Mettine Bunt en Sarah Klamer

Christelijke Hogeschool Ede

Mei 2014

Stichting Betach Wekerom

Autisme en weerbaarheid Afstudeeronderzoek



 Autisme en weerbaarheid

Mettine Bunt en Sarah Klamer

Christelijke Hogeschool Ede

Mei 2014

Afstudeerbegeleider: Hester Muurling

Afstudeerbeoordelaar: Karlan Schelhaas- van Ieperen

Inhoudsopgave

[Samenvatting 4](#_Toc388019088)

[Voorwoord 6](#_Toc388019089)

[Inleiding 7](#_Toc388019090)

[Methode 10](#_Toc388019091)

[Inleiding 10](#_Toc388019092)

[Literatuurstudie 10](#_Toc388019093)

[Interviews 10](#_Toc388019094)

[Uitwerking van resultaten 11](#_Toc388019095)

[Hoofdstuk 1: Autisme en weerbaarheid 12](#_Toc388019096)

[Inleiding 12](#_Toc388019097)

[Autisme 12](#_Toc388019098)

[Oorzaak 12](#_Toc388019099)

[Verschillende vormen 12](#_Toc388019100)

[Kenmerken 13](#_Toc388019101)

[Sociale interactie 14](#_Toc388019102)

[Communicatie 15](#_Toc388019103)

[Weerbaarheid 16](#_Toc388019104)

[Inleiding 16](#_Toc388019105)

[Wat is weerbaarheid? 16](#_Toc388019106)

[‘Normale’ ontwikkeling en het opbouwen van weerbaarheid 17](#_Toc388019107)

[Weerbaarheid en autisme 19](#_Toc388019108)

[Inleiding 19](#_Toc388019109)

[De (ontwikkeling van) weerbaarheid bij autisme 19](#_Toc388019110)

[Ontwikkelingsmogelijkheden 20](#_Toc388019111)

[Wat is er nodig? 21](#_Toc388019112)

[Hoofdstuk 2: Beperkingen en mogelijkheden 23](#_Toc388019113)

[Inleiding 23](#_Toc388019114)

[Voor zichzelf op durven komen 23](#_Toc388019115)

[Zichzelf kunnen verdedigen 24](#_Toc388019116)

[Grenzen kunnen aangeven en bewaken 25](#_Toc388019117)

[Eigen mening hebben en deze kunnen uiten 26](#_Toc388019118)

[Een passende reactie uit kunnen voeren in bedreigende situaties 28](#_Toc388019119)

[Overige beperkingen en mogelijkheden 29](#_Toc388019120)

[Conclusie 30](#_Toc388019121)

[Hoofdstuk 3: Wensen wat betreft een training 32](#_Toc388019122)

[Inleiding 32](#_Toc388019123)

[Behoefte aan een training 32](#_Toc388019124)

[Doelen training 33](#_Toc388019125)

[Trainingsduur 34](#_Toc388019126)

[Groepsgrootte 35](#_Toc388019127)

[Trainer 36](#_Toc388019128)

[Betrekken van ouders 37](#_Toc388019129)

[Trainingsvorm 38](#_Toc388019130)

[Conclusie 39](#_Toc388019131)

[Hoofdstuk 4: weerbaarheidstrainingen 40](#_Toc388019132)

[Inleiding 40](#_Toc388019133)

[‘Ho, tot hier en niet verder…!’ 40](#_Toc388019134)

[Conclusie 41](#_Toc388019135)

[De Kombinatietraining 42](#_Toc388019136)

[Conclusie 43](#_Toc388019137)

[Marietje Kesselsproject 43](#_Toc388019138)

[Conclusie 45](#_Toc388019139)

[Rots en Water 45](#_Toc388019140)

[Conclusie 46](#_Toc388019141)

[Conclusie 47](#_Toc388019142)

[Conclusie 48](#_Toc388019143)

[Aanbevelingen 51](#_Toc388019144)

[Discussie 53](#_Toc388019145)

[Literatuurlijst 55](#_Toc388019146)

# Samenvatting

Dit onderzoek heeft zich gericht op de weerbaarheid van jongeren met een autismespectrumstoornis in de leeftijd van tien tot achttien jaar die dagbesteding ontvangen bij de zorgboerderij Betach te Wekerom.

Het doel van dit onderzoek is een bijdrage leveren aan de ontwikkeling van de weerbaarheid van deze deelnemers, middels een methodiek die ingezet kan worden bij Betach.

