakby doradca właśnie wzmocnił zachowanie mężczyzny z zespołem Aspergera w stosunku do swojej partnerki, a teraz partner NT nigdy nie będzie w stanie sprawić, by dostrzegł rolę, jaką odgrywa w problemach w związku. Jeśli doradca wymaga od mężczyzny z ZA, aby częściej się komunikował i mówił o swoich uczuciach, może czuć się zmuszony do podjęcia dialogu, który uzna za niezwykle trudny. Jednemu mężczyźnie powiedziano, że musi codziennie spędzać pięć minut na rozmowie z żoną o swoich emocjach. Nie mógł tego zrobić, ponieważ nie miał pojęcia, o czym ma mówić, a już na pewno nie miał pojęcia, czym jest emocjonalna rozmowa. Nie mógł wykonać zadania, a doradca zapytał go, dlaczego nie może mówić o swoich emocjach. – Nie wiem – odpowiedział szczerze. „Cóż, może mógłbyś się nad tym zastanowić i porozmawiamy o tym w przyszłym tygodniu” – powiedział mu doradca. Czuł się tym bardzo zaniepokojony i pod presją; żona ciągle nakłaniała go do zastanowienia się nad tym, co ma zamiar powiedzieć. Kiedy przyszło do kolejnej sesji, nie pojawił się i jego żona musiała iść sama. Wyłączył komórkę i nie mogła się z nim skontaktować. Nie wrócił do poradnictwa, co było smutne, ponieważ początkowo chciał spróbować. Dopiero gdy okazało się, że ma zespół Aspergera, wrócili do wspólnych konsultacji. Spotkali się z doradcą, który rozumiał zespół Aspergera i był w stanie przydzielić im obojgu bardziej odpowiednie zadania do ćwiczenia. Jedna kobieta z ZA czuła się bardzo zawiedziona usługami doradczymi i psychoterapeutycznymi, z którymi miała kontakt. Spędziła trzy lata na psychoterapii u psychoterapeuty, który nie rozpoznał u niej zespołu Aspergera. W tym czasie została poddana bardzo głębokiej i emocjonalnej pracy. Została zmuszona do przeanalizowania siebie i swoich emocji. Bardzo się złościła na psychoterapeutę i była przesłuchiwana w związku z tą złością. Psychoterapeuta uznał, że złość musi wynikać z tego, że kobieta tłumiała swój głęboki strach przed odrzuceniem. Klientce powiedziano, że było to związane z jej dzieciństwem i tym,

że jej ojciec był bardzo zdystansowany. Jej daleki ojciec nie przeszkadzał jej w przeszłości, ale teraz musiała o tym pomyśleć. Miała wtedy problemy z własnymi dziećmi i czuła, że psychoterapeuta sugerował jej, że jest złą matką z powodu trudności w okazywaniu czułości dzieciom. Stres i niepokój, które odczuwała, narastały i utrwały się; obwiniła siebie za wszystko, co się wokół niej działo. Wkrótce pogrążyła się w bardzo głębokiej depresji spowodowanej próbami stłumienia gniewu, który odczuwała. Pewnej nocy sięgnęła dna, próbowała popełnić samobójstwo i trafiła do szpitala psychiatrycznego po załamaniu nerwowym. Miała to szczęście, że podczas pobytu w szpitalu jej psycholog rozpoznał u niej zespół Aspergera. Rezultatem jest to, że teraz ona i jej rodzina pracują razem nad problemami obecnymi w związku w bardziej konstruktywny sposób ze zrozumieniem syndromu. Nie mogę wystarczająco podkreślić szkód, jakie mogą powstać w poradnictwie, jeśli nie ma świadomości tego syndromu. Ma to ogromne znaczenie, jeśli poradnictwo przyniesie korzyści parze. Większość par, z którymi się kontaktowałem i które korzystały z poradnictwa w przeszłości, określiło to jako bardzo negatywne i bezproduktywne doświadczenie. W prawie wszystkich tych przypadkach ani doradca (lub psychoterapeuta), ani para nie wiedzieli o obecności zespołu Aspergera. Informacje zwrotne, które otrzymałem na temat poradnictwa, nie były całkowicie negatywne, ale trzydzieści jeden procent pozytywnych raportów pochodziło od AS mężczyzn, a nie od ich partnerek. Pewien mężczyzna był zadowolony, że poradnictwo zdawało się oferować mu bezpieczne miejsce do rozmowy i cieszył się neutralnością, jaką oferowało poradnictwo. Inny powiedział, że poradnictwo pomogło mu wyjaśnić żonie niektóre z jego samotnych zachowań. Doradca zdecydował, że jego problemy wynikają z tego, że jest jedynakiem. Choć nie to było podstawową przyczyną jego trudności, a fakt, że ma zespół Aspergera nie został rozpoznany podczas poradnictwa, to jednak tłumaczył brak intymności w związku. To pomogło, powiedział, ale nie zaoferowało im żadnych długoterminowych rozwiązań. Po zakończeniu poradnictwa problemy pozostały takie same; nic się nie zmieniło, poza tym, że lepiej rozumiał wpływ, jaki może mieć bycie jedynakiem. Niektóre kobiety z NT odczuły ulgę, mogąc wyrazić swoje obawy komuś innemu, a samo empatia była dla nich ulgą. Niektórzy z mężczyzn AS powiedzieli, że podobała im się uwaga i czas, jaki dał im doradca. Uważali, że doradca kontrolował równość uczestnictwa pary, a jeden młody mężczyzna powiedział, że pozwala mu to mówić bez kończenie przez żonę rozmowy za niego. Jednak z innej strony, jeden mężczyzna czuł, że doradca był wobec niego równie wrogi jak jego żona. Czuł się prześladowany, ponieważ był mężczyzną, a doradca stanął po stronie jego żony i nie chciał służyć, co ma do powiedzenia. Oprócz poradnictwa dla par, wiele par próbowało indywidualnie doradztwa. Ponownie, jeśli doradca nie jest świadomy zespołu Aspergera, poradnictwo może być nieskuteczne i przynieść jedynie przejściową ulgę. Jest to szczególnie ważne, gdy to mężczyzna z ZA korzysta z porad sam, zwłaszcza jeśli zamierza on spróbować uporządkować problemy w swoim związku. Ponieważ jest w stanie przedstawić tylko swoją perspektywę swojego związku, doradca może skończyć z bardzo stronniczym poglądem, dalekim od prawdy. Nie będzie mógł powiedzieć doradcy, że nie może zaoferować swojej partnerce żadnego wsparcia emocjonalnego i że nie uczestniczy w niczym, co ona chce, żeby razem robili. Nie powie jej, ponieważ nie będzie postrzegał tego jako podstawowej przyczyny problemów, których doświadczą. Nie będzie próbował oszukać doradcy: nie może wyjaśnić doradcy problemu, którego nie jest świadomy. Jeśli doradca nie będzie wiedział, że ma zespół Aspergera, nie uzyska dokładnego i uczciwego obrazu jego problemów i nie będzie wiedział, jakie pytania zadać. Jej pełne współczucia słowa zachęty po prostu utwierdzą go w przekonaniu, że to jego partner się myli i nie robi nic, aby zmienić swoje zachowanie w domu lub spróbować zrozumieć swojego partnera. Niektóre rodzaje poradnictwa obejmują spojrzenie w przeszłość i zachęcenie klienta do ponownego przyjrzenia się dawnym uczuciom gniewu. Zachęcają do uwolnienia kontroli. Kontrola nad uczuciami jest bardzo ważna dla osób z zespołem Aspergera i należy ją zachęcać, a nie kwestionować. To właśnie ta kontrola zapobiega niektórym wybuchom gniewu, które mogą wystąpić. Dlatego terapie, które wydobywają emocje i aktywnie zachęcają osobę do ponownego przeżywania starych, stłumionych uczuć złości, bólu i zranienia, mogą być szkodliwe dla osoby z zespołem

