

Factsheet NIPA lunchwebinarreeks 2025



Deze factsheet biedt een overzicht van de belangrijkste inzichten, adviezen en handvatten uit de webinarreeks van 2025. Tijdens deze webinars stond het thema autisme en zelfinzicht centraal.

Webinar 1. NIPA module 'Zelfinzicht bij autisme'

door Marijn Hindriks en Charlotte Schouten

Behoeftte aan een nieuwe vorm van psycho-educatie: Zowel vanuit de autisme-community en professionals ontstond de behoefte aan een herziening van de traditionele vorm van psycho-educatie. De module Zelfinzicht is ontwikkeld om op een gelijkwaardige en eigentijdse manier naar autisme te kijken, met aandacht voor zowel uitdagingen als sterke kanten.

Visie: De module sluit aan bij een veranderende kijk op autisme (Happé & Frith, 2020), waarin autisme wordt gezien als een breed, veelvoorkomend en levenslang fenomeen, met oog voor neurodiversiteit. We nemen in deze module ook bewust afstand van de traditionele term psycho-educatie: de focus ligt niet op top-down uitleg, maar op het stimuleren van zelfonderzoek, zodat deelnemers meer zelfinzicht ontwikkelen.

Opzet van de module: De training bestaat uit 8 - 9 bijeenkomsten en is gericht op zelfonderzoek en het vergroten van zelfinzicht. De trainers werken gelijkwaardig samen met deelnemers en de inbreng van een ervaringsdeskundig professional is een belangrijk onderdeel.

Inhoudelijke thema's: De module behandelt onder meer de classificatie van autisme, verklaringsmodellen, het autonome zenuwstelsel, detaildenken, prikkelverwerking en coping, evenals acceptatie, verandering en sociale steun.

Ervaringen deelnemers: Deelnemers rapporteren na deelname meer zelfacceptatie, mildheid, nieuwsgierigheid en begrip voor zichzelf en anderen. De theorie helpt bij het duiden van gedrag en gevoelens.

Webinar 2. Cognitieve gedragstherapie (CGT) bij autisme

door Mirjam de Lau en Michel Swart

Therapie en aanpassen: CGT kan bij autisme klachten verlichten en zelfinzicht en (zelf) acceptatie bevorderen. Let op noodzakelijke aanpassingen, zowel in de inhoud als in de vorm. Zoek een passend protocol of techniek en maak deze individueel toepasbaar.

Holistische Theorie: Een [holistische theorie](#) waarin de persoonlijke autisme kenmerken zijn opgenomen geeft aanknopingspunten voor behandeling en begeleiding (bijvoorbeeld het verminderen van stressfactoren en het beschermen tegen overprikkeling) en draagt bij aan erkenning en begrip.

Registratieopdrachten: Registratie maakt het gesprek over klachten toegankelijker en geeft een concreter beeld van de problematiek. Het helpt overzicht te creëren en verbanden te leggen, wat bij autisme vaak lastig is.

G-schema's: G-schema's kunnen helpen om gedachten, gevoelens en gedrag te onderscheiden en hun samenhang te begrijpen. *Let op:* wanneer het gebruik van G-schema's leidt tot versterking van negatief denken, is het wenselijk om een andere methode in te zetten, zoals het werken met het witboek (uit *Negatief Zelfbeeld*, M. de Neef).

Signaleringsplan: Het oefenen met het signaleringsplan helpt signalen van stress eerder te herkennen, bewust te worden van triggers en het 'stapelen' van stressvolle momenten en wat er nodig is om hiervan te herstellen. Dit verschilt van persoon tot persoon.

Wil je je kennis over autisme verder verdiepen en verbreden? In 2026 organiseert het NIPA opnieuw een inspirerende lunchwebinarreeks met als thema 'Autisme in beweging'. Bezoek onze website voor meer informatie en om je aan te melden!

www.nipa-autisme.nl

Webinar 3. Participatie en herstel

door Ramses Groot en Evelijn Klok

Herstel: Herstel is een persoonlijk en uniek proces van verandering in houding, waarden, gevoelens, doelen en rollen. Het gaat om het vinden van een zinvol en hoopvol leven ondanks psychische klachten. Het inrichten van herstelondersteunende zorg vraagt om maatwerk en voortdurende afstemming.

