



“Vrekken met Energie”

Autminds, 13 oktober 2018

“Vrekken met Energie”



Overzicht

- Korte introductie
- Rol thema Energie
- Veranderingen in mijn gezin
- Mijn Energie anders verdelen
- Energie door mijn vrouw anders aangepakt
- Afsluiting

“Vrekken met Energie”



Korte introductie

- 48 jaar
- Data analist, Finance\Corporate Controlling ABN AMRO
- Sinds 20 weken weduwnaar
- 3 zonen: 13, 15 & 16 jaar
- 1 dochter: 6 jaar
- Sinds 2 april 2014 Autisme Ambassadeur ABN AMRO

“Vrekken met Energie”



Rol thema Energie

- 2x binnen half jaar thuis vanwege burn-out
- Energielek 1: communicatie op werk
- Energielek 2: communicatie in relatie
- Energielek 3: opvoeding kinderen
- Energielek 4: organiseren zorg rondom kinderen
- Energielek 5: overige energielekken
- Vluchten in het werk
- Dieptepunt: 4 uur vrouw & 3 kinderen in auto bij kantoor laten wachten op vertrekdag van de zomervakantie, moest “even” wat regelen op het werk

“Vrekken met Energie”



Veranderingen in mijn gezin

Vanaf 26-6-2005 t/m 30-3-2012



Autisme komt in huis

“Vrekken met Energie”

Veranderingen in mijn gezin

Vanaf 31-3-2012 t/m 8-1-2017



Huis vol Autisme

“Vrekken met Energie”

Veranderingen in mijn gezin

Vanaf 9-1-2017 t/m 26-5-2018



Door Autisme 1 kind uit huis

Autminds, 13 oktober 2018

“Vrekken met Energie”

Veranderingen in mijn gezin

Vanaf 27-5-2018 t/m heden



Autisme en rouwverwerking

Autminds, 13 oktober 2018