

Psycho-educatietraject Jouw Autisme

Psycho-educatie betekent uitleggen wat een bepaalde diagnose voor jou betekent. In dit geval: Wat is autisme? Wat betekent het hebben van autisme voor jouw leven en wat betekent het voor jouw omgeving? In het kort kunnen we nu al zeggen dat de informatie bij mensen met autisme op een andere manier verwerkt wordt in de hersenen. Als je snapt hoe dat werkt, kun je er gemakkelijker mee omgaan.

Speciaal voor tieners (en hun omgeving) is de psycho-educatie methodiek 'Jouw Autisme' ontworpen. Deze methodiek is gericht op zelfredzaamheid en zelfregulatie. Basis van de methodiek is het boek 'Vind je eigen weg met jouw autisme' van Suzanne Rouwhorst.

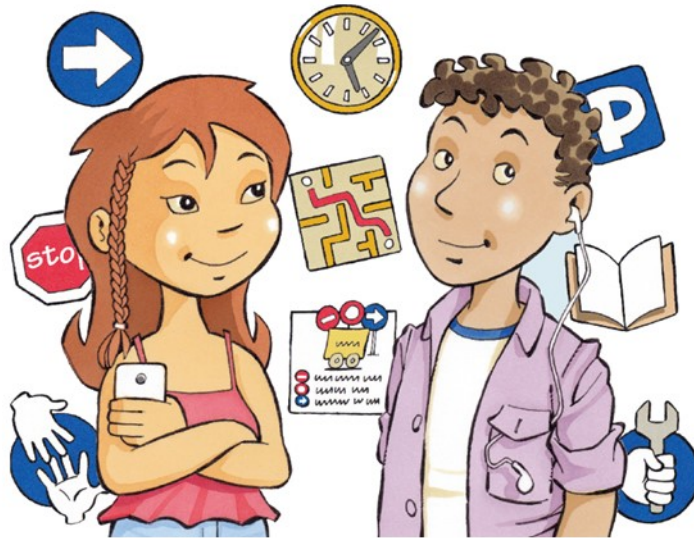
In een kort of wat langer psycho-educatietraject begeleid ik tieners in het vinden van hun eigen weg met hun autisme. We starten op een begrijpelijke, realistische manier met uitleggen wat autisme is. Samen behandelen we strategieën en hulpmiddelen met als doel dat de tieners uiteindelijk zelfverzekender zijn over hun eigen mogelijkheden, mét de acceptatie van hun autisme. We kijken daarbij vooral naar wat een jongere wél kan en er wordt geleerd wat hij of zij zelf kan doen om zich goed te voelen en wat hij aan zijn omgeving kan en mag vragen. Ouders en/of leerkrachten worden nauw betrokken bij dit traject.

Waarom psycho-educatie over autisme?

Als je autisme hebt, werken jouw hersenen anders dan bij de meeste mensen. Je verwerkt informatie op een andere manier. In je kinderjaren bepalen volwassenen wat jij nodig hebt. Maar als je in de bovenbouw van de basisschool komt, of naar het voortgezet onderwijs gaat, is het belangrijk dat je zélf weet wat jouw autisme inhoudt.

Je begrijpt jezelf dan niet alleen beter, maar kunt ook aan anderen uitleggen wat je nodig hebt om je goed te voelen en hoe jij het beste kunt leven, werken en leren. Je gaat samen met mij op zoek naar signalen en wegwijzers die jij kunt gebruiken om je eigen weg met jouw autisme te vinden.

Je leert meer over autisme in het algemeen, en door het (thuis) beantwoorden van de vragen uit het werkboek, zeker ook over jóuw autisme.



Een vernieuwende kijk op psycho-educatie voor jongeren met autisme

Jouw Autisme biedt een complete methodiek voor professionals om zelf psycho-educatie te geven aan jongeren met autisme.

De Jouw Autisme Methodiek is ontwikkeld vanuit de nieuwste inzichten rondom het ondersteunen en sterk maken van jongeren met autisme. Waarbij autisme niet wordt gezien als stoornis of handicap, maar als kwetsbaarheid in de informatieverwerking. Het is van groot belang om hierbij een evenwicht te vinden tussen "zorgen voor jezelf" en aanpassen aan dat wat de omgeving van je vraagt.

Deze visie is niet eerder verwerkt in psycho-educatie over autisme voor jongeren. De methodiek, ontwikkeld door autismspecialist en ervaringsdeskundige Suzanne Rouwhorst, leert autismecoaches en professionals uit de zorg en het onderwijs om vanuit deze benadering jongeren hun eigen weg te laten vinden, mét hun autisme.