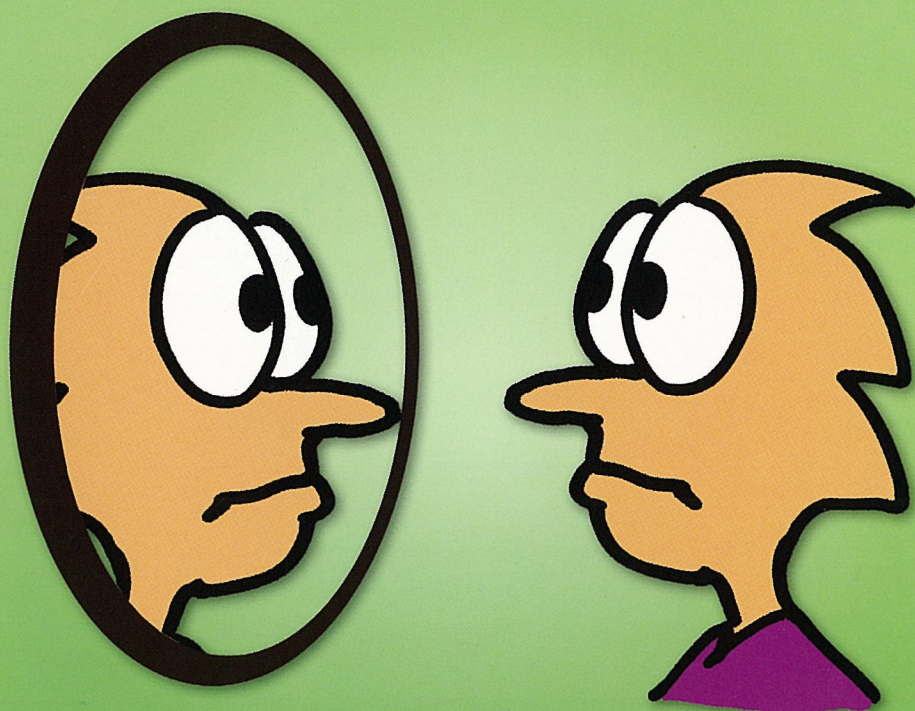


# Psycho-educatie bij personen met Autisme Spectrum Stoornissen



Wat zeg je van jezelf?

*Jan Schrurs*

# Psycho-educatie bij personen met Autisme Spectrum Stoornissen

## Wat zeg je van jezelf?

### Inleiding

“Wat zeg je van jezelf?” is de ondertitel van dit boek, waarin geprobeerd wordt de praktische mogelijkheden van psycho-educatieve begeleiding van personen met Autisme Spectrum Stoornissen (ASS) uiteen te zetten. Het gaat om een manier van werken waarbij het beeld dat ze van zichzelf hebben centraal staat zoals dit zich voordoet tijdens het proces van hun psycho-educatieve begeleiding. In het taalgebruik zitten vaak heel rake verwijzingen van personen naar hun zelfbeeld en dat is een van de thema's in dit boek. Hierin zit een soort parallelproces, waarmee motieven of wensen van de persoon zelf soms onbewust in de communicatie uitgedrukt worden (van Asperen - van Praag, 2006). Dus het is zaak om tijdens gesprekken met hen goed te luisteren naar hun woorden en hun taal. Het is een hele kunst om goede gesprekken te voeren met personen met ASS.



*Mark zegt dat hij nooit bang is en alles begrijpt, terwijl hij zich aangemeld heeft omdat hij problemen heeft bij het werken, in contacten met anderen en erg onrustig is. Hierna vertelt hij dat hij in zijn vrije tijd heel erg veel traint en graag de sterkste man van Nederland wil worden. In deze taal drukt Mark zijn wens uit om zo sterk te zijn dat hij niet meer in gevaar hoeft te komen en dus niet bang hoeft te zijn, dit ondanks zijn ontkenning op de vraag of hij wel eens bang is.*

