

Wees jezelf

Mooier kan je het niet maken

Mooier hoeft ook niet

Jezelf zijn is

het mooiste wat er is

QED

Mijn naam is Sandra Visser. Ik ben altijd onzeker geweest. Door me niet begrepen voelen in mijn jeugd, mijn werk en in de relatie die ik 20 jaar had. Bovendien ook nog een diagnose bipolair 2.

Mijn diagnose verklaarde wel een deel van mij, maar lang niet alles. Pas na mijn scheiding kon ik dat van een afstand bezien. En moest ik constateren dat ik niet alleen bipolair ben, maar ook hoogbegaafd (OK, verbaal dan) en Asperger. En een relatie had gehad waarin ik voortdurend klein en onzeker gehouden werd. Ik was er zelf bij, zag dat het niet goed was, maar het duurde lang voor ik sterk genoeg was om me los te maken en me weer te ontwikkelen.

Nu studeer ik weer, heb een baan waarin ik gewaardeerd word, heb twee lieve kinderen en geniet van mijn leven. Dankzij goede vrienden en mijn netwerk heb ik het gered. Ik heb ook mensen los moeten laten en dat doet pijn. Maar dit ben ik. Ik heb weer zelfvertrouwen. Ik accepteer mezelf zoals ik ben. Mijn diagnoses vallen in de praktijk mee, daar heb ik geluk mee. Maar ik moest het wel weten. Ik ben gelukkig HB, BP en ASS. Ik ben mezelf, ik ben Sandra.

Quod erat demonstrandum. Hetgeen bewezen moest worden.

1972-1984 Boekenwurm

Ik ben geboren als 10 ponder. Dat verhaal heb ik vaak gehoord van mijn moeder, zij was alleen met haar schoonmoeder, terwijl mijn vader de dokter haalde. Ik was er voor de dokter er was. Geboren in Twente, als tweede in een gezin van drie kinderen. Oudere zus, jongere broer. Veel gevochten met broer, veel gehangen aan zus. Weinig vriendinnen, veel lezen, wel slim, niet goed in gymnastiek. Tot mijn vierde jaar was ik aardig dik, daarna ging ik de lengte in. Van die tijd dat ik dik was, kan ik me weinig herinneren. Er bestaat een foto uit die tijd, waar ik mezelf niet eens op herkende later. Wel herinner ik me het schelden: "Dikzak Dikzak" op het schoolplein, al zal dat niet vaak zijn geweest.

Op mijn 10e vocht ik met een jongen op het schoolplein. Waarschijnlijk om een pesterijtje. Ik won. Eén keer was ik zelf pester: Een jongen die mij vaak pestte was net naar de kapper geweest. Ik greep mijn kans: "Kaalkop Kaalkop!". Ik voelde de macht. Maar die werd snel verbroken door tussenkomst van de meester: jij mag niet pesten! Ja maar, hij deed het ook! Niks te jammaren. Nooit meer gedaan.

Ben ook altijd groot geweest, mijn zus is veel fijner gebouwd. Vaak werd ik voor de oudste aangezien. En ook voor een jongetje. Dat laatste gebeurt me overigens nog steeds (behalve toen ik zwanger was:)).

Ik had epilepsie. Kreeg daar medicatie voor. Ik herinner me de ECG's in het ziekenhuis. Je hele hoofd onder de zuignappen. Dit heeft tot mijn 11e geduurd, toen ging het vanzelf over.

Ik denk van 1 uitval nog te weten. Het was in de 2e klas. Viel weg. Mijn moeder zal gebeld zijn.

Ik zorgde wel voor zorgen.

In 2016 spreek ik daar een mede-HB-er over. Hij vertelt dat er ook pseudo-epilepsie bestaat. Zelfde verschijnselen, maar de uitval wordt veroorzaakt door de stress in combinatie met het sociaal onvermogen te reageren. Als een kind beter in staat raakt zijn of haar gevoelens te uiten zou het over moeten gaan. Dat lees ik ook in Aspergirls van Rudy Simone. Zou zomaar kunnen dat het dat was.

Ik weet dat we op zondagmorgen altijd een wandeling maakten met de familie. We woonden op een boerderij in Twente en het bos lag vrijwel naast het erf. Ik mocht vaak bij mijn vader op de nek. Vaak pakte ik dan zijn pet af, wat ik erg grappig vond en mijn vader minder. Toen ik op mijn vierde te zwaar werd, was dat een hele teleurstelling. Ik herkende dat later toen ik zelf een dochter had, die ook te zwaar werd om op de nek te dragen.

Daarnaast fietsten we veel met onze ouders. Als we op vakantie gingen, gingen we vaak naar Texel.

