

Anders omgaan met 'anders'

7 sleutels voor een betere relatie
met mensen met autisme en vele anderen!



Alex Peeters & Marleen Devisch

Auteur: **Marleen Devisch**

Co-auteur: **Alex Peeters**

Coverontwerp & samensteller: **Alex Peeters**

ISBN: **978-94-6485-532-6** (paperback)

ISBN: **978-94-0371-887-3** (e-book)

Uitgever: **GROEI ACADEMIE BV**

Drukwerk: **Printforce**

Druk: **1^e druk**

© 2023 **GROEI ACADEMIE BV, Marleen Devisch & Alex Peeters**

Alle rechten zijn voorbehouden aan Alex Peeters & Marleen Devisch, GROEI ACADEMIE BV. Niets uit deze uitgave mag vermenigvuldigd worden en/ of openbaar gemaakt door middel van druk, afbeeldingskopie, microfilm, internet of op welke andere wijze dan ook en/of door welk medium dan ook zonder toestemming van beide auteurs! Je mag geen geld vragen/verdienen op basis van dit werk zonder toestemming van beide auteurs!

Wij hebben ons best gedaan om zo accuraat en helder mogelijk te zijn. Hoe jij de aangeboden informatie interpreteert, is jouw verantwoordelijkheid.

Mocht je fouten in dit boek vinden, van welke aard dan ook, bezorg ons je feedback. Wat wij hier hebben neergeschreven, hebben wij voor een deel zelf ook geleerd, gelezen, onbewust geabsorbeerd, geleend of gekopieerd van iemand anders die veel slimmer is dan wij en/of die het op zijn beurt ook weer van anderen heeft geleerd. Niemand hoeft het wiel heruit te vinden om succesvol te kunnen zijn. We kunnen dat wiel mooier maken, namaken, status geven, er onze eigen inbreng aan toevoegen. Dat heet 'innoveren'. Innoveren is de krachtigste manier om succesvol te zijn en om als mens en als menselijke soort, te groeien.



<https://groeiacademie.be>

Inhoudsopgave

Over de auteurs.....	5
Wat Alex jou over dit boek wil vertellen.....	7
Over dit boek.....	9
Hoe we doorgaans omgaan met mensen die 'anders' zijn.....	9
Hoe je dit boek kan lezen en gebruiken.....	13
Dankwoord.....	15
Hoe het allemaal begon	17
Eerste kennismaking.....	17
Is dit normaal?.....	20
De diagnose.....	27
Sleutel 1: leren uitzoomen.....	31
De moeilijkheden.....	31
De supermarkt, 1ste verhaal.....	31
De supermarkt, 2de verhaal.....	34
Het verkeer.....	35
De oplossingen.....	37
Uitzoomen in je eigen hoofd.....	37
De ander helpen om uit te zoomen.....	41
Sleutel 2: de doorsnede opzoeken.....	45
De moeilijkheden.....	45
Hoe verschillend kunnen twee mensen zijn	45
De oplossingen.....	49
De doorsnede opzoeken.....	49
Sleutel 3: de brug maken tussen de verschillen.....	53
De moeilijkheden.....	53
Jouw balans is de mijne niet.....	53
Het is mijn manier of het is niet.....	55
De oplossingen.....	59
Het zit in de kleine dingen.....	59
Leer de verschillen begrijpen.....	60
Zie de talenten onder de moeilijkheden.....	61
Buig de moeilijkheden om naar mogelijkheden.....	64
Verschillen zijn essentieel.....	65
Sleutel 4: humor als bindmiddel.....	67
De moeilijkheden.....	67
Humor of sarcasme?.....	67
De oplossingen.....	71
Problemen aanpakken vanuit een positief gevoel.....	71
Sleutel 5: zorgen voor elkaars diep geluk.....	73
De moeilijkheden.....	73
Strijd versus harmonie.....	73
Op weg met vallen en opstaan.....	76

En dan zijn er die 'zuurstofmomenten'!	79
De oplossingen	81
We hebben allemaal dingen nodig	81
Wat heb jij nodig? Wat heb ik nodig?	83
Wat is 'diep geluk'?	85
Sleutel 6: aanvaarden	89
De moeilijkheden	89
Waarom 'aanvaarden' zo moeilijk kan zijn	89
De oplossingen	93
Wat aanvaarden niet is en wat het wel is	93
Sleutel 7: elkaar aanmoedigen om te leren en te groeien	97
De moeilijkheden voorbij	97
Voortrekkers in authenticiteit	97
De oplossingen	101
We zijn allemaal mensen in groei	101
Fouten maken mag	102
Je hoeft het niet allemaal ineens te kunnen	102
Nawoord	105
Wat hierna	107
Kennismaken met NLP	108
Workshops	109
Literatuurlijst	111
GROEI ACADEMIE	113
The Society of NLP	114

Over de auteurs

Marleen & Alex helpen mensen om hun leven zo te veranderen, dat ze meer tijd spenderen aan zich goed voelen dan aan zich slecht voelen. Kortom, ze helpen mensen op weg naar maximale levenskwaliteit, geluk en succes.