Aspergera, chociaż mogą być bardzo skuteczne i produktywne w przypadkach osób z NT. Wywoływanie tak silnych uczuć i zachęcanie osoby z zespołem Aspergera do odczuwania złości może być potencjalnie niebezpieczne i szkodliwe. Pewna kobieta opisała, jak była na konsultacjach ze swoim narzeczonym. W tym czasie zarówno para, jak i doradca byli zupełnie nieświadomi, że jej narzeczony ma zespół Aspergera. Doradca zapytał go o jego dzieciństwo i zasugerował, że być może stąd biorą się jego problemy. Sprzeciwił się temu bardzo stanowczo, wstał i stanął przed doradcą, mówiąc, jak śmie sugerować, że z jego dzieciństwem jest coś nie tak. Wziął płaszcz i wyszedł z pokoju. Doradca był wyraźnie wstrząśnięty swoją reakcją; wyzwoliła w tym mężczyźnie uczucie, z którym nie mógł sobie poradzić. Nigdy nie odkryto, co go spowodowało, ale jest prawdopodobne, że źle zinterpretował to, co sugerowała, i uznał to za próbę zrzucenia winy na swoje dzieciństwo. Jeśli jego dzieciństwo nie było dla niego przyjemnym okresem, zareagowałby na jej pytanie w sposób, w jaki prawdopodobnie zareagował wtedy, wpadając w furję i wychodząc z pokoju, trzaskając za sobą drzwiami. Innym aspektem poradnictwa poruszonym przez jednego mężczyznę, z którym rozmawiałem, było zrozumienie, co doradca mówi lub pyta. Osoba z ZA rzadko rozumie insynuacje, podwójne znaczenia i subtelne sugestie. Trudność w zrozumieniu tego, co sugeruje doradca, jest niezwykle trudna dla osoby z ZA. Jeśli doradca nie będzie mógł z nim rozmawiać w bardzo bezpośredni i jasny sposób, będzie miał trudności ze zrozumieniem ukrytego znaczenia. Problem ten nasila się w poradnictwie, ponieważ większość komunikacji często dotyczy uczuć. Duża część par, z którymi rozmawiałam, wspominała, że czuje się niezrozumiana i zawiedziona brakiem wiedzy doradcy. Poradnictwo par i osób dotkniętych zespołem Aspergera wymaga zupełnie innego rodzaju techniki niż te oferowane doradcom podczas typowych szkoleń. Jeśli doradca nie ma świadomości zespołu Aspergera, wówczas poradnictwo jest potencjalnie szkodliwe dla obojga partnerów. Samo przeczytanie książki o zespole Aspergera to za mało. AS to poważny stan. To nie jest choroba psychiczna, którą można wyleczyć lub której można pomóc za pomocą leków; to jest nieprawidłowość mózgu, to jest zaburzenie rozwojowe, to jest myślenie w inny sposób. Konieczne jest, aby doradca zrozumiał tę różnicę. Zespół Aspergera to skomplikowany stan, któremu czasami nie poświęca się należytego szacunku. Może tak być, ponieważ nie wpływa to na inteligencję akademicką danej osoby, nie powoduje, że jednostka wygląda inaczej lub niekoniecznie uniemożliwia jej pracę. Zespół Aspergera jest niewidoczny i często tylko najbliżsi mu ludzie będą świadomi, jak bardzo może on upośledzać. Brak wsparcia dla rodzin, w których zdiagnozowano zespół Aspergera, występuje w całym kraju, a być może na całym świecie, a wszystkie profesjonalne agencje muszą dokonać przeglądu swoich zasad i włączyć wsparcie i usługi dla rodzin i osób dotkniętych tym społecznie wyniszczającym zespołem. Poradnie i niezależni doradcy są winni swoim klientom najwyższy poziom usług. Mamy nadzieję, że w przyszłości usługi te będą dostępne dla wszystkich dorosłych z zespołem Aspergera oraz ich partnerów i rodzin.

Kluczowe punkty

- ° Większość par AS korzystała z poradnictwa dla par.
- ° Większość z nich czuje się niezadowolona z poradnictwa.
- ° Kobiety NT czasami mają wrażenie, że im nie wierzy się lub czują, że doradca stanął po stronie ich partnerów.
- ° Jeśli doradca nie jest świadomy, że problemem jest ZA, poradnictwo może wyrzucić ogromną presję na partnera z ZA.
- ° Wiele pozytywnych relacji na temat poradnictwa pochodzi od mężczyzn z ZA.
- ° Niektóre rodzaje terapii mogą być bardzo szkodliwe dla osoby z ZA.

° Należy zwiększyć świadomość na temat ZA wśród doradców i agencji doradczych.

Kobiety i zespół Aspergera

Do tej pory odnosiłem się głównie do dorosłego mężczyzny z ZA. Dzieje się tak dlatego, że większość mojej próby stanowili mężczyźni, a ponieważ wydaje się, że zespół Aspergera dotyka głównie mężczyzn, ta książka stała się prostsza i łatwiejsza do zrozumienia, jeśli zakłada się, że dorosły z ZA jest mężczyzną. To jednak podkreśla, że o ASkobietach wiadomo znacznie mniej niż o mężczyznach z AS. Jednak w ramach moich badań otrzymałem odpowiedzi na moje kwestionariusze od niewielkiej grupy kobiet, co w połączeniu z wywiadami i spotkaniami z kobietami z AS, które odbyłem, stanowi podstawę tej części. Należy jednak wspomnieć, że próba ta była stosunkowo niewielka i nie należy jej używać jako uogólnienia na szerszą populację kobiet z ZA. Badania krajowe w Wielkiej Brytanii wskazują, że mężczyźni popełniają od 90 do 97 procent zgłoszonych przypadków przemocy domowej, co oznacza, że kobiety popełniają tylko od trzech do dziesięciu procent zgłoszonych przypadków przemocy domowej. Liczby te mogą być mylące, ponieważ opierają się wyłącznie na zgłoszonych przypadkach i wydaje się mniej prawdopodobne, że mężczyzna zgłosi przypadek przemocy wobec niego, częściowo ze względu na piętno społeczne wynikające z postrzegania go jako słabego. Moje badania nad związkami dotkniętymi zespołem Aspergera wykazały, że w siedemdziesięciu pięciu procentach przypadków kobieta z zespołem Aspergera stosowała przemoc fizyczną wobec swojego partnera. Jest to duży odsetek w porównaniu do odnotowanej średniej krajowej i wskazuje (ale nie potwierdza), że kobiety z AS są bardziej skłonne do fizycznego znęcania się nad swoim partnerem niż kobiety NT. Moje badania uwydatniły również różne cechy AS mężczyzn i AS kobiet. Jedną z różnic, które znalazłem, wydaje się być powiązana z tożsamością. „Kim jestem?” lub „Jaka jestem prawdziwa ja?” to pytania, które znacznie częściej zadają kobiety z ZA niż mężczyźni z ZA. Dr Tony Attwood (1998) zauważył, że dziewczęta z zespołem Aspergera wydają się być w stanie „podążać za działaniami społecznymi poprzez opóźnioną imitację”. Innymi słowy, dziewczęta z AS są w stanie obserwować i naśladować działania społeczne, ale często czas tych działań nie jest tak dokładny ani naturalny. AS kobiety często mogą wybrać rolę lub rolę, oglądając telewizję lub obserwując kogoś innego. Osoba, którą naśladowują, jest często postrzegana jako popularna i przejmie ich maniery, cytaty i dziwactwa. AS kobiety muszą być lubiane i akceptowane, tak samo jak AS mężczyźni, ale dążenie do tego wydaje się znacznie silniejsze. AS mężczyźni wydają się ustalać na wczesnym etapie, kim są, a następnie trzymać się tego dość sztywno. Z drugiej strony AS kobiety wypróbowują i eksperymentują z różnymi postaciami. Ich popęd i wytrzymałość są niesamowite, ale może to być dla nich również dość wyczerpujące. Wydaje się, że w niektórych przypadkach zwiększa to prawdopodobieństwo wahań nastroju, które mogą wahać się od niewiarygodnie wysokiego do bardzo głębokiego niskiego poziomu. Różne kobiety wydają się prowadzić poszukiwania na różne sposoby. Dla jednych może to być religia, dla innych edukacja, a dla jeszcze innych inne relacje. Pewna kobieta, z którą rozmawiałem, zwróciła się ku religii, aby spróbować odnaleźć siebie. W tym celu podróżowała po całym świecie, mieszkała w Tybecie jako buddystka i spędziła trochę czasu w Ameryce, żyjąc jako mormonka. Prowadziła nawet muzułmańskie życie w Turcji z zaprzyjaźnioną rodziną. Teraz, mając na uwadze, że u tej kobiety zdiagnozowano zespół Aspergera i miała duże trudności w kontaktach z ludźmi, osiągnięcie tak wiele nie było dla niej łatwym zadaniem. Jej dążenie do samopoznania było tak wielkie, że walczyła z naturalnym pragnieniem samotności, podróżowała i mieszała się z wieloma różnymi ludźmi i kulturami, próbując znaleźć, jak to opisała, to, co sprawia, że czuje się „cała”. Inna kobieta spotykała się z mężczyznami z różnych kultur; wykorzystywała Internet do poznawania mężczyzn i wierzyła, że jeśli znajdzie dla siebie odpowiednią kulturę i narodowość, odnajdzie wewnętrzny spokój. Ta potrzeba poczucia całości lub znalezienia wewnętrznego spokoju i akceptacji siebie wydaje się być siłą napędową niektórych kobiet z zespołem Aspergera. Kiedy myślą, że znaleźli klucz, są podekscytowani i podnieceni, chcąc, aby ludzie wokół nich dzielili się i byli częścią ich nowego odkrycia. Ich energia jest niesamowita, a ich determinacja i