De scriptie geeft antwoord op de volgende hoofdvraag:

‘Welke bestaande methodiek, die betrekking heeft op het weerbaarder maken van de deelnemers met een stoornis in het autistisch spectrum in de leeftijd van tien tot achttien jaar die dagbesteding bij Betach ontvangen, sluit het best aan bij de wensen van de deelnemers, hun ouders en Betach?’

Om tot een bijdrage aan deze ontwikkeling van de weerbaarheid van de deelnemers te komen, zijn er ten eerste twee soorten interviews afgenomen onder de deelnemers, hun ouders en Betach.

Het eerste interview betrof vragen over de beperkingen en mogelijkheden van de deelnemers, om er op deze manier achter te komen waarin ze nog tekortkomingen op het gebied van weerbaarheid hebben, maar ook waar de krachten van hen liggen en waar ze genoeg in ontwikkeld zijn.

Bij het tweede interview is er meer ingegaan op de wensen van de deelnemers, ouders en Betach als het gaat om het ontwikkelen van meer weerbaarheid. Hier gaat het over de mate van de behoefte aan een training, de doelen die een dergelijke training zou moeten hebben, de trainingsduur, de groepsgrootte, de trainer (extern/intern), de trainingsvorm en de mate waarin ouders betrokken willen worden bij het ontwikkelen van meer weerbaarheid van hun kind.

Naast de interviews is er een literatuuronderzoek gedaan naar het onderwerp in het algemeen, om zo tot een duidelijk en concreet beeld te komen van autisme en weerbaarheid. Vervolgens zijn beide begrippen met elkaar in verband gebracht om te komen tot het antwoord op de bovenstaande hoofdvraag.

De belangrijkste resultaten, conclusies en aanbevelingen zijn hieronder vermeld.

Gebleken is dat zowel ouders, als deelnemers een grote behoefte hebben aan het verbeteren van de weerbaarheid van de deelnemers. Hierbij geven ouders aan dat de deelnemers vooral moeten leren om grenzen te stellen. De deelnemers zelf benoemen dat ze graag minder snel boos en agressief willen reageren.

De deelnemers en ouders geven beiden aan dat ze graag deze weerbaarheid willen ontwikkelen bij Betach, omdat dit voor hen een vertrouwde en veilige omgeving is.

Uit de onderzoeksliteratuur komt naar voren dat een vertrouwde en veilige omgeving van belang is voor het ontwikkelen en aanleren van (nieuwe) vaardigheden.

Na het onderzoeken van verschillende methodieken blijkt dat de methodiek ‘Ho, tot hier en niet verder…!’ het meest passend is bij de wensen van de deelnemers, de ouders en Betach.

Echter blijkt dat Betach geen geschikte plek is voor het geven van deze methodiek, aangezien hun zorgaanbod een laagdrempelige vorm heeft, waarbij vooral ontspanning en rust centraal staan en een training hier niet bij aansluit. Zij kunnen en willen wel door middel van activiteiten met een actief karakter een bijdrage leveren aan het weerbaarder worden van de deelnemers.

Naar aanleiding van het gehele onderzoek zijn er daarom de volgende aanbevelingen voor Betach van belang:

1. **Betach wordt aanbevolen om meer aandacht te besteden aan weerbaarheid**
2. **Betach wordt aanbevolen activiteiten te organiseren met betrekking tot weerbaarheid**
3. **Er wordt aanbevolen om dergelijke activiteiten een actief karakter te geven**
4. **Er wordt aanbevolen om te zorgen voor een constante afstemming tussen Betach en ouders**
5. **Er wordt aanbevolen vervolgonderzoek naar de methodiek ‘Ho, tot hier en niet verder…!’ te (laten) doen**

Tenslotte worden er nog een aantal aandachtspunten beschreven die Betach kunnen helpen om de deelnemers te stimuleren tot weerbaarheid.

* Voor de deelnemers is het belangrijk dat de geleerde vaardigheden regelmatig herhaald en volgehouden worden, om zo het meest gewenste resultaat te bereiken
* Vanwege een minder ontwikkelde Theory of Mind hebben de deelnemers behoefte aan concrete gedragsregels. Hiervoor is het nodig dat hen stapsgewijs wordt aangeleerd hoe te handelen in verschillende situaties
* Om de aanbevolen activiteiten op een speelse en laagdrempelige manier vorm te geven kan er worden gekozen voor het aanschaffen van spellen die gericht zijn op het vergroten van weerbaarheid
* Voor Betach kan het ‘huiswerkschrift’ een goed hulpmiddel zijn om de activiteiten thuis door te zetten en de constante afstemming met ouders te bewerkstelligen

# Voorwoord

Voor u ligt onze scriptie van de opleiding HBO Sociaal Pedagogische Hulpverlening aan de Christelijke Hogeschool te Ede.