Ik was niet ongelukkig, dacht wel veel na, maar kan niet zeggen een ongelukkige jeugd te hebben gehad. Waar ik over na dacht? De vreemdste dingen. Mijn dochter vertelde me dat ze zich afvroeg waarom een trap op school steeds uit 8 treden bestond. Over dat soort dingen dacht ik ook na.

Ik had wel vriendinnetjes voor mijn tiende, vooral uit de buurt, niet zozeer op school. Thuis speelde ik veel met de poesen, we hadden er veel rondlopen. Ik was er gek mee en had een plekje op de zolder van een schuur gevonden waar ik de pasgeboren jonge poesjes kon zien en vasthouden. Eén keer heb ik een hoogzwangere poes in huis gelaten. Ze nestelde zich in een luie stoel en een paar minuten later werden de poesjes geboren. Ik vond het zo mooi, de tranen stroomden me over de wangen. Ik geloof niet dat mijn moeder het heel erg kon waarderen, dat de poes in huis was bevallen. Ik zag aan haar gezicht dat ze het maar vies vond.

Toen ik groter werd, het goed deed op school en net VWO-advies had gekregen, was er een vertegenwoordiger van mijn vader die me aansprak: Zo, en jij gaat zeker naar de MAVO?! Ik reageerde direct: Zie ik er zo dom uit?

Achteraf denk ik dat de beste man erg geschrokken is van mijn reactie. Hij bedoelde het goed, maar dat zag ik toen niet, hij raakte de verkeerde snaar. Nu weet ik dat direct zijn en tactloos zijn mogelijke kenmerken van Asperger (en hoogbegaafdheid) kunnen zijn.

Op de lagere school zat ik in de 2e klas. De juf had gezegd dat iedereen wat voor zichzelf mocht gaan doen. Ik ging lezen. Op een gegeven moment zal de juf gezegd hebben: We gaan wat anders doen. Ik hoorde het niet, was verdiept in mijn boek. Kennelijk heeft het erg lang geduurd voor ik uit mijn concentratie gehaald kon worden, want plotseling schreeuwde de juf heel hard: SANDRA! OPHOUDEN! en de hele klas moest hard

lachen. Ik vond het denk ik niet erg, ik had lekker gelezen, maar het is me wel bijgebleven.

In de vijfde klas had ik mijn rekenen al af en mocht ik als extra opdracht de gang opmeten. Toen ik daar mee klaar was, ging ik terug naar de klas en bleek iedereen weg te zijn. De meester was me vergeten en was met de klas naar de gymles een paar straten verderop gegaan. Niet dat ik daar nou zo'n last van had, gym was niet mijn grootste hobby, maar ik vond het wel raar dat ik vergeten was.

Mijn ouders hadden een boerenbedrijf. Mijn vader was veel "achter" , aan het melken of de koeien verzorgen of aan het werk op het land. Het beeld dat ik van mijn vader heb is een hardwerkende en ondernemende man, die met regelmaat nog doldriest kon zijn. Zo ging hij met ons naar een nabijgelegen pretpark, waar hij met zijn zondagse broek op de schommel ging zitten, eraf gleed en in de modder terecht kwam. Ook herinner ik me een avond dat hij iets te veel op had en de hond in de kamer liet. Hij had de grootste schik, de hond vond het zo spannend dat hij moest plassen. Of die keer dat we met de auto door een bos reden en hij een heel zanderig pad op wilde rijden. Ondanks de waarschuwingen van mijn moeder het niet te doen, reed hij de auto klem in het zand.

Mijn moeder vond het belangrijk het goed te doen voor de buitenwereld en voor zichzelf. Dat is geen negatieve kwalificatie, zo was het. Als je uit huis ging, moest je er wel fatsoenlijk bijlopen. Dat mijn broer in zijn studententijd met gaten in zijn broek liep, heeft haar

vele grijze haren bezorgd. Mijn interesse voor kleding en shoppen was niet zo groot, ik liep er wel fatsoenlijk bij, maar mijn kledingkast was altijd een puinhoop. Toen mijn broer en ik allebei in Wageningen woonden, kwam ze eens in de twee weken langs, ging ze bij mij de kast opruimen en met de vrouw van mijn broer shoppen.

Mijn moeder was een intelligente vrouw, die meer uit haar leven wilde halen dan alleen de kinderen opvoeden. Door de boerderij van mijn vader voelde ze zich wel genoodzaakt haar baan als lerares op te geven. Toen de kinderen wat groter waren, heeft ze veel vrijwilligerswerk gedaan, ging reizen maken met de Plattelandsvrouwen en heeft ook een tijd in het Hoofdbestuur van de Plattelandsvrouwen meegedraaid.