skupienie są solidne. Pewna kobieta odkryła, że jest Koziorożcem, a artykuł o znakach urodzeniowych mówi, że Koziorożce są zdeterminowane i pracowite i chociaż wydają się zimne i odległe, naprawdę są bardzo kochające i czułe. Była absolutnie podekscytowana, gdy powiedziała mi, że znalazła odpowiedź i teraz wie, dlaczego niektórzy ludzie myślą, że jest inna. Była zachwycona swoim odkryciem. Wkrótce ta dama była ekspertem w dziedzinie astrologii, wiedziała wszystko o planetach i potrafiła mapować i zapamiętywać każdy wykres urodzenia. Każdy, kogo spotkała, spotykał się z pytaniem, jaka jest jego data urodzenia? Jej wiedza na ten temat była znakomita. Wszystko to skończyło się nagle, gdy spotkała mężczyznę, który łamał wszelkie zasady i w żaden sposób nie dostosował się do swojego znaku urodzenia i wiedzy, którą zdobyła. Rzucił jej wyzwanie, przedstawiając wiele naukowych dowodów na to, że astrologia nie zawsze jest wiarygodna. Była bardzo rozczarowana i przez chwilę popadła w przygnębienie i przygnębienie, dopóki nie przeczytała o jodze i o tym, jak medytacja może zmienić jej życie. Potem cały cykl zaczął się od nowa. Jednym z powodów, dla których kobiety mogą szukać tak intensywnie w porównaniu z mężczyznami, jest prawdopodobnie to, że są z natury bardziej emocjonalne. Mówi się, że kobiety są bardziej dociekliwe i dociekliwe o swoje uczucia i być może dlatego większość książek napisanych przez osoby z zespołem Aspergera jest napisana przez kobiety. Jeśli przyjrzeć się profesji doradców i studentom psychologii, można zauważyć, że kobiet jest tam znacznie więcej niż mężczyzn. powiedziec, że AS wyolbrzymia tę potrzebę u kobiet. Większość osób z zespołem Aspergera zdaje sobie sprawę, że w jakiś sposób są inne, a kiedy odkrywają, że mają ZA, może to dać im odpowiedź na wiele pytań. Niektórzy będą chcieli dowiedzieć się więcej na ten temat i posuną się nawet do wygłaszania publicznych przemówień i wykładów. Niektórzy uważają, że odkrycie, że mają zespół Aspergera, odpowiada na wszystkie pytania, które chcieli zadać. Jednak wiele kobiet z zespołem AS nadal odczuwa potrzebę lub dążenie do całkowitego odkrycia siebie. Te kobiety chcą czuć się pełne i kompletne, a niektóre z nich poświęcą swoje życie próbom osiągnięcia tego uczucia. Niestety, nie można tego osiągnąć, ponieważ odpowiedź na poczucie kompletności i całości znajduje się w nas samych; nie czeka na odkrycie. Zespół Aspergera może sprawić, że kobieta poczuje się niespójna, być może nie radzi sobie dobrze i nie jest naprawdę akceptowana przez otoczenie. To popchnie ją do dalszych poszukiwań, a dla wielu kobiet AS poszukiwanie może trwać całe życie. Ciągłe poszukiwanie może być bardzo wyczerpujące, a frustracja, którą powoduje, może odpowiadać za wybuchy złości i frustracji. Mogą one przejawiać się w znęcaniu się werbalnym lub fizycznym, z których oba są zwykle skierowane na osobę najbliższą. Może to dotyczyć zarówno mężczyzn, jak i kobiet z ZA. Spotkałem mężczyzn, którzy również wahają się między wysokimi i niskimi punktami i próbują zachowywać się na różne sposoby, ale moje odkrycia wykazały, że było to bardziej oczywiste i częstsze u kobiet. Wydaje się, że ASkobiety mają znacznie częstsze wybuchy werbalnego i fizycznego gniewu niż mężczyźni z AS, z którymi rozmawiałam, i prawdopodobnie wynika to z wyższego poziomu stresu. Ten stres jest prawdopodobnie spowodowany presją społeczeństwa, aby zachowywali się w określony sposób, aby czuć się akceptowanym przez innych. Wymaga to dużej kontroli i koncentracji, a rola może być utrzymana tylko przez określony czas. Jest prawdopodobne, że gdy tylko kobieta znów poczuje się bezpiecznie we własnym środowisku, kontrola zostanie utracona, a złość może zostać skierowana na ukochaną osobę. Odkryłem również, że większość kobiet z zespołem Aspergera, z którymi rozmawiałem, była w związkach z mężczyznami, którzy również mieli zespół Aspergera. Różniło się to bardzo od mężczyzn z zespołem Aspergera, z których większość tworzyła związki z kobietami NT. Inną obserwacją, którą poczyniłem, było to, że kobiety z zespołem Aspergera skarżyły się, że ich partnerzy nie rozumieją ich dokładnie w taki sam sposób, jak skarżyły się kobiety NT. Sugeruje to, że kobiety AS mają większe potrzeby emocjonalne niż mężczyźni AS. Muszą czuć się rozumiane i doceniane, tak jak kobiety NT. Posiadanie zespołu Aspergera nie oznacza, że nie muszą czuć się spełnione emocjonalnie i docenieni. Kiedy nie otrzymują tego wsparcia emocjonalnego, może czuć się poza kontrolą i sfrustrowany brakiem reakcji. AS kobiety mogą próbować sprawować kontrolę nad swoimi partnerami. Nie dlatego, że próbują zdobyć nad nimi władzę, ale dlatego, że muszą zachować kontrolę nad własnym

