



# Groepstraining Autisme en Relaties

## Voor volwassenen met een autismespectrumstoornis

Deze inzichtgevende groepstraining is bedoeld voor mensen met een autismespectrumstoornis (ASS) die hun eigen functioneren in relaties willen verbeteren. Dit kan gaan om zowel vriendschapsrelaties als partnerrelaties.

### Voor wie is de training bedoeld?

Deze training is bedoeld voor mensen die een wens hebben om meer sociale contacten aan te gaan of in huidige relaties verandering aan te brengen. Deze training is geschreven voor mensen met ASS die een normale of bovengemiddelde intelligentie hebben.

Deze training heeft niet als doelstelling om een partner te vinden en het betreft geen relatietherapie.

### Inhoud van de training

Tijdens deze training komen de volgende thema's aan bod:

- Sterke en minder sterke kanten in relaties
- Inzicht in sociaal netwerk
- Communicatieve vaardigheden
- Verdieping aanbrengen in contacten
- Verwachtingen m.b.t. relaties
- Intieme relaties
- Omgaan met spanning in sociale relaties

### Praktische informatie

Deze module bestaat uit 10 bijeenkomsten.

Iedere bijeenkomst duurt 2 uur.

Het is een gesloten groep. De groepsgrootte is maximaal 10 deelnemers.

Deze module wordt gegeven door twee trainers.

### Voorwaarden

- Cliënt heeft psycho-educatie betreffende autisme gekregen.
- Bereidheid om in een groep te oefenen en eigen situaties te bespreken.
- In staat zijn om in redelijke mate op zichzelf te reflecteren.
- Beschikken over basale sociale vaardigheden.
- In staat zijn om te oefenen in hun eigen sociaal netwerk.
- Bij voorkeur i.s.m. individuele behandeling, begeleiding of andere brugpersoon om te generaliseren.

### Indicaties

Deze training is bedoeld voor mensen die één of meerdere van onderstaande hulpvragen hebben:

- Ik wil inzicht krijgen in mijn sociaal functioneren.
- Ik wil weten wat mijn sterke en minder sterke kanten zijn in sociale relaties.
- Ik wil meer zicht krijgen op mijn sociaal netwerk en wat ik daar in zou willen veranderen.
- Ik wil meer zicht krijgen in mijn eigen grenzen en die van anderen in sociale relaties.
- Ik wil mijn vaardigheden m.b.t. sociale situaties uitbreiden.

### Contra-indicaties

- Sociaal isolement (geen contacten).
- Onvoldoende kennis van ASS bij de cliënt.
- Zeer beperkt vermogen tot zelfreflectie of ernstige alexithymie.
- Ernstige instabiliteit, crisis of opname.
- Een geschatte totale en verbale intelligentiescore lager dan 85.