



Gezinstherapie

Voor volwassenen met een autismespectrumstoornis en hun gezin

De relaties en contacten tussen volwassenen met een autismespectrumstoornis en de andere gezinsleden staan vaak onder druk. Men begrijpt elkaar niet. Er is bijvoorbeeld te weinig of juist teveel structuur. De verschillen in behoeften aan regels liggen zeer verschillend tussen de persoon met autisme en andere gezinsleden.

Voor de persoon met autisme is het moeilijk zich in te leven in de ander: de gevoelens en emoties van de ander én van zichzelf te herkennen en begrijpen. Deze beperking vraagt van elk gezinslid de nodige inspanning. Soms leidt dit tot zoveel spanning dat men probeert de spanning te vermijden of belandt men in een negatieve spiraal. Bijvoorbeeld door elkaar alleen nog maar verwijten te maken. GGZ Rivierduinen Autisme biedt gezinstherapie aan volwassenen met autisme en hun gezin.

Voor wie is de gezinstherapie bedoeld?

Gezinnen met één of meer personen met een autismespectrumstoornis, waar de onderlinge communicatie over gedrag, afspraken en regels stagneert.

Doel

Het doel van gezinstherapie is het verbeteren van de relaties tussen de verschillende gezinsleden.

Inhoud van de behandeling

Voordat de gezinstherapie start, vindt er een gesprek plaats met de behandelaar. De gezinsleden bespreken het doel van de behandeling. Op basis van dat gesprek stelt de behandelaar een behandelplan op, waarbij uw instemming wordt gevraagd. In dit behandelplan staat aan welke doelen gewerkt wordt.

Tijdens de gezinstherapie is er aandacht voor zaken die met de autismespectrumstoornis te maken hebben, zoals de rol van autisme binnen de relatie, de behoefte aan meer structuur, en concrete uitleg over wat bedoeld wordt in het contact tussen de verschillende gezinsleden.

In sommige situaties is het nodig om eerst te werken aan spanningreductie, of om specifieke vaardigheden aan te leren (bijvoorbeeld leren luisteren, leren begrenzen).

Verder is er aandacht voor 'negatieve' communicatiestijlen die ongewenst gedrag versterken. Deze communicatiestijl wordt tijdens de therapie verduidelijkt. Met het gezin wordt vervolgens gezocht naar een beter passende en positieve communicatiestijl.

Waar en wanneer

De therapie bestaat uit afspraken van één uur. De afspraken vinden plaats bij GGZ Rivierduinen Autisme in Leiden.

De behandelaar is een systeem(psycho)therapeut.

Indicaties

- De diagnose autismespectrumstoornis is bij één of meer gezinsleden gesteld;
- er zijn gezinskenmerken die de communicatieve problemen in stand houden en/of versterken.