

Rudy Simone

# VIVRE

AVEC



## un homme Asperger

Préface de Maxine Aston

Traduction de Françoise Forin-Mateos

22

choses que sa partenaire doit savoir

DBS



**VIVRE**  
AVEC

**un  
homme  
Asperger**

**RUDY SIMONE**

Préface de Maxine Aston  
Traduit par Françoise Forin-Mateos

**22 choses  
que sa partenaire  
doit savoir**

*22 Things a Woman Must Know if She Loves a Man with Asperger's Syndrome*, first published in 2009 by Jessica Kingsley Publishers  
– 116 Pentonville Road – London N1 9JB, UK and 400 Market Street,  
Suite 400 – Philadelphia, PA 19106, USA  
[www.jkp.com](http://www.jkp.com)

Copyright ©Rudy Simone 2009  
Foreword copyright ©Maxine Aston 2009  
All rights reserved.

© De Boeck supérieur, s.a., 2023  
Rue du Bosquet, 7 – B-1348 Louvain-la-Neuve

Tous droits réservés pour tous pays.  
Il est interdit, sauf accord préalable et écrit de l'éditeur, de reproduire (notamment par photocopie) partiellement ou totalement le présent ouvrage, de le stocker dans une banque de données ou de le communiquer au public, sous quelque forme et de quelque manière que ce soit.

Dépôt légal :  
Bibliothèque nationale, Paris : septembre 2023  
Bibliothèque royale de Belgique, Bruxelles : 2023/13647/068  
ISBN : 978-2-8073-5158-5

# Sommaire

Avertissement de l'éditeur.....	7
Préface.....	11
Introduction.....	17

## 1

### **Vous vous sentirez bien seule par moment.**

Mais n'est-il pas génial de bénéficier des avantages de la vie de célibataire tout en étant en couple?.....	23
---	----

## 2

### **Des marques d'affection ? Rarement en public...**

Privilégiez la qualité plutôt que la quantité.....	29
--	----

## 3

### **Ne comptez pas sur lui pour vous répéter qu'il vous aime, ça le rend nerveux...**

Les actes comptent bien plus que les mots.....	35
--	----

## 4

### **Il considère que votre amour lui est acquis et que la relation qui vous unit est inaltérable.**

À vous de vous montrer plus subtile... ..	39
---	----

## 5

### **Les relations intimes ne seront pas toujours à la hauteur de vos attentes.**

Réinventez-les ensemble !.....	45
--------------------------------	----

**6**

**Communiquer sera toujours un défi !**

À vous de le relever... 49

**7**

**Le décalage entre lui et vous : un impondérable ?**

Prenez la vie comme elle vient... 57

**8**

**En cas de coup dur, il vous soutiendra...**

**à sa manière** 63

**9**

**Il peut se révéler « détonant ».**

Relativisez : après la pluie vient le beau temps ! 67

**10**

**Il peut éprouver des difficultés à décrocher son diplôme, à conserver son emploi ou à se projeter dans l'avenir.**

À l'impossible, nul n'est tenu ! 73

**11**

**Il a parfois besoin d'être déconnecté du reste du monde...**

Pour mieux se reconnecter à lui-même 79

**12**

**Il arrivera qu'il vous embarrasse en public.**

L'occasion de vous détacher du regard des autres ! 83

**13**

**Vos proches vous trouveront peut-être dupe et un brin servile.**

Un reflet idéal de l'état de votre relation !.....89

**14**

**Ce n'est qu'un homme après tout...**

Personne n'est parfait !.....93

**15**

**Entretenez votre réseau amical.**

Tout le monde a le droit de se lâcher de temps en temps !.....97

**16**

**Il se fiche de ce que vous faites lorsque vous n'êtes pas avec lui...**

Chacun a besoin de son jardin secret !.....101

**17**

**Vous n'avez pas la même notion du temps.**

C'est l'occasion de vous découvrir de nouvelles passions !.....105

**18**

**Il préfère faire chambre à part...**

Profitez de votre lit king size !.....109

**19**

**Vous ne pourrez jamais le changer totalement.**

Souvenez-vous de ce qui vous a séduite en lui !.....113

**20**

**Il a une peur bleue de s'engager ?**

Si vous étiez conformiste, vous ne seriez pas avec lui !.....117

## 21

### **Les relations entre Aspergers et neurotypiques se suivent et se ressemblent.**

Tous les couples connaissent des hauts et des bas !..... 121

## 22

### **S'il y met du sien, votre relation ne s'en portera que mieux.**

N'hésitez pas à vous faire aider !..... 127

Quelques questions que vous devriez vous poser..... 129

Glossaire..... 131

Pour aller plus loin..... 133

# Avertissement de l'éditeur

**A**ctuellement, une polémique existe autour de la personne présentant un profil de type Asperger.

Certains cliniciens remettent en question la déclinaison « Asperger », pour l'englober dans la vaste catégorie des personnes souffrant de troubles divers du spectre autistique ; d'autres utilisent le terme « adulte avec Asperger ».

Au sein même des personnes présentant ces caractéristiques, il existe des divergences : les uns rejetant le terme qu'ils considèrent comme une étiquette dénigrante, d'autres le revendiquant pour se distinguer des personnes dites « autistes ».

Au vu de ces différences d'opinions – opinions à l'égard desquelles nous nourrissons le plus grand respect en tant qu'éditeur –, il nous a fallu opérer un choix afin que les lecteurs bénéficient d'une unicité dans les termes.