życiem i wszystkim, co się w nim znajduje, a ich partnerzy nie zaspokajają ich potrzeb. AS mężczyźni również starają się zachować kontrolę nad swoim życiem i swoimi partnerami, ale wielu ma ogromny lęk przed konfrontacją i zrobi wszystko, aby jej uniknąć. To może dać kobiecie AS przewagę, ponieważ jest bardziej prawdopodobne, że szybciej się zdenerwuje, co może zmusić go do ucieczki lub poddania się. Czasami człowiek AS zrobi wszystko, aby utrzymać pokój; niekoniecznie oznacza to jednak, że kobieta z AS jest tą, która przejmuje całą kontrolę. Dla przykładu przeprowadziłem wywiad z parą, w której oboje partnerzy mieli zespół Aspergera. Chciał, żeby poszła z nim na wieczór muzyczny, który odbywał się w ich lokalnym teatrze. Nie chciała iść, ale on nie zostawił tej sprawy w spokoju i nadal próbował ją zmusić, żeby poszła tego wieczoru. Zemściła się i stała się dla niego bardzo głośna i obelżywa, aw tym momencie natychmiast się wycofał i uciekł. Poszedł prosto do teatru, gdzie spędził wieczór samotnie słuchając swojej muzyki. Był bardzo zły, że jej tam nie było, ale po powrocie do domu w ogóle o tym nie wspominał, bojąc się, że znowu na niego nakrzyczy. Jego strach przed jej gniewem był bardzo realny i to dawało jej kontrolę nad sytuacją. Często jednak znajdował sposób, by dać upust swojej złości w stosunku do niej w sposób, który pozwolił mu po cichu odzyskać część kontroli, którą odebrała mu jej głośna i słyszalna złość. Odmawiał podjęcia z nią dialogu na ważny dla niej temat, na przykład w sprawie dzieci. Nie wyrażał jej opinii lub po prostu mówił, że nie wie, co należy zrobić, a jego klasycznym ulubieńcem było: „To zależy od ciebie, co zrobisz!”. To sprawiało, że czuła się niesłyszana, nieistotna i bardzo samotna. Odzyskał kontrolę. Kobiety z ZA mogą czasami sprawiać wrażenie bardzo szczęśliwych; mogą wydawać się bardzo wesołe i dziecinne. Często są bardzo ekspresyjni w swoich głosach i wydają się mieć mnóstwo wstawania i odchodzenia. Różni się to od czasami ponurej i poważniejszej postawy niektórych AS-ów. Większość kobiet z zespołem Aspergera wyraża zaniepokojenie swoim wyglądem lub sylwetką, ale nie robią tego z tych samych powodów, dla których kobiety NT mogą wyrażać zaniepokojenie. Czasami kobiety Nowego Testamentu ubierają się w określony sposób, aby zadowolić swoich partnerów. AS kobiety będą ubierać się głównie po to, by sprawić sobie przyjemność i w sposób, który pozwala im czuć się komfortowo. Mogą ubierać się i wyglądać w sposób, który sprawia, że czują się dobrze lub pomaga im dopasować się do konkretnej roli, którą starają się przedstawić. Wydaje się, że większość kobiet z ZA nie spędza czasu na martwieniu się o to, co myślą ich partnerzy na temat ich wyglądu. Martwią się jednak, czy zostaną docenione za wysiłek, jaki wkładają w opiekę nad partnerami i rodzinami. Chcą, aby ich partnerzy wiedzieli, że trudno jest im pełnić oczekiwaną rolę i doceniać to, co robią. Niestety, większość mężczyzn, z którymi są, również ma zespół Aspergera i często nie jest świadoma potrzeb swoich partnerek. Może to powodować wiele stresu dla kobiety AS w związku. Niektóre różnice między AS mężczyznami i kobietami mogą wynikać z ról płciowych. Powszechnie wiadomo, że małe dziewczynki lubią się podobać i będą aktywnie robić rzeczy, aby zadowolić innych, ciesząc się z pochwał i reakcji, jakie to wywołuje. W przypadku chłopców pochwały nadal odgrywają istotną rolę, ale dążenie do zadowolenia innych nie jest tak silne. W stosunku do chłopców nie oczekuje się też takiego samego zadowolenia, jak w przypadku dziewcząt. Oczekiwania te można przenieść na dorosłość, a kobiety ponownie starają się zadowolić swoich partnerów i rodziny, będąc „dobrymi żonami i dobrymi matkami”. Mogą być zmuszone do wykonywania praktycznych zadań, takich jak gotowanie, sprzątanie domu, prasowanie i pranie ubrań. Oprócz tego stawia się im wymagania emocjonalne, oczekuje się, że będą wiedzieć, dlaczego Sally milczy lub czy Tommy jest chory. Presja wywierana na kobiety w społeczeństwie, aby troszczyć się, pielęgnować i zadowalać, jest o wiele głębsza niż w przypadku mężczyzn. Mężczyznom czasem pozwala się zachować dystans i milczenie, nie oczekuje się od nich, że będą pamiętać o urodzinach wszystkich lub o tym, czy ktoś potrzebuje przytulenia. Te opiekuńcze role są często nakładane na kobietę. Dla kobiet, które nie mają zespołu Aspergera, może to być presja, ale dla kobiet z zespołem Aspergera wynik może być dezorientującym koszmarem. AS kobiety nie mają automatycznego wglądu, aby wiedzieć, jak zaspokoić potrzeby emocjonalne i zapewnić naturalny wgląd i intuicję, których wymaga otaczająca je rodzina. Presja wywierana przez społeczeństwo i rodzinę

na kobiety AS może być głęboka, a wynikająca z tego depresja i niepokój również mogą być głębokie. Istnieje duże prawdopodobieństwo, że jest to powód, dla którego przemoc słowna i złość są często znacznie wyższe u kobiet z ZA niż u mężczyzn z ZA. Sam zespół Aspergera nie sprawia, że osoba jest agresywna, znęcająca się lub agresywna. Gdyby tak było, wszyscy z ZA podlegaliby tej kategorii, a większość nie. Wydaje się, że AS wyolbrzymia niektóre z najgorszych i najlepszych cech danej osoby. Innymi słowy, jeśli dana osoba ma potencjał, aby osiągnąć wysokie wyniki, posiadanie AS może wyolbrzymiać tę cechę. Jeśli dana osoba ma niski próg tolerancji, AS może zwiększyć prawdopodobieństwo, że próg ten zostanie osiągnięty i wyolbrzymiać reakcję na to. Ten „czynnik przesady” wydaje się być zarówno wadą, jak i zaletą posiadania zespołu Aspergera.

Kluczowe punkty

- ° Wiele kobiet AS szuka na wiele różnych sposobów, aby spróbować odkryć swoją prawdziwą tożsamość.
- ° Ciągłe poszukiwanie odpowiedzi może prowadzić do frustracji i być odpowiedzialnym za wybuchy złości.
- ° Kobiety z ZA narzekają, że ich partnerzy ich nie rozumieją.
- ° JAK kobiety próbują wymusić ogromną samokontrolę.
- ° AS kobiety często wydają się mieć mnóstwo energii i mogą być dość ekspresyjne.
- ° Niektóre różnice między mężczyznami i kobietami AS mogą wynikać po prostu z różnic w płci i wychowaniu.
- ° Presja społeczna i rodzinna wywierana na kobiety AS może być głęboka.

Wady zespołu Aspergera

W ramach moich badań zadałam dorosłym z zespołem Aspergera następujące pytanie: Czy uważasz, że posiadanie zespołu Aspergera wpłynęło negatywnie na związek? Jeśli tak, proszę o konkrety. To pytanie różniło się od pozostałych w kwestionariuszu, ponieważ zawierało słowa „zespół Aspergera”. Odpowiedzi, które otrzymałam, zostały wyrażone w inny sposób niż odpowiedzi na pozostałe pytania w moich badaniach. Do tego momentu wiele odpowiedzi, które otrzymałem od respondentów, było defensywnych, a niektóre były dość krytyczne wobec siebie lub swoich partnerów. Większość zrzucała dużą część winy za trudności w związku na swoich partnerów. Odpowiedzi, które zostały udzielone na to pytanie, były dość głębokie i wykazywały wgląd i świadomość tego, co dorośli z zespołem Aspergera czuli, że mogą, a czego nie mogą robić w konsekwencji posiadania zespołu Aspergera. Byli bardzo obiektywni i nie obwiniali swoich partnerów, siebie ani swoich związków. Skupiono się całkowicie na zespole Aspergera. Jedną z różnic, które znalazłem, był dobór użytych słów. Odpowiedzi na wiele innych pytań zawierały wiele słów „ale”, takich jak „ona mówi, że jestem agresywny, ale”, „ona mówi, że jestem potrzebny, ale”. Słowo „ale” pojawiało się znacznie rzadziej w odpowiedziach na to pytanie. Odpowiedzi były dużo bardziej zdecydowane i mniej dwuznaczne. W wielu przypadkach odpowiedzi zawierały silny element smutku, na przykład dorośli z ZA odczuli, że są w sytuacji „bez nadziei”, ponieważ cokolwiek by nie zrobili, są pewne rzeczy, których nigdy nie będą w stanie zrobić lub osiągnąć. Pewien konkretny mężczyzna powiedział, że AS oznacza, że nie może być tak czuły, jak by chciał, i że nie wie, jak odpowiedzieć swojej żonie ani odgadnąć, czego ona chce. Do tego momentu okazywał żonie wiele złości i argumentował, że go krytykuje, nieustannie starając się, aby poczuł się nieodpowiedni. W odpowiedzi na pytanie, czy czuje się pokrzywdzony, dał bardzo jasną odpowiedź, biorąc na siebie całkowicie problemy w związku i nie było żadnych ale! Posłużył się analogią, aby