We bouwen onze eigen gedachtegevangenis. Om vervolgens ongelukkig te zijn omdat we zo denken. We draaien er onszelf in. Dit veroorzaakt een grote onvrijheid in ons leven.

Marleen & Alex werken met NLP (Neuro-Linguïstisch Programmeren), zodat ze zachtjes kunnen opschuiven naar een leven waarin andere gedachten en gevoelens op de voorgrond komen te staan. Meer vrijheid, plezier en impact zijn het gevolg en dus ook een andere manier van leven.



Alex Peeters & Marleen Devisch

Marleen & Alex zijn sinds oktober 2013 naast levenspartners, ook zakenpartners. Ze zijn beiden bestuurders van GROEI ACADEMIE BV

Marleen Devisch, NLP Trainer™, NLP Coaching Trainer™, NLP Coach™ en mentor bij **GROEI ACADEMIE**, levenspartner van Alex, is meer dan een kwarteeuw actief binnen persoonlijke ontwikkeling. Zij verstaat de kunst om een klimaat van groei te creëren voor mensen. Haar grote allround ervaring met en inzicht in mensen, maakt haar tot een onmisbare ondersteuner bij iedereen die training volgt. Zij is gespecialiseerd in mensen in contact laten komen met de kern van hun persoonlijkheid en met hun innerlijke motivatoren. De rust en eenvoud van haar aanpak en haar enthousiasme zijn zeer inspirerend en brengen mensen in beweging.

Alex Peeters, NLP Trainer™, NLP Coaching Trainer™, NLP Coach™ en mentor bij GROEI ACADEMIE, is het schoolvoorbeeld van welke transformatie iemand bij GROEI ACADEMIE kan doormaken. Enkele jaren geleden kreeg hij de diagnose 'autisme'. Haast niemand geloofde dat hij trainer zou kunnen worden. Nu is hij expert in business NLP-trainingen. Hij zet zijn autisme volop in als kracht, waardoor hij met zijn precisie en scherpe observaties, mensen naar een bovengemiddeld niveau tilt in hun groeiproces. Bij GROEI ACADEMIE is hij de creator van heel wat trainingen. Hij ligt aan de basis van de meeste boeken die door GROEI ACADEMIE zijn gepubliceerd. Zijn passie voor menselijke groei werkt aanstekelijk.

Wat Alex jou over dit boek wil vertellen

Onze testlezers vroegen zich veelvuldig af hoe Alex tegenover de inhoud van dit boek staat.

Awel, ik den Alex, heb tot mijn 45-ste moeten horen dat er met mij niet te leven valt.

Toen mijn hart oversloeg voor Marleen in oktober 2012 was ik 22 jaar alleen, en zij 20 jaar.

En ja, wij zagen elkaar enorm graag, we wilden dat het lukte, echter er waren breekpunten waarvoor we geen oplossing zagen.

In 2014, het jaar waarin we besloten dat we gingen trouwen, vroeg Marleen of ik me wilde laten testen. Zij had een vermoeden.

Ik stemde in en toen bleek ik het Syndroom van Asperger te hebben, dat wat zij vermoedde.

Zij wilde dit weten, zodat ze kon uitmaken of ze met wat ze wel en niet van mij kon verwachten, kon leven, dan wel of het een breekpunt zou zijn.

We zijn blijven vechten. We zien elkaar steeds liever.

We zijn steeds gelukkiger bij elkaar. En onze onenigheden, duren steeds minder lang. Bij aanvang soms drie dagen geen klank en geen beeld. Nu is dit veelal enkele minuten en uitzonderlijk eens een uurtje.

En ja, inmiddels valt met mij zeer goed samen te leven!

Wij groeien steeds weer, steeds meer naar elkaar toe.

De oplossingen die Marleen beschrijft in dit boek, zijn veelal NLP-technieken in mentaal beschreven, zodat bijna iedereen er gemakkelijk mee aan de slag kan. Tijdens onze NLP-trainingen, ontdekken onze deelnemers, tevens de officiële namen die achter elk van deze technieken zitten :)

Sommige testlezers vroegen zich af hoe het in zijn werk gaat bij mensen met autisme om deze sleutels toe te passen.

Het is nu eenmaal zo dat NLP, de taal voor het onbewuste is, een vrij letterlijke en directe taal om te communiceren. Het is de ideale taal voor mensen met autisme om te leren, omdat zij van nature reeds vrij letterlijk zijn :)

Er valt nog veel meer te vertellen, echter dit ga ik niet doen, want dit is het boek van Marleen.

Wat ik wel nog wil delen is, dat ik haar allereerste testlezer ben, en dat ik het boek ik één adem heb uitgelezen, en haar volmondig mijn akkoord voor dit boek gegeven heb, over de hele lijn, zonder dat ze voor mij iets hoefde aan te passen, ook al stonden de tranen van ontroering in mijn ogen, want de wereld mag weten dat je, ook wanneer je anders bent dan anders, zeer gelukkig kan worden met de juiste persoon aan je zij.

