

💙💚 Lieve ouder, 💙💚

Als je bij deze brief bent uitgekomen, dan heb jij een vermoeden van autisme bij je kind, je kind wordt momenteel onderzocht op autisme, of je kind heeft in het afgelopen jaar de diagnose autisme gekregen. Je bent ook op zoek naar informatie.

Je bent op de juiste plek terechtgekomen!

Ik, Jonneke, werk bijna 15 jaar met gezinnen waarin kinderen de diagnose autisme krijgen of al hebben. Ik heb veel verdriet en onzekerheid van ouders meegemaakt en mogen begeleiden. Iedere ouder beleeft dit proces op zijn of haar eigen manier, maar wat ik heel vaak van ouders hoor is dat ze zich zo 'verloren' voelen in de nieuwe wereld waar ze ineens 'in gegooid' worden.

Het onderzoeksproces en de diagnose is alleen maar het begin en voor veel ouders houdt na het krijgen van de diagnose de hulp op. En dan staan ze er ineens alleen voor met tientallen vragen en nog steeds dezelfde moeilijkheden waar ze in eerste instantie hulp voor hebben gezocht.

Wat ik ook al meerdere keren heb gehoord is: “Was er maar een soort handboek” en “Was er maar een website waar je alles kunt vinden dat je nodig hebt na het krijgen van een diagnose voor je kind”. Dat heeft mij aan het denken gezet... Ik wilde graag iets ontwikkelen waar ouders zich aan kunnen vastgrijpen na het krijgen van de diagnose voor hun kind. Niet alleen psycho-educatie, niet alleen uitleg over verschillende soorten zorg, niet alleen praktische tips voor thuis, maar een totaalpakket waarin naast veel informatie en tips ook aandacht is voor zelfzorg. Want dat vergeten de meeste ouders; goed voor zichzelf zorgen.

Vergeten goed voor jezelf te zorgen komt voort uit de enorme liefde die je voor je kind voelt. Het moet goed gaan met hem of haar en jij als ouder komt op de tweede plek te staan. Diep van binnen weet je dat dit niet heel handig is, want zoals in het vliegtuig ook gezegd wordt: *‘Zet eerst je eigen zuurstofmasker op, voordat je je kind hiermee helpt.’* Een uitgeputte ouder kan niet de juiste zorg en begeleiding geven aan zijn of haar kind en dat terwijl deze kinderen het juist extra hard nodig hebben dat hun ouders goed in hun vel zitten. Een cirkeltje dus... en

dat cirkeltje probeer ik te doorbreken, zowel tijdens mijn begeleiding als ook in de cursus die ik samen met Marleen (een ouder van een zoon met autisme) ontwikkeld heb.

Je staat aan het begin van een enorme ontdekkingsreis. Elke dag ontdek en leer je nieuwe dingen over jouw kind en over jezelf en daar kun je best wat hulp bij gebruiken, want autisme, dat is nogal wat!

Voor jouw kind, maar ook voor jou, broertjes en zusjes (genoemd: brusjes) en overige directe familieleden heeft dit impact. Jij en je omgeving krijgen te maken met een verwerkings- en aanpassingsproces. Ook jouw kind, hoe jong hij of zij ook is, krijgt altijd wel mee dat er iets met ze aan de hand is, maar weten zelf soms ook niet wat dat is, of inhoudt. Lastig gedrag, kan daardoor soms ook verergeren. Herken je hier iets van?

Marleen is moeder van een kind met autisme, ervaringsdeskundige en heeft zich veel ingelezen in autisme en in de praktijk toegepast. Ze is heel erg betrokken en begaan met ouders die op het punt staan waar zij zelf een aantal jaren geleden ook stond. Ze heeft helemaal zelf haar weg gevonden in de wereld van autisme en wil dit andere ouders graag besparen. Ook Marleen ziet het enorme belang van aandacht voor jou als ouder: hoe voel jij je, wat heb jij nodig, hoe zorg jij goed voor jezelf?

Van ouder tot ouder
van hart tot hart
Laat mij in jouw zorgen delen
gedragen smart



Marleen Gondelach

Zij als ouder snapt andere ouders waarschijnlijk beter dan ik als professional en daarom kon haar bijdrage en expertise echt niet missen in deze cursus. Als je vrijblijvend informatie aanvraagt over deze cursus ontvang je o.a. een document met een 5-tal blogs dat Marleen schreef over de periode voor en na de diagnose van haar zoontje. Zeker de moeite waard om te lezen, voor steun en herkenning.

Samen schreven wij dus de cursus Autisme en Diagnose, waarmee wij ouders graag een grote voorsprong geven in alle kennis over autisme en de wereld daar omheen.

Misschien schreven wij deze cursus wel voor jou. Misschien ben jij die ouder die nog zoekende is, zich onzeker voelt, in een verwerkingsproces zit en op zoek is naar steun. In deze cursus komt alles aan bod om jou een sterke start te geven in de gehele zoektocht om uiteindelijk jouw kind en jullie gezin te kunnen helpen in alles wat er op jullie af komt. Met uiteindelijk: zoveel mogelijk balans en geluk binnen jullie leven.

Tot slot willen we je graag laten weten dat je niet de enige bent!
Er zijn ouders die jouw gevoelens, gedachtes, liefde en zorgen
(h)erkennen en met je willen delen. 💙💚

Liefs,

Jonneke en Marleen



KOEKIE Autisme Begeleiding

www.symptomen-autisme.nl/online-koekie-cursus-autisme-en-diagnose/