Onder de titel een "Handleiding voor Jezelf" is in 2004 door René Manders en mij een methodiek voor psycho-educatieve begeleiding van personen met o.a. ASS uitgewerkt en in de vorm van praatboeken en werkboeken verschenen. Deze titel is heel bewust gekozen. Hij is bedacht in 1996 als titel van een eerste artikel waarin een beschrijving gegeven wordt over deze manier van werken met personen met ASS. Deze werkwijze is gestart in de ambulante begeleiding op verschillende scholen en later uitgewerkt in een eigen psychologenpraktijk. Al in die eerste jaren werd duidelijk dat er veel in het leven van personen met ASS gebeurt, waar ze nauwelijks greep op hebben. Zo gebeuren er dingen waarin ze weinig of geen inzicht in hebben, die door hen dan: of maar als feit aanvaard worden of juist tot heftig verzet leiden. Het blijkt dat personen met ASS tegen zaken aanlopen, die ze niet begrijpen, die ze soms niet kunnen volgen, waardoor ze de greep op het eigen leven en zichzelf kunnen verliezen. Het is in feite vragen om probleemgedrag omdat iedereen zijn eigen leven wil beïnvloeden en eigen keuzes wil maken (Heijkoop, 1995).

In de begeleidingsgesprekken stellen personen met ASS vragen over de reacties van anderen, over sociale interacties, over hoe autisme er bij hen zelf uitzag, over gevoelens, over angsten, over hun sterke en zwakke kanten, over hoe te leren omgaan met stress en nog veel meer onderwerpen. Allemaal onderwerpen die te maken hebben

met kennis en inzicht in jezelf en in jezelf in relatie tot anderen, dus vaak in dagelijkse sociale situaties. Vandaar ook dat er in deze persoonlijke begeleiding gericht samen gewerkt wordt aan zelfinzicht, aan oplossingsstrategieën voor de problemen waar ze mee geconfronteerd worden, aan bewustwording, aan nieuwe vaardigheden, zodat de zelfwaardering bevorderd wordt. Hierdoor kan er gericht gewerkt worden aan het terugdringen van de gevolgen van de ASS-problematiek, het voorkomen van verergering van deze gevolgen of het preventief handelen zodat er complicaties voorkomen kunnen worden (CIZ, 2005). Op deze wijze wordt hun ontevredenheid over het huidige (dis-) functioneren vanuit een educatief model aangepakt door ontwikkelingsdoelen te stellen en problemen op te lossen. Onder psycho-educatie vallen namelijk behalve voorlichting over de stoornis ook het bevorderen van zelfcontrole, stimuleren van eigen probleemoplossingen en het ontwikkelen van cognitieve vaardigheden (Buwalda, 2008). Zodoende bestaat deze hulpverleningsvorm uit interventies die de gevolgen van de symptomen kunnen verminderen of soms secundaire gevolgen kunnen wegnemen.

Probleemgedrag blijkt inconsistent te zijn en zelfs de meest problematische of chronische problemen hebben hun uitzonderingen. Dit is het uitgangspunt van de Brief Solution Focused Therapy (BSFA), zoals deze in 1988 door De Shazer en iets later door Berg (in 1991) is ontwikkeld (Iveson, 2002). BSFA of oplossingsgericht werken blijkt inmiddels ook in Nederland een evidence-based therapievorm. Het uitgangspunt dat elke probleemsituatie zijn uitzonderingen kent, geldt natuurlijk ook voor personen met ASS. Hierdoor is het mogelijk om met behulp van deze methodiek de in de situaties uit de praktijk gekozen oplossingen te identificeren (Iveson, 2002). Daarna worden ze kritisch bekeken met de persoon met ASS zelf, om de effecten te kunnen beoordelen. Dit biedt de mogelijkheid om ze zelf te laten aangeven of ze nieuwe oplossingen willen ontdekken en uitproberen. Veel elementen die in oplossingsgericht werken gehanteerd worden, worden ook in de hier beschreven werkwijze gebruikt.