Schat, dank om ons zo kwetsbaar op te stellen, want 'Anders omgaan met 'Anders'' is voor ons inmiddels dagelijkse kost :)

Alex Peeters

Over dit boek

Hoe we doorgaans omgaan met mensen die 'anders' zijn

We reageren allemaal op onze eigen manier op mensen die 'anders' zijn dan wij zelf. We hebben de neiging om datgene wat anders is of anders aanvoelt, aan onze kant te trekken. Omdat we onze manier van leven, de beste vinden. Dit zit in onze natuur. We zijn in wezen een onverdraagzame soort. Echter, we zijn ook een soort die door de tijd heen, heeft bewezen dat ze kan groeien en evolueren. En dit scheidt mogelijkheden ...

Anderen aan onze kant trekken, betekent dat we die ander niet laten zijn wie hij is. Het betekent dat we de ander vervormen en kneden, tot iemand die past 'in ons kraam'.

Terwijl die ander, wanneer we hem de ruimte geven om zichzelf te zijn, net iets kan toevoegen aan ons leven. Misschien is het net de persoon die we nodig hebben op dat moment. Of misschien kunnen we er iets van leren.

We zijn allemaal unieke instrumenten in het orkest van het leven. Van een trompet een viool willen maken, zorgt niet voor betere muziek. Het is net omdat een trompet voluit 'trompet' mag zijn, dat hij tot zijn recht komt en zijn deel kan toevoegen aan het orkest.

Dit boek is enerzijds een voorbeeld van hoe ik Alex, mijn man die autisme heeft, aan mijn kant heb probe-

ren te trekken, jaren aan een stuk. Daarnaast lees je ook welke weg wij hebben afgelegd om daarmee te stoppen. Je leest over mijn en onze uitdagingen en onze evolutie, die ervoor gezorgd hebben dat we elkaar hebben leren waarderen in wie we zijn: allebei anders en uniek. Nu verrijken we elkaar en is net het 'anders' zijn, de grote troef in onze relatie en in ons bedrijf: **GROEI ACADEMIE BV**.

In dit boek vertel ik ons verhaal, niet meer en niet minder: onze ervaring. Niet gebaseerd op wetenschappelijk onderzoek. Ik heb geenszins de bedoeling om te veralgemenen. Wat ons heeft geholpen, is niet noodzakelijk ook helpend voor andere mensen met autisme of met enige andere vorm van 'anders' zijn. Lees dit boek dus vanuit het juiste perspectief.

Mijn hoop is wel dat het een bron van inspiratie is voor jouw eigen zoektocht. Deze hoop heb ik aan de hierna volgende bladzijden vastgeklikt. Als dit boek iets kan bijdragen tot een andere kijk op autisme, op samenleven met mensen met autisme en – bij uitbreiding – mensen die op de één of andere manier 'anders' zijn dan de doorsnee, dan hebben we ons doel bereikt.

Aan ons verhaal hebben we zeven sleutels vastgehangen. Het zijn onze oplossingen gebleken voor de uitdagingen waar we tegenaan liepen. Ze geven een inkijk in hoe wij met het autisme van Alex zijn omgegaan tot nu toe. Ze verduidelijken wellicht bepaalde zaken die je misschien zelf ervaart in je leven. Ze kunnen jou houvast geven als je in contact komt met iemand die 'an-

ders' is. Ze beantwoorden mogelijks ook vragen waar jij mee zit.

Mijn man heeft zijn weg gevonden in het leven, soms ondanks, maar veel vaker dankzij zijn autisme. Ik heb enorm veel geleerd over mezelf, over mijn eigen communicatie- en relatievaardigheden (en de mankementen hierin), door met mijn man samen te leven en onze gezamenlijke zoektocht naar steeds meer geluk te blijven aangaan. Ik heb vooral geleerd dat wij, die niet het label autisme hebben, vaak onze eigen relatie- en communicatieskills overschatten. Mensen met autisme of een andere vorm van 'anders' zijn, kunnen ons heel veel leren, als wij er voor open staan.

Het is onze droom dat je met wat je hierna leest, aan de slag gaat, in jouw concrete dagelijkse leven. Dat je dingen gaat uittesten. En dat je er jouw eigen weg mee gaat. Een weg waarvan jij de hoofdarchitect bent. Dat je leert te durven om contact te maken met iemand die 'anders' is. Of dat je de contacten die je hebt, bijstuurt en nagaat wat er verandert.

Het is onze diepe hoop dat mensen met autisme en hun omgeving, of – breder gezien – mensen die we als 'anders' ervaren en hun omgeving, samen hun weg vinden in het leven en op hun beurt het verschil kunnen maken voor anderen. Op deze manier dragen we ons steentje bij tot een communicatievaardigere maatschappij.