Herstelondersteunende begeleiding: De cliënt heeft de regie en bepaalt het tempo en de doelen. De relatie kenmerkt zich door betrokkenheid, gelijkwaardigheid en respect. Er wordt ingezet op participatie en zelfredzaamheid. Ook wordt de context en het netwerk van de cliënt meegenomen.

Autisme en herstelbegeleiding: Heb aandacht voor het tempo van de cliënt en stem af. Structuur bieden kan helpend zijn, maar ook hier geldt: afstemmen is essentieel. Wees creatief in aanpassingen en kijk naar wat er mogelijk is.

Participatie: Stimuleer zelfmanagement en wees nieuwsgierig naar de wensen en kwaliteiten van de cliënt. Peersupport en zelfhulp kunnen dit proces ondersteunen.

Zelfinzicht: Herstel is voor iedereen anders, maar zelfinzicht is altijd een belangrijke voorwaarde. Herstel is geen eindbestemming, maar een persoonlijk proces – ook voor mensen met autisme.

Webinar 4. GIT-PD behandeling bij autisme

door Pauline Jansen, Arleen van Rijbroek en Cornel Verkerk (ervaringsdeskundige)

GIT-PD: TGIT-PD staat voor Guideline-Informed Treatment for Personality Disorders. Het is een behandelmodel gebaseerd op richtlijnen voor het behandelen van mensen met persoonlijkheidsproblematiek. Altrecht heeft een specifieke GIT-PD groepsbehandeling ontwikkeld voor mensen met een combinatie van kenmerken van autisme en kenmerken van persoonlijkheidsproblematiek.

Vervolg webinar 4. GIT-PD behandeling bij autisme

Behandeling van persoonlijkheidsstoornissen vs. autisme: Bij persoonlijkheidsproblematiek ligt de focus op verandering: het herkennen van kwetsuren, overtuigingen en patronen in contact met zichzelf en anderen. Bij autisme richt de behandeling zich vooral op het vergroten van zelfinzicht in eigen kwaliteiten en uitdagingen.

GIT-PD autisme groep: De focus ligt in deze behandeling op jezelf leren kennen, accepteren en het ondertitelen van jezelf in contact met anderen. Het is gericht op kwetsuren, ontwikkelde overtuigingen en patronen (persoonlijkheidsproblematiek). Daarnaast is er aandacht voor zelfinzicht in de kwaliteiten en uitdagingen die samenhangen met autisme. Daardoor ontstaat er ruimte voor verandering en de mogelijkheid tot het doorbreken van patronen.

Casusconceptualisatie: Deelnemers maken een casusconceptualisatie op basis van het bio-psychosociaal model. Dit geeft inzicht in de 'bril' waardoor iemand naar zichzelf en de wereld kijkt, en welke overlevingsstrategieën daarbij horen.

Foci: In de verdiepingsfase wordt stilgestaan bij de vier focusgebieden waarvan bekend is dat mensen met persoonlijkheidsproblematiek en autisme er tegen aanlopen, namelijk emotieregulatie, impulsiviteit/geremdheid, zelfbeeld en interpersoonlijke sensitiviteit. Voor de foci in de verdiepingsfase worden door middel van casusconceptualisatie doelen geformuleerd.

Therapeutische houding en groepsdynamica: Het is belangrijk om het tempo aan te passen en waar nodig te vertragen. Daarnaast wordt veel geoefend met 'ondertitelen' om jezelf en de ander beter te begrijpen én begrijpelijk te maken. Stem de aanpak af op behoeften (bijvoorbeeld: laat deelnemers tekenen, doodlen of haken als dat helpt om spanning te reguleren). In het werkklimaat wordt rekening gehouden met autisme, bijvoorbeeld door een vaste structuur aan te houden en aandacht te hebben voor de impact van prikkels. Op die manier blijft er voldoende headspace over voor het proces gericht op groei en verandering.

Mocht je geïnteresseerd zijn dan is het mogelijk om de gemaakte werkboeken op te vragen via pa.jansen@altrecht.nl of a.van.rijbroek@altrecht.nl