Onze interesse ging uit naar het onderwerp jongeren en autisme, omdat we hier beiden in de achterliggende studiejaren veel mee te maken hebben gehad. Echter wilden we ons nog verder verdiepen in dit onderwerp en meer kennis hierover opdoen om dit vervolgens toe te kunnen passen in ons toekomstige werkveld.

Deze scriptie is geschreven voor de medewerkers van zorgboerderij Betach. Naar aanleiding van ons voorstel om een onderzoek bij hen uit te voeren, gaven zij aan dat zij graag de weerbaarheid van hun deelnemers verbeterd wilden hebben.

De hoofdvraag van ons onderzoek luidt als volgt:

‘Welke bestaande methodiek, die betrekking heeft op het weerbaarder maken van de deelnemers met een stoornis in het autistisch spectrum in de leeftijd van tien tot achttien jaar die dagbesteding bij Betach ontvangen, sluit het best aan bij de wensen van de deelnemers, hun ouders en Betach?’

In deze scriptie zal er stil worden gestaan bij ten eerste autisme in het algemeen en hoe dit zich verhoudt tot weerbaarheid. Vervolgens zullen wij ons meer richten op meso- en microniveau, waarbij namelijk ten eerste de mogelijkheden en beperkingen op het gebied van weerbaarheid bij de deelnemers zijn onderzocht. In hoofdstuk drie staan de wensen van de deelnemers, hun ouders en Betach centraal als het gaat om het weerbaarder worden van de deelnemers.

In het laatste hoofdstuk worden er vier bestaande methodieken uitgewerkt die zijn onderzocht, waarbij er uiteindelijk één methodiek mogelijk een hulpmiddel is, die aansluit bij Betach en hun zorgaanbod, waardoor de weerbaarheid van de deelnemers vergroot kan worden.

Tot slot zullen er conclusies worden getrokken naar aanleiding van het gedane onderzoek en zal ons product, in de vorm van aanbevelingen, worden toegelicht.

In de bijlagen bevinden zich het procesverslag, de topiclijsten, de uitwerking van de afgenomen interviews en de labelschema’s van deze uitgewerkte interviews.

Voor de totstandkoming van deze scriptie zijn een aantal personen van belang geweest. Zonder hen was dit onderzoek een onmogelijke klus.

Ten eerste willen wij onze afstudeerbegeleider Hester Muurling bedanken. Hester, bedankt voor de kritische noot op onze scriptie, maar ook voor de positieve feedback en aanmoediging om het onderzoek tot een goed einde te brengen.

Betach bedankt voor de tijd en moeite die jullie in ons hebben geïnvesteerd, gedurende ons onderzoek dat we bij jullie mochten uitvoeren.

Tot slot gaat onze dank uit naar alle ouders en deelnemers die hebben meegewerkt aan ons onderzoek.

Ede, mei 2014

Mettine Bunt en Sarah Klamer

# Inleiding

 “Ruim één procent van de Nederlanders - ca. 190.000 mensen - heeft een vorm van autisme” (Nederlandse Vereniging over Autisme, 2012). De kans is dus groot dat iedereen in zijn of haar directe omgeving in meer of mindere mate met autisme te maken heeft.

**“Mensen met autisme krijgen het steeds zwaarder in onze hectische maatschappij. Kinderen en volwassenen met een autistische stoornis worden vaak niet goed begrepen. Niet op school en niet op het werk”** (Noorden, 2011)**. Dr. Jan-Pieter Teunisse (2009) geeft aan dat er in de huidige maatschappij structuren zijn weggevallen en er een toename is aan keuzestress.**

**Vanwege hun beperkingen op onder andere sociaal vlak betekent dit dat zij zich in deze tijd, waarin veel van hen wordt geëist, minder goed kunnen handhaven** (Noorden, 2011)**.**

**Daarom is het van belang dat ze sterker worden op onder andere sociaal vlak, door voor zichzelf op te durven komen, zichzelf te kunnen verdedigen, hun grenzen te kunnen bewaken en aan te geven, een eigen mening te hebben en deze te kunnen uiten en een passende reactie uit te voeren in bedreigende situaties op sociaal gebied. In dit verslag worden deze onderdelen aangeduid met het begrip ‘sociale weerbaarheid’, waar specifiek onderzoek naar is gedaan.**