namalować obraz swoich uczuć: „To tak, jakby próbować opisać kolory, których nigdy nie widziałeś, ponieważ jesteś daltonistą”. Bardzo trudno byłoby opisać kolor, gdyby twój świat był zawsze monochromatyczny i od odpowiedzi na moje pytania, to właśnie tak wygląda sytuacja osób z zespołem Aspergera. Oczekuje się, że będą w stanie przetłumaczyć uczucia i emocje innych, kiedy tak naprawdę nie wiedzą, co tłumaczą, ponieważ nie mają empatii ani umiejętności ich interpretacji. Pamiętam, jak kilka lat temu rozmawiałem z psychologiem klinicznym, który pracował z dorosłymi z zespołem Aspergera. Był przekonany, że może nauczyć swoich pacjentów odczuwania i empatii i to było jego głównym celem w leczeniu. Opowiedział mi, jak pracował z młodym mężczyzną, który był dość poważnie dotknięty zespołem Aspergera i poważnie czuł, że ten młody człowiek uczy się okazywania emocji i rozumienia emocji innych. Zakwestionowałem to i zasugerowałem, że być może pacjent dowiedział się, czego się od niego wymaga i odgrywa rolę, aby osiągnąć to, czego chciał psycholog kliniczny. Odpowiedź była przecząca – „Nie” – powiedział – „naprawdę rozwija umiejętność empatii.” Nie pytałem już tego psychologa, gdyż zdałem sobie sprawę, że byłoby to bezcelowe, ponieważ chciał wierzyć, że jego pacjent było coraz lepiej. Moim argumentem jest to, że jeśli ktoś może wyzdrowieć i wyzdrowieć z zespołu Aspergera, to przede wszystkim nigdy go nie miał. Zespół Aspergera to zaburzenie trwające całe życie. Jednostka może nauczyć się strategii, sposobów adaptacji i radzenia sobie z sytuacjami, jakie stawia przed nią życie i praca z innymi ludźmi, ale nie może nauczyć się robić czegoś, do czego nie jest zdolna. Żadna ilość terapii nie może dać mu umiejętności korzystania z wglądu i naturalnego wczuwania się w bliskie mu osoby. Mężczyzna, który porównał się do kogoś, kto był daltonistą, był dość dokładny w swoim opisie i wykazał się dużą świadomością siebie i niepełnosprawności, jaką niesie ze sobą zespół Aspergera. Inny mężczyzna rozmawiał o tym, jak to wpłynęło na jego umiejętności społeczne, a to z kolei odebrało mu pewność siebie. Umiejętności społeczne są wymagane za każdym razem, gdy wchodzimy w kontakt z drugim człowiekiem. Musimy z nich korzystać w sposób ciągły, ludzie oceniają innych po tym, jak kompetentni są w tych umiejętnościach, a poziom biegłości może mieć ogromne znaczenie, nie tylko w relacjach osobistych, ale także w rozmowach kwalifikacyjnych, zdobywaniu pracy i na szerszej arenie. Ciągłe ocenianie i formułowanie opinii o innych jest aspektem ludzkiego zachowania. Często pierwsze wrażenie jest najważniejsze, a my szybko kategoryzujemy innych na podstawie tego, jak biegli i pewni siebie się wydają. Bez żadnego świadomego namysłu obserwujemy kontakt wzrokowy, kiedy ktoś się uśmiecha, jak mówi, czy jest to ciekawy, sympatyczny głos, czy też monotony i nudny? Wielu z nas musiało kiedyś wysłuchać wykładu lub konferencji prowadzonej przez kogoś, kto mówił monotonnym głosem i robił zbyt długie pauzy. Słuchanie takich wykładów może być bardzo trudne. Gdyby ten sam wykład wygłosił ktoś, kto powtarza dokładnie te same słowa, ale urzekającym i ekspresyjnym głosem, efekt na słuchaczach byłby zupełnie inny, a ich uwaga trwałaby znacznie dłużej. Osobie z zespołem Aspergera bardzo trudno jest zmienić ton głosu czy mimikę twarzy. Wiele osób martwi się o swój wygląd i poświęca wiele czasu, wysiłku i pieniędzy, aby wyglądać atrakcyjnie. Przechodzą na diety, pracują nad swoim ciałem i wydają pieniądze i czas na kupowanie ubrań. Dla niektórych osób jest to sposób na podniesienie poczucia własnej wartości i poczucie bycia cenionym, szanowanym i lubianym przez innych. Dorosły AS nie może po prostu przejść na dietę lub spędzić czasu na siłowni, aby to osiągnąć, ponieważ w wielu przypadkach brakuje mu umiejętności społecznych. Umiejętności te można powoli doskonalić przy dużym wysiłku, ale on zawsze będzie nad nimi pracował, a nawet wtedy nigdy nie będą tak dobre, jak byłyby, gdyby był dorosłym NT. Pamiętam, jak przyjaciółce powiedziano, że ma dysleksję i jak bardzo była wtedy przerażona. W swoim pierwszym pytaniu do psychologa edukacyjnego zapytała, czy oznacza to, że nigdy nie będzie tak dobra w czytaniu, pisaniu i ortografii, jak mogłaby być bez dysleksji. Odpowiedź brzmiała: tak; bez względu na to, co zrobiła, nigdy nie byłaby w stanie osiągnąć poziomu, który mogłaby osiągnąć, gdyby nie miała dysleksji. Więc chociaż diagnoza dała jej powód, dla którego dorastała w przekonaniu, że jest głupia i dlaczego miała problemy z werbowaniem skomplikowanych słów, odebrała też nadzieję, że może wyzdrowieć. To jest wiadomość, która

przewijała się w odpowiedziach, które otrzymałem na moje pytanie. tutaj było potwierdzenie i akceptacja posiadania zespołu Aspergera oraz smutek, że niektóre rzeczy nigdy się nie poprawią. Pewien mężczyzna powiedział, że czuje, że bez zespołu Aspergera mógłby być lepszym człowiekiem i przestał się ciągle martwić rzeczami, których nie jest w stanie zrobić. Mówił o tym, jak bardzo jest mu smutno, że nie może naprawić wszystkiego dla swojej żony. Zarówno ten mężczyzna, jak i jego żona nadal mieli nadzieję, ale jednocześnie akceptowali fakt, że pewne rzeczy się nie zmieniają. Jego partner opowiedział też o tym, jak mógłby wyglądać ich związek, gdyby nie miał zespołu Aspergera. Dzielił wiele nadziei, że uda im się uporządkować sprawy i stworzyć bardziej „normalny” związek. Zasadniczo to, czego chcieli, było tym, co większość ludzi NT uważa za oczywiste. Niektóre z odpowiedzi wyrażały, że czują, że zespół Aspergera sprawia, że potrzebują czasu dla siebie i odseparowania się od reszty rodziny. Pewien mężczyzna powiedział, że może to być po prostu samotne czytanie lub wyjazd służbowy. Znalezienie równowagi między autonomią a intymnością może być problematyczną kwestią w każdym związku, ale często może być poważnym problemem w związkach dotkniętych zespołem Aspergera. Jest to trudne do osiągnięcia i zależy od wielu czynników, z których głównym jest poczucie bezpieczeństwa każdej osoby. Kiedy niektórzy ludzie mówią o swoim związku, opisują, jak to sprawia, że czują się pełni i kompletni. Mogą powiedzieć, że znaleźli swoją drugą połówkę i teraz czują się całością. Nie jest to postrzegane jako korzystny sposób myślenia w związkach i jest to kwestia, która często podnosi głowę w poradnictwie. Jeśli ktoś jest drugą połówką osoby i sprawiają, że czuje się całością, co się stanie, gdy się nie zgodzą lub nie będzie jednego partnera? Druga osoba poczuje się wtedy niekompletna, niecała. Uczucia te mogą być powszechne we wczesnych stadiach związku lub tak zwanej fazie namiętności, która trwa około pierwszych sześciu miesięcy. Po tym jednak związek powinien rozwinąć się w głębszy, opiekuńczy etap, a rozłąka powinna być łatwiejsza i mniej bolesna. Jeśli nie, stres, jaki może wywołać, będzie miał negatywny wpływ na związek. Funkcjonalny zdrowy związek to dwoje ludzi, którzy spotykają się i tworzą dwie całości, powinni być jak dwa filary, które stoją na solidnym fundamencie w odpowiedniej odległości od siebie, aby mogli w równym stopniu wspierać związek nad nimi. Jeśli jednak jeden z partnerów jest niepewny, rozłąka i zachowanie dystansu będzie szczególnie trudne. Bardziej prawdopodobne jest, że partner NT ma poczucie niepewności wywołane niektórymi aspektami życia z partnerem z ZA. Posiadanie zespołu Aspergera może utrudniać osobie wyrażanie swoich uczuć werbalnie lub niewerbalnie. To może sprawić, że partner NT nie będzie pewien, ile ona naprawdę znaczy dla swojego partnera i co on o niej myśli. Istnieje wybór mężczyzn AS, którym powiedzenie „kocham cię” jest rzadką wypowiedzią. Rzadko też można usłyszeć, jak wyrażają uczucia, które ujawniają zakres ich uczuć wobec innej osoby. Brak kontaktu wzrokowego i niewłaściwa mimika twarzy mogą sprawiać wrażenie wymijających. Brak informacji, jakich mężczyzna z ZA udziela na temat swojego dnia pracy, może prowadzić partnera NT do podejrzeń, że może być coś, czego jej nie mówi lub coś przed nią ukrywa. To może sprawić, że poczuje się niepewnie i niepewnie co do tego, co on robi lub myśli. Jeśli tak się stanie, a problem nie zostanie rozwiązany, może czuć się niechętnie, by dać mu dużo swobody. Im bardziej będzie próbowała powstrzymać jego naturalną potrzebę przestrzeni i autonomii, tym bardziej będzie się wycofywać; im bardziej się wycofuje, tym mniej wolności mu da. Para zostanie teraz zamknięta w błędnym i destrukcyjnym kole. Kobieta z Nowego Testamentu może mieć trudności ze zrozumieniem, dlaczego jej partner chciałby spędzać tyle czasu samotnie. Często jest to możliwe dopiero wtedy, gdy kobieta rozwinię pełne zrozumienie zespołu Aspergera, docień, że jest to konsekwencją stanu, a nie dlatego, że jest nieuczciwy, coś ukrywa lub nie chce z nią być. Wszystkie osoby są różne i mają różne potrzeby, dla niektórych AS mężczyzn ta potrzeba przestrzeni będzie silniejsza niż u innych. Wiele kobiet z Nowego Testamentu twierdzi, że gdyby tylko mogły spędzać czas ze swoimi partnerami, kiedy są razem, byłyby w stanie tolerować czasy, kiedy były osobno lub ich partnerzy byli daleko. Problem braku możliwości zaoferowania swoim partnerom wartościowego czasu był również zgłaszany przez większość mężczyzn, którzy opisali to jako jedną z wad, jakie spowodował u nich zespół Aspergera.

