

# Remco: 'Ik had soms echt het gevoel dat we van andere planeten kwamen'

"Leuk meisje voor jou," zei een collega, toen Sterre op mijn afdeling kwam werken, nu veertien jaar geleden.

Ik vond haar knap, maar wel een beetje tuttig gekleed.

Toch zijn we gaan daten en langzaam begonnen we elkaar steeds leuker te vinden. Haar nuchterheid sprak mij aan. Ik ben nogal een gevoelsmens. Zij had me zo weer met beide benen op de grond als ik

me weer eens door mijn emoties liet meeslepen. Zo werd het steeds serieuzer en een jaar later zijn we getrouwd.

De verschillen tussen ons zorgden in het begin van onze relatie voor flinke botsingen. Sterre kon heel

goed redeneren en dingen helder krijgen, dat was fijn. Maar ze voelde mij totaal niet aan. Als ik bijvoorbeeld na een zware dag op mijn werk helemaal leeg en moe thuis kwam, vroeg ze mij doodleuk waarom ik de vuilniszakken niet buiten had gezet. We zaten dan echt op een totaal andere golflengte en ik ontplofte gewoon. Hoe kon ze zo blind zijn? Zo anders.

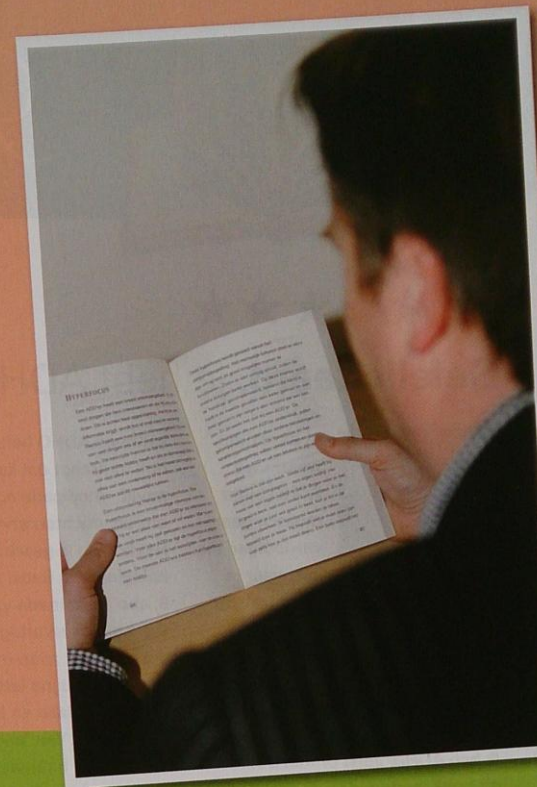
We hebben heel wat heftige discussies gehad, waarbij ik echt het gevoel had dat we van andere planeten kwamen. Maar we bleven bij elkaar. Liefde overwint alles. Ook onze verschillen.

Twee jaar geleden kwam er een omslag. Onze oudste zoon werd gediagnosticeerd met het Syndroom van Asperger. Dat gaf veel nieuwe inzichten, ook wat betreft de relatie tussen Sterre en mij. De nuchterheid en het gebrek aan gevoel van onze zoon: het was heel herkenbaar. Sterre kon precies zo reageren. Al snel zagen we dat ook onze middelste zoon niet een 'standaard' kind is. Dromerig en heel vaak in zijn eigen wereld. Een test

wees uit dat hij ADD heeft. Het kwartje viel al snel; dat had hij niet van Sterre. Ik ben zo blij met de diagnose en de medicatie. Ik ben een workaholic en mijn hyperfocus ligt duidelijk in mijn werk. Maar daarbuiten ben ik snel afgeleid en heb ik juist moeite met concentratie. Dat gaat nu veel beter.

De kennis over ADD komt ook onze relatie ten goede. Als ik nu nog even op zaterdag wat mails wil werken omdat het anders in mijn hoofd blijft hangen, snapt Sterre dat. Als ik het niet doe, blijf ik er de hele dag, in gedachten, mee bezig. Als het afgehandeld is, kan ik me daarna richten op haar en de kinderen.

Sterre is inmiddels enorm gegroeid in het herkennen en uiten van haar eigen gevoelens. Ze is zich bewust van haar gevoel en durft haar emoties te laten zien. Af en toe de ratio loslaten. In ruzies is ze nu niet meer de 'koude muur' waar ik tegenaan schreeuwde, maar bijna net zo emotioneel als ik. En dat bevalt me wel.



## Sterre: 'Ik ben nu verliefder'

Ik vond Remco wel leuk in het begin, maar ik was niet echt verliefd. Pas toen hij drie weken op vakantie was, besepte ik dat ik hem toch wel meer dan gewoon leuk vond. Hij was lekker impulsief en initiatiefrijk. Scheen de zon, dan riep hij "Kom we gaan naar het strand!". Gelukkig houd ik wel van een onverwachte actie en stap ik direct bij hem in de auto.

Na ons trouwen botsten onze karakters steeds meer. Terwijl ik alles logisch bekeek, liep Remco over van gevoelens, dus dat knalde vaak. Ik had daar minder last van dan hij; ik voelde simpelweg minder en deed alles via de ratio. Dat was wat ik kende.

Totdat, twee jaar geleden, onze kinderen de diagnose Syndroom van Asperger en ADD kregen. Om onze kinderen zo goed mogelijk te helpen, ben ik veel gaan lezen. En kritischer gaan kijken naar onszelf en onze karakters. Ik verslond alle boeken die ik kon vinden, over Asperger en ADD, maar ook over ADHD, PDD-NOS

## dan ooit'

en HSP. Hoe meer ik las, hoe beter ik mezelf maar ook Remco begreep. Alles viel op zijn plek. Zoveel van onze ergernissen en wederzijds onbegrip konden opeens verklaard worden. Maar met lezen alleen ben je er nog niet. Wij moesten zelf veranderen. En zo opende Remco zijn gedachten voor mij en ik mijn gevoel voor hem. Opeens konden we echt communiceren. En onze relatie werd veel intenser.

Als je elkaar begrijpt, kun je elkaar ook helpen. Zo is Remco een enorme steun als mijn gevoel geblokkeerd is. En ik probeer Remco te helpen. Neem het cliché van de sleutels; die was hij ALTIJD kwijt. Daar kon ik niet bij, dat kan toch niet steeds misgaan? Wel dus, bij iemand met ADD. Dus leg ik ze gewoon op de afgesproken plek als ik ze ergens anders vind. Een kleine moeite voor mij, maar voor Remco een enorme opluchting. Of het feit dat hij totaal in zijn eigen wereldje kan zitten; hij lijkt wel te reageren maar is er niet echt bij.

Nu snap ik dat dit zo werkt bij hem. Het is echt niet persoonlijk en ik hoef mij daar niet onzeker door te voelen. De diagnose heeft ons vooral veel goeds gebracht. Het heeft onze relatie versterkt en ik ben nu verliefder dan ik ooit geweest ben.

Jouw kant

Remco (39) met ADD en Sterre (38) zonder ADD, zijn dagelijks

blij met de diagnose. Tekst: Julie Houben Beeld: Marjon Wijdeven Fotografie

Mijn kant



Impuls  
Vereniging voor volwassenen met ADHD en aanverwante stoornissen  
Mooi geworden toch?  
Julie Houben  
hoofdredacteur Impulsief  
schrijft voor volwassenen met AD(H)D