Stichting Betach, waar dit onderzoek plaats heeft gevonden, is een zorgboerderij in Wekerom. Betach is een Hebreeuwse Bijbelse naam en heeft de betekenis van de woorden veiligheid, geborgen en vertrouwen. Betach biedt naschoolse opvang aan kinderen, dagbesteding en begeleid/beschermd wonen aan (jong)volwassenen met autisme. Hierbij staan de relaties tussen mensen, dieren en natuur centraal. Het is een kleinschalige instelling met ongeveer vijftien deelnemers voor dagbesteding en op dit moment twee woningen voor het begeleid/beschermd wonen. Het verzorgen van dieren en contact met dieren en mensen zijn de basis voor laagdrempelige zorg. Daarom wordt er verder niet vanuit een methodiek gewerkt. De taken op de boerderij zijn ondergeschikt, de deelnemer is immers het doel. Er zijn twee vaste medewerkers in dienst en één vaste medewerker op vrijwillige basis. Daarnaast zijn er nog stagiaires en andere vrijwilligers betrokken bij Betach.

De begeleiding erkent de beperkingen van hun deelnemers op sociaal gebied. Het valt hen op dat de deelnemers weinig weerstand kunnen bieden richting andere mensen. Zij wensen dan ook dat zij sociaal weerbaarder worden bij de dagbesteding, in thuissituaties, op school en overige situaties. Dit willen zij, omdat het de deelnemers bevordert in hun zelfstandigheid (Kroon T. , 2013).

Wanneer de deelnemers weerbaarder zullen zijn hebben ze een grotere eigenwaarde en ze zullen over het algemeen ‘steviger in hun schoenen staan’ (GGD, 2012).

Als zij dit echter niet zijn, zullen zij zich minder goed kunnen verdedigen en minder zelfredzaam zijn (Benig, 2012). Hierdoor lopen zij een groter risico om gepest te worden (Meintser, 2005), omdat zij op verschillende gebieden afwijken van de norm (Olweus, 1993). Ze hebben bijvoorbeeld moeite met sociale interacties en het tonen van emotionele of sociale wederkerigheid (Mutsaers, 2012). Door deze verschillende factoren vormen zij een zogenaamde risicogroep. Het vergroten van de sociale weerbaarheid heeft dus op verschillende niveaus een positieve invloed op het leven en de omgeving van jongeren met een stoornis in het autistisch spectrum (Rooijen, 2013).

De probleemstelling is als volgt:

‘Jongeren in de leeftijd van tien tot achttien jaar, die dagbesteding ontvangen bij zorgboerderij Betach met een autistische stoornis zijn niet weerbaar genoeg****. Dit heeft minder zelfredzaamheid tot gevolg en brengt een groter risico op gepest worden met zich mee’.****

Dit onderzoek richt zich op de sociale weerbaarheid, wat beschreven wordt aan de hand van de volgende onderdelen: v**oor zichzelf op durven komen, zichzelf kunnen verdedigen, grenzen kunnen bewaken en aangeven, een eigen mening hebben en deze kunnen uiten en een passende reactie uit kunnen voeren in bedreigende situaties op sociaal gebied.** In voornamelijk hoofdstuk één zijn de onderdelen concreet en uitgebreid uitgewerkt. Het onderzoek naar deze onderdelen is gedaan aan de hand van interviews met de deelnemers, hun ouders en begeleiding van Betach. Daarnaast zijn deze onderdelen vanuit de literatuurstudie onderzocht. Het onderwerp weerbaarheid is dankzij deze onderdelen afgebakend en specifiek onderzocht.

Er is gekozen voor een grote leeftijdsgroep waarin het onderzoek plaatsvond, dit omdat het een kleine instelling is waar er van elke leeftijd maar een paar deelnemers zijn. Vanwege de tijd is er geen mogelijkheid geweest uitgebreid onderzoek te doen naar de verschillende leeftijdsfasen.

Zowel in de praktijkstudie, als literatuurstudie is er onderzoek gedaan naar alle vormen van autisme. Hier is voor gekozen vanwege de kleinschaligheid van de instelling, daarnaast heeft elk individu een andere vorm van autisme. Dit maakt dat alle deelnemers bij het onderzoek betrokken zijn geweest. Daarnaast wordt er in de DSM-5 ook geen onderscheid meer gemaakt tussen de verschillende vormen van autisme (American Psychiatric Association, 2014).