Pewien mężczyzna napisał, że wierzy, że zespół Aspergera jest odpowiedzialny za problemy, jakie miał on i jego żona w komunikacji. Powiedział, że uniemożliwiło mu to prostą pogawędkę, którą obserwował w innych parach. Powiedział, że muszą powtarzać różne rzeczy, żeby się zrozumieć; to sprawiło, że próba komunikacji była bardzo męcząca dla nich obojga. Powiedział, że żałuje, że nie może prowadzić prostej rozmowy, kiedy jedzą obiad. Ten człowiek był bardzo świadomy tego, że ich problemy były bezpośrednią konsekwencją zespołu Aspergera, nie obwiniął ani swojej żony, ani siebie. Ta relacja podkreśla niektóre z ogromnych trudności, które mogą być spowodowane przez zespół Aspergera i podkreśla różnicę, jaką świadomość i akceptacja tego stanu może zrobić w związku. Trudności w komunikacji zostały wskazane jako główny problem powodowany przez zespół Aspergera w związku. Niemal wszyscy partnerzy AS stwierdzili, jak bardzo chcieliby, aby mogli się skuteczniej komunikować i być rozumiani. Inny mężczyzna uważał, że zespół Aspergera spowodował utratę dzieci i był przerażony, że nie został zrozumiany. Jego małżeństwo rozpadło się w wyniku problemów z komunikacją i niezdolności do wyrażenia żonie swoich uczuć i zaspokojenia jej potrzeb emocjonalnych. Powiedział, że bardzo starał się utrzymać wszystko razem, ale ani on, ani jego żona nie byli wtedy świadomi, że ma zespół Aspergera. W końcu wyprowadziła się z dziećmi. Jego nastoletnie dzieci były wściekłe na swojego ojca i uważały, że mógł zrobić więcej, aby utrzymać wszystko razem. Wyczuwał ich gniew i unikał ich widzenia, ponieważ wierzył, że nie chcą go widzieć. Kiedy jego żona odkryła, że ma zespół Aspergera i otrzymała diagnozę, było już za późno. Było zbyt wiele szkód, aby odbudować związek. Od czasu diagnozy nastąpiło lepsze porozumienie między nim a jego byłą żoną, ale jego dzieci nigdy się z nim nie kontaktowały i wykluczyły go z życia spadkobiercy. Jego smutek z tego powodu jest dość widoczny i obwinia za to zespół Aspergera.

Ostatnim zgłoszonym niedogodnością było to, że nie było nikogo, kto mógłby aktywnie pomóc w radzeniu sobie z ZA po postawieniu diagnozy. U jednego mężczyzny dość późno zdiagnozowano ZA i zmagał się z tym, co to dla niego oznacza. W momencie diagnozy otrzymał tylko jedną stronę na ten temat. Przeczytał podane mu informacje, które zasadniczo mówiły mu, że ma problemy w określonych obszarach. Uznał, że prawdopodobnie dlatego jego żona nigdy nie wydawała się zadowolona z niczego, co robił, ale w karcie nie było nic, co mógłby z tym zrobić. Czuł się zdezorientowany, zdezorientowany i zagubiony. To były wszystkie informacje, jakie mu zaoferowano - żadnej porady ani wsparcia, które pomogłoby mu w rozwiązaniu tych problemów. Miał tylko kartkę A4 do przeczytania i diagnozę. Rozmawiałem też z jego żoną, która sama była w podeszłym wieku. Starła się uzyskać więcej informacji, a także powiedziała, że czuła się bardzo zawiedziona przez profesjonalistów i czuła, że ona i jej mąż powinni otrzymać więcej porad i wsparcia, aby pomóc im obojgu pogodzić się i poradzić sobie z diagnozą. Twierdziła, że gdyby powiedziano mu, że ma depresję maniacką lub schizofrenię, zaproponowano by mu sesję kontrolną lub poradę w klinice. Argumentowała, że ze względu na fakt, że nie był on wyraźnie pokrzywdzony przez zespół Aspergera, przypuszczano, że on, jego żona i ich rodzina poradzą sobie bez poradnictwa.

Kluczowe punkty

- ° Odpowiedzi na pytanie „Czy uważasz, że AS spowodowało jakieś niekorzystne skutki dla związku?” były dość głębokie i dostarczyły wielu informacji na temat zespołu Aspergera.
- ° Świadomość trudności, jakie powoduje zespół Aspergera, jest wyraźnie wyrażana przez osoby dorosłe z zespołem Aspergera.
- ° Wiele osób wyrażało smutek, wiedząc, że są pewne rzeczy, których osoba dorosła z zespołem Aspergera nie może zrobić ani poprawić.
- ° Znalezienie równowagi między autonomią a intymnością może być głównym problemem w związkach AS.

° Wyrażono konsternację z powodu braku wsparcia oferowanego osobom z ZA.