De Handleiding voor Jezelf is een poging om allerlei persoonlijke gebeurtenissen te analyseren, deze te structureren en tenslotte deze daarna te verbinden aan oplossingen voor de praktijk van alledag. Hiermee wordt beoogd de persoon met ASS te versterken (empowerment) en te leren zijn eigen competenties in te zetten. Hierdoor worden hun vaardigheden, het gedrag en leren omgaan met de psychische en psychosociale beperkingen vergroot, respectievelijk verbeterd. Ook kunnen beperkingen worden hersteld, worden weggenomen of voorkomen. Gezien een van de kernproblemen van personen met ASS, namelijk de moeite met generalisatie van algemene kennis en vaardigheden vanwege de zg. contextblindheid (Vermeulen, 2007) zal in de loop van de contactmomenten minder intensieve begeleiding en mogelijk op termijn, leven met een grotere zelfstandigheid, een reële verwachting zijn. Autisme is immers een pervasieve ontwikkelingsstoornis, die diep in het bestaan doordringt en is onherroepelijk. In dit boek wordt de inhoud vooral gericht op de mogelijkheden voor de persoonlijke begeleiding van personen met o.a. ASS. Hierin wordt een schets gegeven van mijn praktijkervaringen in het werken met personen met ASS. Een deel van de ervaringen heeft geleid tot de eerder genoemde methodiek en enkele concrete producten. Inmiddels is de "Handleiding voor Jezelf" al in vierde herdruk en door René

Manders verder uitgebreid en geactualiseerd met een versie “Handleiding voor Jezelf” deel 2, en praatboeken, werkboeken over jezelf en over denken en gevoel (zie voor de complete methode website: [www.viahulp.com](http://www.viahulp.com)).

Het boek is bedoeld voor iedereen die personen met ASS in welke context dan ook begeleid. Deze begeleiding vraagt om grondige kennis van autisme en van de techniek van begeleidingsgesprekken voeren. Die kennis van autisme zal elders verworven moeten worden terwijl juist het specifieke van de gespreksbegeleiding voor deze doelgroep hierna wordt verkend. Hiermee hoop ik wat meer handvatten aan te reiken aan diegenen, die soms nog onervaren en onbekend zijn met dit onderwerp en toch al begeleiding moeten of willen geven. Helaas is dit de praktijk van alledag.

Het is niet mijn bedoeling geweest om volledig te zijn. Het boek is een beschrijving van een werkwijze die in de praktijk is ontstaan. Hierdoor is het ook een weergave van de huidige stand van zaken in mijn denken over deze vorm van begeleiding. Hierin past bescheidenheid, omdat ik er achter ben dat hoe meer ik denk te weten te komen over autisme hoe minder ik er eigenlijk weet van heb.

In het eerste hoofdstuk zal de focus gericht zijn op autisme in het algemeen. Vanuit de theorie van autisme is gebleken dat er altijd een systeemaanpak, met een eerste-graadsstrategie (Kok, 1987) nodig is. Deze wordt in hoofdlijnen beschreven.

In het tweede hoofdstuk wordt ingezoomd op sociaal gedrag en op het bevorderen van sociale competenties bij ASS, dit omdat de ontwikkeling van zelfkennis vooral in sociale interactie plaats vindt. Er wordt aandacht besteed aan de ontwikkelingspsychologische taken die een persoon heeft te verrichten en er wordt beschreven hoe deze voor personen met ASS zijn.

In hoofdstuk 3 wordt de ontwikkeling van zelfbeeld en zelfkennis uitgewerkt. Ook wordt er ingegaan op het leren reflecteren van personen met ASS.

In het vierde hoofdstuk worden aandachtspunten bij het uitvoeren van de psycho-educatieve begeleiding besproken, waarbij ook de mogelijkheden om Solution Focused Therapy (SFA) of Oplossingsgericht werken te gebruiken bij personen met ASS worden verkend. Bovendien worden de specifieke elementen van gespreksvoering en de hierbij te hanteren technieken verder uitgewerkt.

In het laatste hoofdstuk wordt de aandacht gericht op de psycho-educatieve begeleiding bij ASS, waarbij verschillende praktische werkvormen en hulpmiddelen die gebruikt kunnen worden bij de onderkenning, nuanceren en bewustwording van emoties, zelfcontrole en reflectie worden weergegeven.

Tot slot wordt er een hoofdstuk over de praktijk van het begeleiden van personen met ASS en het omgaan met angst en dwang uitgewerkt. Hierbij is het protocol behandeling van angststoornissen van Keijsers (1999) richtinggevend.

Horst, maart 2009