Voor de literatuurstudie had dit tot gevolg dat er vooral gekeken is naar de algemene kenmerken van autisme. Ook is er rekening gehouden met het feit dat na verloop van jaren er weer andere jongeren bij Betach zullen komen, met hun eigen vorm van autisme.

Doordat het product algemeen gehouden wordt en niet gericht is op één vorm van autisme, kan deze ook toegepast worden bij volgende deelnemers, met welke vorm van autisme dan ook.

De vraagstelling van ons onderzoek luidt als volgt:

‘Welke bestaande methodiek, die betrekking heeft op het weerbaarder maken van de deelnemers met een stoornis in het autistisch spectrum in de leeftijd van tien tot achttien jaar die dagbesteding bij Betach ontvangen, sluit het best aan bij de wensen van de deelnemers, hun ouders en Betach?’

Deze hoofdvraag wordt beantwoord door middel van de volgende deelvragen:

1. Wat is autisme en hoe verhoudt dit zich tot weerbaarheid?
2. Waar liggen de beperkingen en mogelijkheden van de deelnemers die dagbesteding ontvangen bij Betach op het gebied van weerbaarheid?
3. Wat zijn de wensen van de deelnemers, hun ouders en Betach met betrekking tot het weerbaarder worden van de deelnemers?
4. Welke bestaande methodiek met betrekking tot weerbaarheid is het meest passend bij de wensen van de deelnemers, hun ouders en Betach?

Naar aanleiding van het onderzoek worden er voor Betach aanbevelingen gedaan.

Wanneer de begeleiders deze aanbevelingen gaan toepassen, wordt er van uit gegaan dat de deelnemers weerbaarder worden. Het onderzoek met de aanbevelingen hebben op zowel macro-, meso-, als microniveau verschillende doelen.

Kijkend naar het macroniveau, wordt er verwacht dat de deelnemers door hun vergrootte weerbaarheid zelfredzamer zullen zijn. Dit betekent dat er op langere termijn minder jongeren begeleid (zelfstandig) hoeven te wonen, wat de kosten van de zorg laag houdt en ervoor zorgt dat de burgers minder hoeven te betalen (Teunisse, 2009).

Op mesoniveau wordt er met dit onderzoek bewerkstelligd dat de begeleiding van Betach zich bewust is van het gebrek aan weerbaarheid bij de deelnemers en de noodzaak daar aandacht aan te besteden middels het inzetten van activiteiten.

Op langere termijn wordt bereikt dat het stimuleren van weerbaarheid doorwerkt in de thuissituatie, door middel van samenwerking tussen Betach en ouders.

Tot slot wordt er op microniveau bereikt dat de deelnemers aan activiteiten deelnemen die tot doel hebben om weerbaarder te worden, zodat ze uiteindelijk steviger in hun schoenen staan en zelfstandiger zijn.

Voor de leesbaarheid van deze scriptie wordt gesproken van:

‘Autisme’ in plaats van autismespectrumstoornis

‘Deelnemers’ in plaats van jongeren, wanneer het over de jongeren van Betach gaat. De vraag om in de scriptie gebruik te maken van deze benaming is van Betach uitgegaan, aangezien de jongeren op deze manier worden gezien

‘Hij’ of ‘hem’. Er wordt geen onderscheid gemaakt tussen het mannelijk en vrouwelijk voornaamwoord, tenzij dit van belang is en het iets toevoegt aan de uiteindelijke resultaten

# Methode

## Inleiding

In dit hoofdstuk wordt beschreven hoe het onderzoek is opgezet. Hierbij zal de procedure uitgelegd worden, waar ten eerste de onderzoeksmethode en de verantwoording hiervan beschreven worden. Vervolgens wordt er uitgelegd hoe de interviews tot stand zijn gekomen, hoe deze zijn vormgegeven en wie de respondenten hiervan zijn.

Voor het begin van het onderzoek is er een Plan van Aanpak opgesteld. In dit Plan van Aanpak is per deelvraag beschreven welke onderzoeksmethoden hiervoor nodig zijn en waar deze uitgevoerd worden. Hier zijn twee belangrijke onderzoeksmethoden uit gekomen, namelijk het maken van een literatuurstudie en het afnemen van interviews.

Vanwege de kleinschaligheid van de instelling is het belangrijk dat de resultaten van het onderzoek breed inzetbaar zijn. Daarom is er geen verdeling gemaakt naar sekse, leeftijd of stoornis.