Korzyści z zespołu Aspergera

Drugie pytanie, które zadałem bezpośrednio na temat zespołu Aspergera, dotyczyło tego, czy dana osoba czuła, że przyniosło mu to jakieś korzyści. Sześćdziesiąt procent odpowiedziało na to pytanie przecząco. Pozostałe 40 procent znalazło przynajmniej jedną korzyść z posiadania zespołu Aspergera. Nie mogłem znaleźć żadnych oczywistych różnic między tymi, którzy znaleźli korzyść, a tymi, którzy jej nie znaleźli. Więc jakie są korzyści z posiadania zespołu Aspergera według ludzi, którzy go mają? Pewien mężczyzna powiedział, że pomogło mu to w koncentracji i skupieniu, powiedział, że osiągnął wiele dzięki ciężkiej pracy, determinacji i pojedynczemu skupieniu, co bezpośrednio powiązał z zespołem Aspergera. W pracy jego zdolność koncentracji poprawiała jego wydajność pracy. Jego wytrwałość i absolutna kompetencja w zadaniach, których się podejmował, były godne podziwu. Nie jest to rzadkością w ZA, jeśli dana osoba ma szczęście znaleźć pracę w dziedzinie, która sprawia jej przyjemność i jest nią zainteresowana. Jednak temu człowiekowi wykonanie niektórych zadań zajęło bardzo dużo czasu, ale efekt końcowy był doskonały. W każdej pracy podejmowanej przez osobę z zespołem Aspergera często występuje nuta perfekcjonizmu. Może być bardzo dumny z robienia rzeczy we właściwy i najbardziej efektywny sposób. To niestety nie zawsze podoba się jego współpracownikom, którzy postrzegają to jako podchodzenie do szefa lub, bardzo często, jako poniżanie wykonywanej przez nich pracy. Człowiek AS nie będzie jednak w stanie robić rzeczy inaczej i jeśli oczekuje się od niego pójścia na skróty, aby zaoszczędzić czas lub dotrzymać kroku swoim współpracownikom, będzie odczuwał dużą presję. Jest mało prawdopodobne, że będzie w stanie wykonać pracę w sposób, który uzna za gorszy; zmieni się tylko na sposób, który nadal daje bardzo zadowalający wynik. Chociaż ta koncentracja i pojedyncze skupienie mogą być skuteczne w pracy, często nie ma to miejsca w związkach. Tak, dobrze się sprawdza, jeśli wykonuje pracę w domu, a jego rodzina na pewno uzyska pierwszorzędną wynik. Ale czasami to jedno skupienie może powodować spustoszenie w komunikacji i interakcjach społecznych. Może jednak przynieść wiele korzyści w życiu rodzinnym. Pewien mężczyzna zasugerował, że jego zdolność koncentracji dała mu moc koncentrowania się na złożonych problemach i pozostawania z nimi przez wiele godzin. Powiedział, że to dało mu ogromną cierpliwość do swojego partnera i dzieci, kiedy wchodził z nimi w interakcję lub pokazywał im, jak coś działa. Kilku mężczyzn, z którymi rozmawiałem, uważało, że ta zdolność koncentracji i skupienia była wielką zaletą zespołu Aspergera. Pewien mężczyzna opowiedział o tym, jak zauważył, że kiedy sytuacja staje się nieprzyjemna lub niewygodna, inni ludzie wycofują się i nie mogą aby doprowadzić sprawę do skutku. Czuł, że jest w stanie przejrzeć sprawę bez względu na to, jak trudne lub nieprzyjemne były dla niego. Wydaje się, że jest to bardzo dobrze znana cecha zespołu Aspergera, o czym większość mężczyzn, z którymi rozmawiałem, była świadoma. Mówi się, że jeśli chcesz dobrze wykonać swoją pracę, zapytaj handlowca z zespołem Aspergera, a praca zostanie wykonana perfekcyjnie. Mąż jednej z kobiet postanowił zbudować jej szafy wnękowe; skończyła z idealną pracą, ale zajęło mu to dwa lata. Inną zaletą było to, że było to bardzo korzystne podczas studiowania poszczególnych przedmiotów, a najczęściej wymienianymi przedmiotami były nauki ścisłe. To, w połączeniu ze zdolnością trzymania się tematu i utrzymywania skupienia, bez względu na to, jak nieprzyjemne się wydaje, jest z pewnością wielką zaletą w przypadku przedmiotów akademickich i uniwersytetów. Uniwersytety mogą być bardzo bezpiecznymi miejscami dla osób z zespołem Aspergera. Na uniwersytetach chodzi o naukę i kwestie akademickie, nie chodzi o otwartość emocjonalną i nie zawsze wiąże się z koniecznością bycia towarzyskim, zwłaszcza jeśli dana osoba jest dojrzałym studentem mieszkającym w domu. Studia uniwersyteckie są również doskonałą wymówką, aby nie udzielać się towarzysko. Prawdopodobnymi powodami braku kontaktów towarzyskich może być konieczność pracy w bibliotece lub nauka do egzaminu lub zajęć. Można zostać uznanym za głupka lub frajera, ale jest to bardziej akceptowalne niż w innych środowiskach i dziedzinach pracy. Inną

korzyścią sugerowaną dla AS była zdolność do bycia obiektywnym. Pewien mężczyzna z zespołem AS powiedział, że kiedy jego partner staje się emocjonalny z powodu problemu i nie jest w stanie poradzić sobie z problemem, który się pojawił, może zachować spokój i uporządkować sprawę. Nie popadał w emocje ani się nie załamywał. Bycie obiektywnym i kontrolowanie sytuacji może być bardzo przydatne, a często to właśnie kryzys ujawnia te cechy u danej osoby. Pewna kobieta opisała, jak na wakacjach wraz z rodziną jechała samotną górską drogą i natknęła się na samochód, który wpadł w poślizg i przewrócił się. Było niebezpiecznie blisko krawędzi, czuć było silny zapach benzyny, a silnik wciąż pracował. Jej mąż zatrzymał samochód i kazał żonie i dzieciom pozostać na swoich miejscach. Podbiegł do samochodu, który się rozbił, udało mu się otworzyć jedne drzwi, wyłączyła silnik i wyciągnęła kierowcę z dwójką dzieci. Zaniósł dzieci w bezpieczne miejsce, a następnie pomógł ich matce. Byli wstrząśnięci, nie odnieśli poważnych obrażeń. Niedługo potem przyjechał inny samochód, a kierowca zgłosił się na ochotnika, by zawieźć ich do miejscowego szpitala. Wrócił do samochodu i nie powiedział ani słowa. Jego żona była zdumiona odwagą i spokojem, z jakim poradził sobie z tym, co mogło się okazać bardzo tragicznym wydarzeniem. Kontynuował ich podróż, jakby nic niezwykłego się nie wydarzyło. Najbardziej zdumiewające było to, że kiedy wrócili do domu, nigdy nikomu nie opowiadał o swojej odwadze. Kiedy zapytała go, dlaczego nie, powiedział, że robi to, co zrobiłby każdy. Jestem pewien, że wielu ludzi zrobiłoby to, co on, ale większość pragnęłaby odrobiny chwały za to, co tak bezinteresownie osiągnęli. Ta część zespołu Aspergera nie jest dumna ani zarozumiała; jest skromny i dość skromny. Dorosły AS nie wykazuje potrzeby mówienia ludziom o dobrych i często dzielnych czynach, które popełnił. Mogę sobie wyobrazić, że jest wielu niedocenionych bohaterów, którzy mają zespół Aspergera! Ostatnią zaletą cytowania zespołu Aspergera przez oboje partnerów było to, że stanowiło to przyczynę większości problemów w związku. Posiadanie powodu może mieć wpływ na to, czy związek przetrwa, czy nie. Niektórzy mężczyźni decydują, że mają zespół Aspergera poprzez samodiagnozę i to jest wszystko, czego potrzebują. Inni mogą chcieć uczynić to oficjalnym i szukać diagnozy. Niezależnie od tego, którą drogę wybierzemy, moje badania pokazują, że w większości przypadków świadomość istnienia syndromu jest korzystna dla obu partnerów w związku. Ale chociaż świadomość może pomóc osobie dorosłej z ZA w lepszym zrozumieniu niektórych problemów, których doświadczą, nie zawsze automatycznie poprawia ona jej samoocenę.

Kluczowe punkty

- ° Większość dorosłych z ZA uważa, że nie ma żadnych korzyści z ZA.
- ° Zdolność do koncentracji i skupienia jest oferowana jako największa zaleta posiadania AS.
- ° Kolejną zaletą jest umiejętność przestrzegania i utrzymywania skupienia podczas studiowania określonego przedmiotu.
- ° Obiektywność była również oferowana jako zaleta.
- ° Z ZA może być wielu nieznanymi i cichymi bohaterów.

Wniosek

Pewien mężczyzna w moich badaniach zakwestionował, czy zespół Aspergera odróżnia go od reszty rasy ludzkiej. Inny mężczyzna, u którego niedawno zdiagnozowano zespół Aspergera, zapytał, czy oznacza to, że nie kwalifikuje się już jako „normalna” istota ludzka. Te pytania są głębokie i prowokujące do myślenia i trafnie odzwierciedlają to, jak wiele osób z zespołem Aspergera często odczuwa. ZA nie jest szaleństwem ani chorobą psychiczną; jest to zaburzenie rozwojowe obecne od urodzenia. Gdyby osoba z zespołem Aspergera urodziła się w świecie, w którym wszyscy mieli ZA, nie czułaby się nie na miejscu, a nawet nie byłaby świadoma, że jest niepełnosprawna lub że pewnych

