

Kræsenpinden



Sofie var nygift og lykkelig, oven i det havde hun lige afsluttet sit lærerstudie med gode karakterer i hendes linjefag, som var hjemkundskab. Med andre ord var hendes nygifte hoved fyldt med spændende retter, som hun glædede sig til at lave til sig selv og sin mand. Stor var skuffelsen dog, da det viste sig, at hendes mand nærmest ikke kunne lide noget som helst af det, hun serverede. Det eneste, han ville spise, var karbonader og hakkebøf og kartofler, for det var han vant til at få serveret hjemmefra.

Sofie blev i starten, da dette stod på, nogle gange så frustreret og irriteret over denne ekstreme kræsenhed, at hun måtte gå udenfor. Nogle gange var frustrationen endda så stor, at tårerne fik frit løb. Med tiden resignerede hun og bed det i sig.

Denne fortælling er autentisk, men jeg har ændret på navnet. Det viste sig, at Sofies partner havde Aspergers Syndrom. Det triste er jo, at vi her har at gøre med et voksent menneske, der udviser kræsenhed, som var han 3 år gammel. Det sørgelige er også, at aspergeren, som følge af sine mangler i forhold til kognitiv empati, har svært ved at forstå partnerens følelser og frustration, og derfor ikke selv er klar over, hvor stort et problem dette udgør i dagligdagen.

Det er ikke sikkert, at din AS-partner er kræsen, måske var han det som barn (meget sandsynligt), men er så siden hen vokset fra det. Jeg var f.eks ret kræsen som barn, men nu er der såmænd kun få ting, jeg ikke kan lide, som f.eks. andesteg, risalamande og flæskesteg - julen er derfor ikke noget, jeg ser frem til. Et faktum er dog, at kræsenhed og autisme hænger tæt sammen, og er noget, der let vil kunne fylde (for meget) i et parforhold.

Gode råd til dig der lever med en Asperger

1. Det er let at afskrive kræsenheden som noget pjat, og forståeligt nok dukker der tanker op i dit hoved, som f.eks.: "Kan han da ikke bare tage sig sammen!" eller "Nu må han da holde op med at skabe sig som et lille barn!". Du er dog nødt til at tage højde for noget her, og det er den famøse sanseforstyrrelse. Når en asperger har det svært med en bestemt slags mad, så er det ofte, fordi han vitterligt oplever stort ubehag ved en bestemt smag eller konsistens. Med andre ord er det ikke bare noget pjat og dårlig opdragelse.
2. Udover sanseforstyrrelsen kæmper aspergere også med at finde ro og mening i en kaotisk verden fyldt med sanseindtryk, støj og mennesker. Det, at udøve en stringent kontrol og lægge firkantede begrænsninger ned over, hvad man kan spise og ikke spise, er nogle gange en forsvarsmekanisme, som aspergeren ubevidst aktiverer som en slags modvægt til det kaotiske. Også dette er vigtigt for dig at vide som partner. For nogle unge piger med autisme kan denne kontrol med, hvad der må spises og hvor meget, udvikle sig til en decideret spiseforstyrrelse, vær obs på det, hvis du har børn med AS.
3. Skal din aspergerpartner så ikke udfordres på dette punkt? Jo, det skal han sandelig, men med punkt 1 og 2 in mente. Prøv evt. en gang om ugen at inddrage ham i madlavningsprocessen, lad ham smage på de forskellige ingredienser enkeltvis. Dette er en "afmystificeringsmetode", som normalt bruges til børn med AS, men hvorfor ikke også bruge den til voksne? Inddragelsen i madlavningen hjælper også aspergeren til at "opnå kontrol", og det husker vi er vigtigt, når AS-hovedet til dagligt skal kæmpe med en kaotisk verden.
4. Gider han ikke inddrages i madlavningsprocessen, og er han umulig at rokke i forhold til de få ting, han kan lide, så erkend, at det ikke nytter noget at kæmpe videre her, og sørg så ellers for at han på anden vis får nok vitaminer osv.
5. Har I AS-børn, der også er kræsne, så lav et skema med de ting, de ikke kan lide, men... for hver gang de skriver en ting ned, de ikke kan lide, så SKAL de samtidig skrive en ting ned, de KAN lide i den anden kolonne.