## Literatuurstudie

De literatuurstudie was vooral van belang voor hoofdstuk één en vier en slechts in mindere mate voor hoofdstuk twee en drie. Hiervoor zijn als eerste de begrippen weerbaarheid en autisme gedefinieerd en zijn gebruikt om te zoeken naar bruikbare literatuur. Ter oriëntatie is hiervoor een bezoek gebracht aan de Koninklijke Bibliotheek in Den Haag. Tijdens dit bezoek is vooral gekeken naar de hoeveelheid en soort literatuur die er beschikbaar was over het te onderzoeken onderwerp. Daarnaast was dit bezoek ter voorbereiding op het opstellen en afnemen van de interviews. Verder is er ook in andere bibliotheken gezocht naar literatuur met betrekking tot het onderwerp. De bruikbare literatuur is samengevat en vergeleken, zodat dit later gebruikt kon worden bij het schrijven van het onderzoek.

Er is gekozen voor literatuurstudie, omdat er al veel onderzoek is gedaan naar het onderwerp autisme, weerbaarheid en de combinatie hiervan. Door deze verschillende onderzoeken te gebruiken en te vergelijken kon er een betrouwbare conclusie worden getrokken.

## Interviews

Dit onderzoek is gericht op een kleinschalige zorginstelling, waarbij persoonlijke aandacht en individuele behoeften belangrijk zijn. Daarom is er gekozen om in dit onderzoek de persoonlijke meningen, wensen en behoeften mee te nemen in het eindresultaat. Deze persoonlijke meningen, wensen en behoeften zijn onderzocht door middel van interviews. De instelling heeft aangegeven dat het voor hen belangrijk is dat ouders betrokken worden bij dit onderzoek. Daarom is er voor gekozen om niet alleen de begeleiders, maar ook ouders te interviewen. Hierdoor worden ouders betrokken bij het onderzoek naar weerbaarheid. Bovendien kennen zij hun kinderen, de deelnemers goed. Echter kent niemand de deelnemers beter dan zijzelf en daarom zijn ook zij geïnterviewd. Voor hoofdstuk twee en drie zijn aparte interviews afgenomen, dit om de resultaten uit elkaar te kunnen houden en beter te kunnen vergelijken om zo een betrouwbaarder beeld neer te kunnen zetten van de werkelijkheid.

De interviews, zowel bij deelvraag twee als drie, waren half-gestructureerde interviews. Hiervoor is gekozen omdat in dit soort interviews alleen open vragen werden gesteld en er door middel van doorvragen kon worden uitgediept. Het stellen van gesloten vragen leidt tot eenzijdige antwoorden die minder gewenste informatie verschaffen voor het onderzoek.

Voor het afnemen van de interviews is een topiclijst samengesteld (Bijlage B, D, F, I, K). Bij elke topic werden er een aantal basisvragen en een aantal trefwoorden geformuleerd die eventueel aan bod konden komen (Baarda, Goede, & Hulst, 2012). Hierdoor is vanaf het begin secuur te werk gegaan, zodat de benodigde informatie verkregen zou worden.

Bij de deelnemers zijn er tien interviews afgenomen, vijf voor deelvraag twee (Bijlage C1-5) en vijf voor deelvraag drie (Bijlage J1-5). Hetzelfde geldt voor de interviews met ouders, vijf interviews met vragen die betrekking hadden op deelvraag twee (Bijlage E1-5) en de andere vijf op deelvraag drie (Bijlage L1-5).

Verder zijn er met alle begeleiders van Betach interviews afgenomen met betrekking tot deelvraag twee (Bijlage G1-2) en is er een vragenlijst door Betach ingevuld over deelvraag drie (Bijlage M). De interviews zijn met elke respondent afzonderlijk afgenomen. Hierdoor werden de verschillende respondenten niet door elkaar beïnvloed en bij de ouders en deelnemers was hierdoor ook de mogelijkheid om open en eerlijk te vertellen. Dit laatste is ook de reden waarom de interviews thuis zijn afgenomen. Een veilige en vertrouwde omgeving stimuleert namelijk de openheid en eerlijkheid. Dit verhoogde de betrouwbaarheid van de antwoorden en er kwam meer informatie aan het licht.

Verder is er, afhankelijk van de informanten, onderscheid gemaakt in interviews. De interviews die voor de jongeren zijn opgesteld, hadden eenvoudigere vragen en er werd aan de hand van voorbeelden naar verduidelijking gevraagd, terwijl het interview voor de ouders een formelere opstelling had. Bij ouders was er meer gelegenheid om door te vragen. De interviews zijn dus aangepast aan het niveau van de informant.

