



Zelfinzicht bij autisme
Voor mensen met persoonskenmerken die passen bij autisme



Colofon

Eerste druk januari 2025

ISBN nummer 9789083500119



Auteurs en inhoudelijke redactie:

Thijs van der Rol (Parnassia Groep)

Marijn Hindriks (Parnassia Groep)

Quirijn Spijker (Bijlage 2 – GGZ Rivierduinen)

Eindredactie: Simone Wienk (Kenniscentrum Phrenos), Audrey Mol (Parnassia Groep)

Vormgeving: Studio Johannes – Jan de Bie

Dit is een uitgave van het NIPA (Netwerk Innovatie en Productontwikkeling Autisme).

Het NIPA maakt als lerend netwerk onderdeel uit van Kenniscentrum Phrenos.

Kenniscentrum Phrenos

Da Costakade 45

Postbus 725

3500AS Utrecht

T: 0302971100



AL TRECHT



© 2025, NIPA/Kenniscentrum Phrenos, Utrecht

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd en/of

openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, zonder voorafgaande toestemming van

NIPA/Kenniscentrum Phrenos.

Inhoudsopgave

Dankwoord	4
Algemene kenmerken en doelen van de module	5
Draaiboeken	11
Bijeenkomst 1 – Kennismaking	11
Bijeenkomst 2 – Diversiteit en autisme	15
Bijeenkomst 3 – Aanleg en ontwikkeling	21
Bijeenkomst 4 – Proces van waarnemen	29
Bijeenkomst 5 – Prikkelverwerking	36
Bijeenkomst 6 – Coping	42
Bijeenkomst 7 – Veranderen versus accepteren	47
Bijeenkomst 8 – Sociale steun	54
Bijeenkomst 9 – Afronding van de module	60
Bijeenkomst 8/9 samengevoegd – Sociale steun, evaluatie en afronding	65
Bijlagen voor de groepsbijeenkomsten	70
Bijlage 1: bijeenkomst 4 – kaartjes levensgebieden	70
Bijlage 2: bijeenkomst 6 – kaartjes coping	71
Bijlage 3: bijeenkomst 7 – lijst sociale dilemma's	73
Bijlage 4: leestips en literatuur	76

Draaiboeken

Globaal draaiboek: bijeenkomst 1 – **Kennismaking**

Opbrengst: deelnemers hebben elkaar, de opbouw van de module en mogelijke doelen leren kennen.

Vorbereiding door de deelnemers: geen. De deelnemers ontvangen ter plekke het fysieke werkboek of hebben deze zelf aangeschaft en meegenomen.

Vorbereiding trainers: geen. Als de instelling de werkboeken voor de deelnemers bestelt, zorg er dan voor dat deze ruim van tevoren worden besteld.

Welkom

Afspraken

Ervaringsverhaal van de trainer

Persoonlijk voorstellen

Opbouw module

Pauze

Associaties met autisme

Persoonlijke doelen

Huiswerk

Check-out

Voorbeelddraaiboek: bijeenkomst 1 – Kennismaking

Duur (min)	Onderwerp	Toelichting	Resultaat/ opbrengst	Materiaal/ middelen
0:10	Welkom	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Naambordjes maken ▪ Voorstellen trainers (alleen functies) ▪ Programma van vandaag toelichten ▪ Vertrouwelijkheid en andere afspraken bespreken 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Kennis van het programma ▪ Functie trainers 	
0:15	Ervarings-verhaal trainer	Ervaringsdeskundige trainer vertelt eigen herstelverhaal.	Herkenning bij deelnemers en groter gevoel van gelijkwaardigheid/ toegankelijkheid trainers.	
0:25	Persoonlijk voorstellen	<ul style="list-style-type: none"> ▪ In tweetallen (trainers doen mee) kennis-maken en in ieder geval onderstaande punten bespreken: <ul style="list-style-type: none"> o Wat doe je in het dagelijks leven? o Wat is je thuissituatie (met wie woon je)? o Heb je een classificatie autisme? Zo ja, wanneer heb je deze gekregen? 	Enige persoonlijke kennis van groepsgenoten en hun achtergronden. De ervaring dat de bijeenkomsten interactief zijn en je je ook tot elkaar in plaats van enkel tot de trainer kan richten.	

Duur (min)	Onderwerp	Toelichting	Resultaat/opbrengst	Materiaal/middelen
		<ul style="list-style-type: none"> ▪ Daarna in de groep de ander uit je tweetal voorstellen aan de groep. ▪ Trainer bevraagt: heb je hier zelf nog iets aan toe te voegen? 		
0:10	Uitleg opbouw	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Inhoudelijk programma van de module doorspreken. ▪ Doel van de module bespreken. ▪ Gebruik werkboek bespreken. 	Helderheid over de aanpak, structuur en inhoud van de module.	
0:10	Pauze			
0:20	Associaties met autisme	<p>Brainstorm op whiteboard: waar denk jij aan bij autisme?</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Trainer 1 bevraagt de groep ▪ Trainer 2 noteert ▪ Trainers checken: Ontbreekt hier nog iets? Zeg indien nodig iets over wat wel/niet/wanneer aan bod komt. 	<p>(Voor)oordelen worden benoemd.</p> <p>Deelnemers voelen zich gezien in hun al bestaande kennis over het onderwerp. Verwachtingen zijn begrensd door de trainer.</p>	Flipover/ whiteboard
0:20	Persoonlijke doelen	<p>Brainstorm op whiteboard:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Wat zouden persoonlijke doelen voor deze module kunnen zijn? ▪ Trainer checkt: staat hier voor iedereen iets tussen waar hij/zij zich in herkent? 	<p>Deelnemers zijn zich ervan bewust dat de module om zelfinzicht draait.</p> <p>Deelnemers zijn geïnspireerd door mogelijke opbrengsten die door andere deelnemers zijn ingebracht.</p>	Flipover/ whiteboard