

Psycho-educatiegroep ASS

De ASS psycho-educatiegroep is een groepstraining voor volwassenen die een classificatie autismespectrumstoornis (ASS) hebben gekregen en hier meer over willen weten.

Wat is het doel van de groep?

In deze groep leer je meer over hoe jouw brein informatie verwerkt en wat dit betekent in je dagelijkse leven. Je staat niet alleen: veel mensen met autisme (ASS) herkennen dat sommige dingen net even anders gaan.

De training helpt je om beter te herkennen wat de invloed van jouw manier van informatieverwerking is op je denken, voelen en doen. Ook leer je hier met meer acceptatie naar kijken, krijg je beter inzicht in hoe je hier tot nu toe mee om bent gegaan en krijg je tips en handvatten die je in het dagelijkse leven kunnen helpen. We doen dit op een positieve, open manier.

De training wordt altijd gegeven door twee behandelaars die ervaring hebben met ASS

Hoe ziet de training eruit?

In de training leggen we uit wat ASS inhoudt, wat dit voor jou betekent en hoe je dit kunt uitleggen aan je omgeving. We bespreken ook hoe je kunt omgaan met ASS in je dagelijks leven. Tijdens 1 van de bijeenkomsten mag je een naaste meenemen, zodat je omgeving meer kennis krijgt over ASS.

We staan tijdens de training niet alleen stil bij de beperkingen die je (mogelijk) ervaart, maar gaan ook op zoek naar positieve en sterke eigenschappen en mogelijkheden. We hopen dat je zo meer inzicht krijgt in je eigen functioneren, en beter leert omgaan met de gevolgen van ASS.

Praktische informatie

- Voorafgaand vindt een indicatiegesprek plaats van 30 minuten
- Maximaal 8 deelnemers
- Gesloten groep
- 8 wekelijkse bijeenkomsten van 2 uur
- Aanmelden via je (regie)behandelaar

Wat verwachten we van jou?

De training is geschikt voor volwassenen met een classificatie ASS, die nog (te) weinig zicht hebben op wat het hebben van ASS voor hen persoonlijk betekent en die in het dagelijks leven tegen problemen aanlopen.

Wanneer er sprake is van andere problemen (bijvoorbeeld angst of depressie) wordt afgewogen of deelname passend is.

Het is belangrijk dat je gemotiveerd bent en vooraf de intentie en de mogelijkheid hebt om alle bijeenkomsten bij te wonen. Bij twee gemiste bijeenkomsten kun je niet verder deelnemen.

De groep heeft er baat bij als je actief deelneemt, maar er is ook ruimte om problemen die hier in ervaren worden bespreekbaar te maken.

Waarom in groepsverband?

Het delen van ervaringen met en vinden van herkenning binnen de groep kan een positieve invloed hebben op het zelfbeeld. Daarnaast biedt het de mogelijkheid om tips en ervaringen onderling uit te wisselen en van elkaar te kunnen leren.