

Erfahrungsbericht einer Teilnehmerin der Selbsthilfegruppe «Asperger Partner/innen»

Ich bin nicht in der Schweiz aufgewachsen, Deutsch ist nicht meine Muttersprache. Ich bin nun 39 Jahre mit einem Schweizer verheiratet. Ganz lange habe ich gedacht, dass die Schwierigkeiten in meiner Beziehung daran liegen, dass ich die Sprache und die Mentalität nicht richtig verstehe – dass die Differenzen kulturell bedingt sind. Ich habe erst sehr spät gemerkt, dass mein Partner das Asperger-Syndrom hat. Ich war sehr froh, als ich endlich eine Selbsthilfegruppe zu diesem Thema und somit gleichbetroffene Frauen fand. Ich wäre so dankbar gewesen, hätte mich jemand bereits während des Diagnosewegs meines Mannes auf dieses Angebot hingewiesen – leider war dem nicht so.

Als Angehörige ist man oft in Situationen, in denen man nicht mehr weiterweiss und an sich selbst zweifelt. Dabei kann es sehr unterstützend sein, andere kennenzulernen, die in ähnlichen Situationen sind. Ich bekam durch die Selbsthilfegruppe das Gefühl, nicht alleine zu sein. Auch die Bestätigung, dass meine Wahrnehmung meiner Beziehung stimmt, dass andere ähnliche Symptome in ihren Partnern erkennen und deckungsgleiche Erfahrungen machen, hat mir sehr geholfen.

Einfach andere zu treffen und zu merken «Oh mein Gott, es bin nicht nur ich» tut so gut. Ich war oft sehr verloren in meiner Situation und niemand wusste davon. Mein Umfeld würde mich wahrscheinlich nicht ernst nehmen mit meiner Thematik, da diese gegen aussen nicht sichtbar ist, aussenstehende sehen nicht hinter die Fassade, sehen nicht, wie ich unsere Beziehung erlebe. Menschen zu treffen, die meine Situation ganz genau kennen, hilft mir sehr – es ist Balsam für die Seele.

Mir ist auch wichtig, dass mit Vorurteilen über Selbsthilfegruppen aufgeräumt wird. Wir sind keine Jammergruppe. Vielmehr geht es darum, dass wir uns gegenseitig unterstützen und uns zu neuen Wegen und Ansätzen inspirieren, die wir manchmal vor lauter Erschöpfung selber nicht mehr sehen würden.