Als moeder was ze streng, doch rechtvaardig, soms op het kille af. (Als ik moest bedenken waar ik mijn Asperger van heb, dan is mijn moeder hoofdverdachte:) Aspergermoeders worden ook wel ijskastmoeders genoemd, ik ben er ook wel zo één). Niet omdat ze geen emoties had, juist heel veel, maar dat was haar manier van beschermen, proberen niet de kinderen mee te nemen in haar emoties.

Ze had heel veel voor ons over. Zo herinner ik me dat ze ons een keer van school op kwam halen toen het regende. We waren met de fiets naar school gekomen en alle drie de fietsen werden achterin de auto gepropt met ons erbij. Hoe er zoveel fietsen in een auto konden snap ik nog steeds niet. Waarschijnlijk zijn de auto's die wij later hadden een stuk kleiner geweest.

Ik speelde wel eens met Gerrie, dan gingen we vaak buiten spelen, verstoppertje doen enzo. Kan me een keer herinneren dat ik bij haar speelde en ze vroeg: wat zullen we doen? en ik antwoordde: lezen! Ik merkte wel dat dat niet het juiste antwoord was.

Ik heb foto's van een groene tent die we opzetten in de tuin. Maar of we er dan mee speelden weet ik niet. Ik zie bij mijn zoon dat als hij lego krijgt hij het onmiddellijk in elkaar zet en dan klaar is. Gespeeld wordt er niet. Het in elkaar zetten is het spelen.

We gingen vaak naar opa en oma in Groningen. Daar speelden we met de andere kleinkinderen kamertje verhuur. In elke kamer zaten twee kinderen. Zij verzonnen een naam en lieten de andere kinderen met behulp van aanwijzingen die naam raden. Als de naam geraden was begon het spel opnieuw.

Mijn broer en ik lijken erg op elkaar qua karakter. Dat botste nogal eens, maar ik denk niet dat ik me dat op dat moment beseftte. Toen hij net geboren was, schijn ik jaloers te zijn geweest. En hij was natuurlijk een jongetje en de kleinste, dus hij heeft nooit hoeven afwassen..... De ruzies en vechtpartijen herinner ik me nog wel, maar niet waar het over ging. Als ik nu kijk naar mijn kinderen en de link met vroeger moet leggen, zou het thema: 'wie speelt er de baas over mij' heel goed hebben kunnen spelen. Ik heb ook altijd moeite gehad met ongelijkwaardigheid.

Mijn zus was een lieverd, nam me mee op sleeptouw. Of dat op verzoek was weet ik niet. Haar sociale gaven waren iets meer ontwikkeld dan die van mij en zij

voelde denk ik wel aan wanneer ze in moest grijpen.
Het voelde veilig bij haar.

Dictee

Verrassing of verassing

Was voor mij nooit een probleem

Twee woorden zo verschillend

Duidelijk die 'erren' volgens mijn systeem

Nu blijkt er van het tweede woord

Nog een betekenis te zijn

Het lijkt wat vergezocht maar toch dichtbij

Die ASS ligt nog beter in mijn lijn

1984- 1990 Krullen draaien

In de brugklas van de middelbare school was ik verliefd op Peter. Peter was blijven zitten, hij was groot en stoer. Ik heb nooit met hem gesproken, ik staarde alleen maar naar hem. Op een dag vroeg hij en plein public via mijn buurjongen om verkering. Ik scande de scenario's: 'Hoe groot was de kans dat hij het meende? Deed hij het misschien alleen om me heel hard uit te lachen als ik ja zei? Waarom kon hij het niet 1 op 1 vertellen?' Ik heb nee gezegd, ik durfde het niet aan. Ben nooit te weten gekomen hoe het zat. Ik heb het overigens ook niet gevraagd aan hem.

Ik was onzeker. Ik had een paar vriendinnen (wij waren de nerds van school). Motorisch was ik nog steeds niet sterk en mijn school stond hoog op de ranglijst van het volleybal en daarom werd er dus veel gevolleybald. Helaas voor mij. Als we een keer volleyballen en ik ben aan de beurt op te slaan, zegt de juf tegen iedereen: "O nee hè, Sandra is aan de beurt, ga maar een paar meter naar voren, dan komt die bal tenminste over het net." Deze manier van optreden van de juf raakt mij diep.

Door mijn onzekerheid had ik een zenuwtic (ook een kenmerk van Asperger) ontwikkeld. Deze tic had ik eigenlijk al van jongs af aan. Ik draaide krullen in mijn haar. Dat gaf aan dat ik ergens mee zat. Als het erger werd, trok ik mijn haar eruit. Tot er een kale plek kwam. Reden voor mijn moeder me weer kort te laten knippen. Tegen de tijd dat ik eindexamen deed had ik daarnaast ook migraine ontwikkeld. Naast pen en papier had ik een potje valeriana op mijn bureau staan.