Niet alle deelnemers en ouders wilden meewerken aan dit onderzoek, er is niet bekend waarom zij niet mee wilden werken. De kans bestaat dat deelnemers en ouders die juist behoefte hebben aan meer weerbaarheid, meewerkten. Dit zou kunnen betekenen dat de deelnemers en ouders die mogelijk geen noodzaak zien in het weerbaarder worden van de deelnemers, ook niet hebben meegewerkt.

Mogelijk heeft dit tot eenzijdige resultaten van het onderzoek geleid.

Echter blijkt uit de interviews met de begeleiders van Betach dat het onderwerp weerbaarheid bij vrijwel alle deelnemers aandacht behoeft.

In de groep respondenten was een grote variatie in leeftijd en stoornissen, hierdoor was het mogelijk om een algemeen beeld van de deelnemers van Betach neer te kunnen zetten.

De interviews zijn opgenomen met een voice-recorder en naderhand letterlijk uitgewerkt. Vervolgens zijn de transcripties gefragmenteerd en heeft elk fragment een label en nummer gekregen (Bijlage H, N). Daarna zijn deze labels samengevoegd tot kernlabels. Daardoor was het overzichtelijk wat de belangrijkste uitkomsten van de interviews waren. Aan de hand van deze kernlabels zijn conclusies getrokken die verwerkt zijn in het verslag.

De nummers van de fragmenten zijn gebruikt om in het verslag te verwijzen naar de interviews. Op deze manier is de oorspronkelijke tekst van de geïnterviewde goed terug te vinden. Er is geen gebruik gemaakt van verwijzingen naar kernlabels, daarom zijn deze niet opgenomen in de bijlagen.

Alle interviewvragen, vragenlijsten en labels die in bovenstaand stuk staan beschreven zijn bijgevoegd als bijlagen van dit verslag.

## Uitwerking van resultaten

Na alle informatie uit de literatuur te hebben samengevat en de interviews te hebben geanalyseerd is er gestart met het uitwerken van de resultaten. Dit is zo concreet als mogelijk gedaan, omdat het een kwalitatief onderzoek is. De resultaten zijn te lezen in dit verslag.

Er is bewust gekozen om geen persoonlijke uitspraken te doen. Dit omdat het onderzoek ondergeschikt is aan de belangen van de deelnemers. Alle keuzes zijn gemaakt op grond van wat de deelnemende partijen wensten, waarbij de wensen van de deelnemers leidend waren. Persoonlijke meningen van buitenstaanders zouden afdoen aan deze wensen en het uiteindelijke resultaat.

# Hoofdstuk 1: Autisme en weerbaarheid

## Inleiding

Middels dit hoofdstuk zal er een duidelijk beeld geschetst worden over het onderwerp van dit onderzoek. Er zal als eerst iets gezegd worden over autisme in het algemeen; wat de oorzaak van autisme is, de verschillende vormen die onder autisme vallen en de kenmerken die autisme bedraagt, beschreven aan de hand van de DSM-IV, met de twee belangrijkste kenmerken uitgewerkt. In paragraaf twee zal de link worden gelegd met het begrip weerbaarheid en hoe de normale ontwikkeling van een kind met betrekking tot weerbaarheid verloopt. In de laatste paragraaf zal de weerbaarheid in verband worden gebracht met autisme; hoe dit bij mensen met autisme verloopt en wat de ontwikkelingsmogelijkheden zijn met betrekking tot de weerbaarheid. Tot slot zal beschreven worden wat mensen met autisme nodig hebben om eventueel weerbaarder te worden.

## Autisme

De cijfers van het aantal mensen met autisme lopen uiteen van 1,16% tot maar liefst 2,6% van de bevolking. Dit laatste zou betekenen dat een op de 38 mensen een vorm van autisme heeft (Pek, 2012). Omdat het zo veel voorkomt en daardoor vrij bekend, wordt in dit onderzoek slechts kort stil gestaan bij wat autisme precies inhoudt. Wel is het belangrijk voor de rest van het onderzoek dat er basiskennis aanwezig is.

