'Ze is bijna als een zusje voor me'

Anna (61) is buddy van een autistische vrouw

Anna werkt als vrijwilliger voor Roze Buddyzorg: een stichting voor lesbische vrouwen, homoseksuele mannen, biseksuelen en transgenders. Ze is al twaalf jaar buddy van een oudere vrouw met het syndroom van Asperger.

"In 2001 gaf ik me op voor een buddytraining, speciaal voor mensen met een 'roze' leefstijl. Het buddy-werk is in de jaren tachtig begonnen. Toen ging het vooral om stervensbegeleiding van aidspatiënten. Inmiddels is het accent verschoven: buddy's worden nu ingezet voor de begeleiding van mensen die in een kwetsbare positie zitten, door bijvoorbeeld ziekte of ouderdom, of omdat ze in een sociaal isolement verkeren.

De werkzaamheden van een buddy zijn niet altijd even vastomlijnd. Je bent geen vriend, maar ook geen hulpverlener. Je zit ertussenin. Heel veel mag je zelf invullen, maar het is niet de bedoeling dat je een hulpje in de huishouding wordt. Tijdens de training verken je je grenzen en leer je die te bewaken. Ik moest mijn kwaliteiten benoemen. Zo heb ik bijvoorbeeld veel geduld. Tijdens een rollenspel werd ik daarin uitgedaagd. Iemand bleef maar zeuren en dreinen, om te zien wanneer ik zou zeggen: nu is het genoeg! Ik moest ook een profiel maken, waarin ik aangaf wat ik leuk vond, maar ook wat ik niét wilde. Ik wilde bijvoorbeeld niet werken bij een alcoholist of een roker. Een contactbegeleider koppelde mijn profiel aan dat van een cliënt.

VERTROUWENSBAND

Mijn eerste cliënt was een acteur met ME. Een jaar ben ik bij hem geweest, daarna veranderde zijn hulpvraag. Misschien had hij meer baat bij een huishoudelijke hulp. Vervolgens werd ik gekoppeld aan een vrouw die iets ouder was dan ik. Toen ik haar leerde kennen, was ze midden vijftig. Ze had een scootmobiel en liep in huis met een rollator rond. Ze had soms epileptische aanvallen en was sociaal onhandig. Als je haar in een winkel tegenkomt, zie je een vrouw die 'iets' heeft. Ze is langzaam en ziet er apart uit. Mensen blijven vaak op afstand van zulke mensen. Mij fascineert dat afwijkende juist. Door het buddywerk leerde ik haar al snel ▶

'Ik ben blij dat ik er voor haar kan zijn'

beter kennen. Ik merkte dat ze ontzettend intelligent is, ik denk zelfs hoogbegaafd. Haar sociale onhandigheid komt voort uit angst. Ze heeft er wel behoefte aan om te praten met iemand die ze vertrouwt. Mijn voornaamste taak als buddy is haar gezelschap houden. Ik zoek haar eens per week op en blijf dan zo'n vier uur. We hebben in al die jaren een vertrouwensband opgebouwd. Ik coach haar ook een beetje op sociaal gebied. Zo attendeer ik haar erop dat ze ook vragen aan mij kan stellen.

Pas zes jaar geleden kwam ze erachter dat ze het syndroom van Asperger heeft, een vorm van autisme. Alles viel toen op zijn plaats, het was de ontdekking van haar leven. Ze had altijd wel geweten dat er iets met haar was, maar nooit wát dan precies. Ze heeft een heel traject in de psychiatrie doorlopen. Ze dachten dat ze misschien schizofreen was of een borderlinestoornis had. Het is zo jammer dat zo'n intelligente vrouw nooit goed is begeleid. Daarom is het haar niet gelukt om haar talenten goed te ontplooien en een maatschappelijke positie in te nemen. Op de lagere school vonden ze haar al apart. De HBS heeft ze niet afgemaakt. Ze heeft allerlei baantjes uitgeprobeerd, bijvoorbeeld in een tuinderij, maar het ging gewoon niet. Als ze in deze tijd was geboren en er in een vroeg stadium een diagnose was gesteld, had ze de juiste begeleiding kunnen krijgen. Veel eenzaam geworstel was haar dan bespaard gebleven. Deze vrouw leest boeken op wetenschappelijk niveau. Ze heeft een brede belangstelling. Ze weet veel over autisme, maar ook over kunst en astronomie. Ik kan wat van haar leren en gesprekken met haar zijn vaak boeiend. Ik denk weleens dat ze met haar intelligentie en interesse hoogleraar had kunnen worden.

KERST

Ik bezoek haar al twaalf jaar en heb haar echt in mijn hart gesloten. Ze is bijna als een zusje voor me. Soms heb ik het echter weleens moeilijk met haar gedrag. Als we buiten de deur zijn, komen er soms te veel prikkels op haar af. Dat levert stress op. Ook heeft ze moeite met onverwachte situaties. Dan blokkeert ze en slaat ze dicht. De enige oplossing is dan naar huis gaan, terug naar haar veilige omgeving. Daarna moet ze altijd een paar dagen bijkomen. We bespreken dit altijd later. Het is een aspect van haar autisme.

Ze woonde aanvankelijk in een achterbuurt, waar ze zich niet heel veilig voelde. Als ze naar buiten moest, leverde dat spanning op. Zeven jaar geleden is ze verhuisd. Dat heb ik voor elkaar gekregen en daar ben ik trots op. Ik heb een appartement voor 'roze' senioren voor haar geregeld, in een fijne buurt waar ze zich prettig voelt. Dat had wel wat voeten in de aarde. Toen ik voorstelde om haar op de wachtlijst te plaatsen, wilde ze dat niet. Ik heb geleerd dat haar 'nee' betekent: daar moet ik nog even over nadenken. Na negen maanden kwam ze er zelf op terug.

In haar nieuwe omgeving is ze helemaal opgebloeid. Eén kamer heeft ze ingericht als atelier, waar ze schildert en tekent. De rollator is met haar mee verhuisd, maar staat in de schuur te verpieteren. Ze heeft het ding nooit meer aangeraakt.

Ik ben blij dat ik dit voor haar kan doen. Dat ik er voor haar kan zijn. Het geeft me heel veel voldoening. Deze vrouw heeft zo veel in zich. In ons contact kan ik ook mijn verhaal kwijt en ik ben benieuwd naar haar visie op de dingen. Ik wil haar graag bij de gewone wereld betrekken. Met kerst komt ze altijd bij me eten. Ik heb persoonlijk niet zo veel met kerst, maar ik begrijp dat het voor haar anders is. Ze heeft niemand en op dat soort dagen voelt ze zich heel alleen. Dan koken mijn vriendin en ik iets wat zij lekker vindt. Als ik die lach op haar gezicht zie, ben ik blij.

Als je kwetsbaar bent, word je in deze maatschappij zo snel afgeserveerd of gekleineerd. Ik ben nu gezond en voel me sterk. Maar ik besef heel goed hoe dun het lijntje is. Er kan zomaar wat gebeuren. Je hoeft maar een hersenbloeding te krijgen en je zit ineens aan de kwetsbare kant. Als mij zoiets zou overkomen, zou ik het ook fijn vinden als er iemand voor me zou zijn. ■