Ainsi, la présente traduction utilisera tantôt « adulte/partenaire/conjoint/compagnon/petit ami Asperger », tantôt « Asperger », tantôt « SA » (trouble du spectre autistique de type Asperger).



*À Bill*



# Préface

**D**epuis dix ans, j'accompagne des personnes Asperger, ainsi que des couples dont l'un des membres est porteur du syndrome d'Asperger (SA). Afin de mieux comprendre la situation de chacun, j'ai mené de nombreuses recherches quant aux répercussions psychologiques, affectives et physiques des deux partenaires. Ces recherches m'ont permis de tirer de nombreux enseignements qu'il me semble intéressant de partager.

Dans la grande majorité des cas, c'est l'homme qui est porteur du SA. Très souvent, les femmes ayant un conjoint Asperger travaillent dans le secteur médico-social. En plus d'être de nature protectrice et attentionnée, ces femmes sont dotées d'une grande empathie. D'après mes constatations, c'est le côté un peu enfantin des hommes Asperger qui les attire. Cette caractéristique de leur partenaire permet à ces femmes de laisser s'exprimer leur nature profondément bienveillante. Si tout semble idyllique en début de relation amoureuse, la femme déchant rapidement, quand elle constate le manque d'empathie de son partenaire à son égard. L'impact du SA sur le bon fonctionnement du cerveau est bien évidemment en cause, mais le savoir ne suffit pas à dénouer le sac de nœuds. En effet, le manque affectif finit tôt ou tard par se manifester; la femme se sent émotionnellement seule, elle prend conscience d'un manque dans une relation qui n'est pas à la hauteur de ses attentes. S'installe alors un insidieux sentiment de solitude. Si les raisons de ce malaise ne sont pas rapidement identifiées, le stress chronique occasionné par ce type de relation peut se révéler dévastateur et, poussé à l'extrême, conduire au syndrome de Cassandre<sup>1</sup>.

---

1. Le syndrome de Cassandre est également appelé trouble de privation émotionnelle, trouble de privation affective ou trouble de carence affective.



### **Le saviez-vous ?**

Le **syndrome de Cassandre** affecte les couples où l'un des partenaires est neuro-atypique. Il s'agit d'une situation où un partenaire est incapable d'apporter un soutien psychologique adéquat à son compagnon, en raison d'une interprétation erronée de son comportement. Cela peut notamment se traduire par l'incapacité à s'épanouir, une faible estime de soi, la dépression, voire l'addiction à certaines substances, mais également générer des problèmes de santé tels que des troubles de la digestion ou des problèmes auto-immuns. Le syndrome de Cassandre peut aller jusqu'à induire un syndrome de stress post-traumatique chez la personne qui en souffre. Il est à noter que ce syndrome peut affecter tant le partenaire neurotypique que l'adulte Asperger.

Bien évidemment, cette incapacité à répondre aux attentes du partenaire n'est pas volontaire, il ne s'agit pas d'un acte délibéré de la personne SA. Elle résulte simplement d'un déficit de la théorie de l'esprit propre à ce dernier. Cependant, dans les cas où le SA n'est pas détecté, aucun des partenaires n'identifiera les causes du dysfonctionnement au sein du couple. Chacun tiendra donc l'autre pour responsable. Résultat : un sentiment de frustration considérable et du ressentiment de part et d'autre.



### **Le saviez-vous ?**

La **théorie de l'esprit** désigne une capacité cognitive permettant de se représenter les états mentaux d'autres individus et d'utiliser ces représentations dans le but d'expliquer ou de prédire leur comportement.

## Les clés pour forger une relation amoureuse durable avec un homme Asperger

**L**a sensibilité exacerbée de votre partenaire vous désarçonne ? Vous ne comprenez pas pourquoi ses marques d'affection sont si rares ? En cas de coup dur, ce n'est pas le roi du réconfort et il fait toujours passer ses intérêts avant les vôtres ? Vous avez l'impression de ne pas parler le même langage malgré tous vos efforts ? Ce n'est pas qu'une impression ! **Vivre avec un homme porteur du syndrome d'Asperger est un vrai défi.**

Véritable décrypteur des différentes facettes de la personnalité Asperger, ce livre vous aidera à mieux comprendre votre partenaire et à créer une relation de couple plus profonde et respectueuse.

Des questions sensorielles aux relations sexuelles, de la vulnérabilité émotionnelle à l'attitude face à la critique, sans oublier le rapport à l'engagement, la confiance en soi ou encore la fidélité, Rudy Simone aborde tous les sujets qui peuvent être source d'incompréhension au sein d'une relation entre un homme Asperger et sa partenaire neurotypique.

### 22 CHOSES À SAVOIR ET DES SOLUTIONS POUR CHAQUE PROBLÈME !

#### Découvrez dans ce livre :

- > De nombreuses astuces pour mieux faire face aux difficultés du quotidien ;
- > Différents témoignages ;
- > Les beaux côtés de cette relation atypique.

#### RUDY SIMONE

est porteuse du syndrome d'Asperger. Auteure de plusieurs ouvrages sur le sujet, elle s'est également spécialisée en tant que consultante dans la transmission de son savoir sur le syndrome.

#### MAXINE ASTON

- est conseillère conjugale et familiale depuis près de trente ans. Elle s'est spécialisée dans la prise en charge des personnes présentant un trouble du spectre autistique.

#### FRANÇOISE FORIN-MATEOS

- est professeure d'anglais certifiée à l'Université de Lorraine ainsi que titulaire d'une licence en psychologie.

19,95 €

ISBN : 978-2-8073-5158-5



9 782807 351585

DANS LA MÊME COLLECTION



www.deboecksuperieur.com