rzeczy nie może robić. Nie potrzebowałby umiejętności społecznych ani wnikliwego myślenia, ponieważ nie byłoby to wymagane ani oczekiwane; byłaby to umiejętność, której nikt by nie posiadał. Innymi słowy, nie miałby żadnego problemu. Miałby inteligencję, aby znaleźć pracę, a to nie zależałoby od jego umiejętności społecznych na etapie rozmowy kwalifikacyjnej. Byłby całkiem zdolny do dbania o siebie i zaspokajania swoich potrzeb. Musiałby się martwić tylko praktycznymi i logicznymi problemami życia. Nie musiałby oferować wsparcia emocjonalnego, nie musiałby czytać w myślach, nie musiałby rozpracowywać podwójnych znaczeń ani sarkazmu, ponieważ wszyscy na tej planecie mówiliby, co ma na myśli i mieli na myśli to, co powiedział. Spojrzenie na zespół Aspergera z tej perspektywy wyraźnie pokazuje, że jedynym problemem osoby z zespołem Aspergera jest dogadywanie się, zrozumienie i akceptacja przez osoby, które nie mają ZA. Dopiero gdy osoba z zespołem Aspergera próbuje nawiązać relacje, problemy, które powoduje ZA, stają się widoczne. Pozbądź się wszelkich relacji międzyludzkich, a prawdopodobnie osoba z zespołem Aspergera byłaby całkowicie nieświadoma swoich problemów. Tak więc głównymi problemami są relacje, czy to ze szkolnymi przyjaciółmi, kolegami z pracy, rodziną, rodzicami, dziećmi czy partnerami. To od wczesnych interakcji społecznych osoba z ZA zaczyna uczyć się, że różni się od otaczających ją ludzi. Ciągłe odrzucanie i zastraszanie w dzieciństwie może szybko przekazać wiadomość, że coś jest nie tak. Czasami dopiero gdy osoba dorosła z zespołem Aspergera tworzy intymny związek, temat zespołu Aspergera jest poruszany, często przez jego partnera. Gdy osoba zostanie uświadomiona, że prawdopodobnie ma zespół Aspergera lub gdy zostanie zdiagnozowana, musi dokonać wyboru. Musi zdecydować, czy ma zamiar zaakceptować fakt, że ma zespół Aspergera i zrozumieć zaburzenie oraz wpływ, jaki wywiera ono na niego i jego otoczenie. Lub może całkowicie temu zaprzeczyć i obwiniać swojego partnera, rodzinę lub ogólnie społeczeństwo. Jeśli zdecyduje się być świadomy, to związek ma nadzieję, zwłaszcza jeśli oboje partnerzy w pełni to akceptują i mają chęć do wspólnej pracy. Problemy w związku nie zostaną automatycznie rozwiązane, ale z pewnością można je poprawić, a niektórych można uniknąć w przyszłości. Aby jakkolwiek związek działał, potrzeba pracy zespołowej między parami, ale jest to szczególnie prawdziwe w przypadku związku dotkniętego zespołem Aspergera. Niezbędne jest wsparcie pary i całej rodziny. Kiedy u osoby zdiagnozowano ZA, jest to sprawa rodzinna i wszyscy członkowie rodziny będą musieli być świadomi i wykształceni w zakresie tego odmiennego sposobu bycia. Jeśli jednak osoba z zespołem Aspergera zaprzecza i nie chce zaakceptować tego, że jest chora lub ma jakiegokolwiek trudności; jeśli obwinia swojego partnera lub swoje dzieci i w konsekwencji cierpią one, wówczas partner NT ma wybór, a tym wyborem jest zostać lub odejść. Nikt nie powinien cierpieć w związku, niezależnie od tego, czy jest to spowodowane znęcaniem się finansowym, emocjonalnym, seksualnym, słownym czy fizycznym. Kobieta dała mi wiersz. Żyła w bardzo nieszczęśliwym związku z mężczyzną z zespołem Aspergera. Całkowicie zaprzeczała swoim problemom i obwiniała ją za wszystko. Ona napisała:

Siedzę na przepaści, kołyszając się tam iz powrotem

Mam skakać?

Mam krzyknąć?

A może czas już iść?

Desperacki poziom, do jakiego doszła ta kobieta, był oczywisty w tym, co napisała, i gdyby skoczyła, pozostawiłaby czwórkę wspaniałych dzieci. Nie podskoczyła, ponieważ zdała sobie sprawę, że ma wybór, próbowała krzyknąć, ale nie było nikogo, kto by ją usłyszał lub zrozumiał, więc w końcu odeszła. Oboje partnerzy w związku mają wybór, dzieci nie mają wyboru i obowiązkiem każdego rodzica jest dopilnowanie, aby jego potrzeby zostały wzięte pod uwagę. Ludzie ponoszą odpowiedzialność zarówno za siebie, jak i za tych, którzy ich otaczają. Ta odpowiedzialność nie zmniejsza się, ponieważ dana osoba

ma zespół Aspergera. Doświadczenie każdej osoby i każdej pary będzie inne; Przyniosłem ci zaledwie rzut oka na życie zbioru par zmagających się z zespołem Aspergera. Profesjonaliści dyskutowali, czy zespół Aspergera jest różnicą, a nie niepełnosprawnością. Powiedziałbym, że jest to inny sposób myślenia, który staje się niepełnosprawnością, gdy wymagana jest interakcja z innymi. Ta interakcja może być na różnych poziomach, dla niektórych jest to interakcja społeczna na dowolnym poziomie, dla innych tylko wtedy, gdy związek jest intymną relacją pary lub taką, która obejmuje dzieci. Osoby z zespołem Aspergera mają wiele do zaoferowania i odgrywają ważną rolę w naszym społeczeństwie. Ich niesamowita zdolność koncentracji, zdolność do osiągnięcia celów, a u niektórych potencjał do najwyższej inteligencji były odpowiedzialne za wiele towarów, z których korzystamy dzisiaj. We wstępie postawiono pytanie, czy mężczyzna z zespołem Aspergera może kochać swoją partnerkę? Odpowiedź brzmi tak. Może okazać swoją miłość w inny sposób, a jego uczucia nie zawsze będą oczywiste, ale większość mężczyzn twierdzi, że rzeczywiście kochają swoje partnerki. „Czy kochasz swojego partnera?” to pytanie, które często zadaję w gabinecie. Odpowiedź, którą zwykle otrzymuję od partnera AS, jest raczej zdziwiona i bezpośrednia: „Tak, oczywiście, że tak!”. Żadnych wstąpek ani kokardek, tylko fakty, przemyślane w praktyczny i logiczny sposób. Jego miłość do niej jest jedyna i trwała. Nigdy nie pozwoli jej utonąć w morzu emocji; wskoczy i uratuje ją, zanim zmoczy stopy. On zapewni jej bezpieczeństwo, a jej stopy będą twardo stąpać po ziemi; będzie się nią opiekował najlepiej jak potrafi. Pewien mężczyzna powiedział: „Moja żona jest jedyną kobietą, jaką kiedykolwiek kochałem, nie wyobrażam sobie być z kimś innym”.

Miał na myśli to, co powiedział, z całą szczerością, jaką mógł zaoferować, naprawdę nie mógł sobie wyobrazić bycia z kimś innym. W związkach AS mężczyźni często są bardzo uczciwi, lojalni i pracowici, większość będzie wierna i pozostanie z wybraną partnerką na całe życie. Będą dawać i oferować miłość na różne sposoby. Jeśli ich partnerzy rozumieją zespół Aspergera, docenią, że to dawanie często przybiera praktyczną i aktywną formę. Jest mało prawdopodobne, aby mężczyzna z ZA był w stanie zaoferować wsparcie emocjonalne lub empatię. Niektóre kobiety nie będą w stanie żyć z pustką i samotnością, które może to przynieść. Może John Gray powinien dodać element do swojej książki Mężczyźni są z Marsa, a kobiety z Wenus, może powinien dodać, że jednostki AS są z Saturna. Wszyscy dorośli z zespołem Aspergera są różni jako jednostki, ale wszyscy wyraźnie pochodzą z tej samej planety i powinni otrzymać szacunek i wsparcie, które byłyby oferowane innym osobom pochodzącym z innej kultury. Chciałbym zakończyć tę książkę cytatem mężczyzny z zespołem Aspergera. Jest to stwierdzenie, które wyraźnie mówi, że nadszedł czas, aby nasze społeczeństwo poważniej potraktowało zespół Aspergera i zdało sobie sprawę z bólu, jaki nasza ignorancja powoduje u tysięcy dorosłych i rodzin dotkniętych tym społecznie hamującym zaburzeniem. Żałuję, że nie mogę przeprogramować mojego mózgu... tak, żebym mógł poczuć się jak normalny, w pełni opłacony członek rasy ludzkiej, zamiast mentalnie przygnębionej obcej istoty!

Kluczowe punkty

- ° Często zdarza się, że osoba dorosła z zespołem Aspergera próbuje nawiązać relacje z innymi, a zespół Aspergera staje się poważnym problemem.
- ° Świadomość AS daje wybór obojgu partnerom.
- ° Odmowa AS może być destrukcyjna w związku.
- ° W związkach większość mężczyzn AS jest uczciwa, wierna i pracowita.
- ° Dorosły AS jest w stanie kochać swojego partnera.