### Oorzaak

Uit verschillende studies blijkt dat autisme een genetische oorzaak heeft. Dit is onderzocht door middel van tweelingenstudies. Hierbij wordt gekeken naar het verschil tussen twee-eiige en eeneiige tweelingen. Het genetisch materiaal van eeneiige tweelingen is voor honderd procent hetzelfde en bij twee-eiige tweelingen slechts voor de helft. Er wordt dan onderzocht of één of twee personen van de tweelingen autisme heeft. Hier is uit gekomen dat autisme veel vaker voorkomt bij eeneiige tweelingen dan bij twee-eiige tweelingen. Dit wijst erop dat de oorzaak in de genen ligt, die bij een eeneiige tweeling meer op elkaar lijken dan bij een twee-eiige tweeling (Hoopen & Pieter, 2010). Daarnaast kan autisme ontstaan door ziekten zoals hersenvliesontsteking. Autisme wordt slechts zeer zelden veroorzaakt door een externe oorzaak (Frith, 2009).

De hersenenen van iemand met autisme zijn anders dan die van iemand zonder autisme. Bij vrouwen zijn de linker- en rechterhersenhelft van redelijk gelijke grote en rijping, bij mannen is de linkerhersenhelft meer ontwikkeld dan de rechter. Bij mensen met autisme is dit verschil tussen de linker- en rechterhersenhelft nog groter. De hersenen zijn niet goed gerijpt, waardoor er veel cellen zijn, maar weinig verbindingen tussen de cellen, wat al zichtbaar is in de hersenen vanaf jonge leeftijd (Heuvel, 2013).

Niet alleen is de linkerhersenhelft van mensen met autisme minder goed gerijpt, ook de verbinding tussen de beide hersenhelften is minder ontwikkeld, waardoor prikkels minder goed verwerkt kunnen worden (Delfos, Een vreemde wereld, 2006).

Dit verschil in hersenen ten opzichte van andere mensen heeft veel gevolgen voor de beleving en het gedrag van mensen met autisme. Hoe dit zich uit staat later in dit hoofdstuk beschreven bij de kenmerken van autisme.

### Verschillende vormen

Autisme is een afkorting van autistismespectrumstoornis. Deze naam geeft al aan dat autisme niet één afgebakende stoornis is, maar dat er verschillende vormen onder deze noemer vallen (Baron-Cohen & van der Horst, 2009).

De bekendste en meest voorkomende vormen binnen dit spectrum zijn:

* Klassiek autisme

Ook wel bekend als Syndroom van Kanner, genoemd naar Leo Kanner, een Oostenrijk-Amerikaanse kinderpsychiater. Mensen met de vorm klassiek autisme hebben een taalachterstand en vaak geen hoger IQ dan gemiddeld (Delfos & Gottmer, Leven met autisme, 2012).

* Syndroom van Asperger

Deze vorm van autisme is vernoemd naar Hans Asperger, een Oostenrijkse kinderarts, die als een van de eerste kenmerken van autisme beschreef.

Het verschil met klassiek autisme is dat mensen met het Syndroom van Asperger een gemiddeld of zelfs hoog IQ hebben en er daarnaast geen of weinig sprake is van een taalachterstand (Baron-Cohen & van der Horst, 2009).

* PDD-NOS

Deze laatste vorm van autisme is een restcategorie, omdat de mensen die dit hebben slechts aan een aantal gedragskenmerken voldoen die bij autisme horen. NOS staat dan ook voor de Engelse woorden ‘not otherwise specified’.

Daarnaast zijn er nog twee minder voorkomende vormen als; syndroom van Rett en de desintegratiestoornis. Deze twee laatste vormen komen echter zo weinig voor dat deze vormen niet zijn meegenomen in het onderzoek.

### Kenmerken

De Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM) is het meest gebruikte classificatiesysteem. Op dit moment wordt in Nederland gebruikt gemaakt van de vierde versie, ook wel DSM-IV genoemt. De DSM-IV stelt een aantal criteria waaraan je moet voldoen voordat je de diagnose autisme kan krijgen. Dit is te zien als een korte samenvatting van de kernmerken van autisme.

***A. Een totaal van zes (of meer) items van (1), (2) en (3).***

1. ***kwalitatieve beperkingen in de sociale interacties zoals blijkt uit ten minste twee van de volgende:***
	1. ***duidelijke stoornissen in het gebruik van verschillende vormen van non-verbaal gedrag, zoals oogcontact, gelaatsuitdrukkingen, lichaamshoudingen en gebaren om de sociale interactie te bepalen***
	2. ***er niet in slagen met leeftijdgenoten tot relaties te komen, die passen bij het ontwikkelingsniveau***
	3. ***tekort in het spontaan proberen met anderen plezier, bezigheden of prestaties te delen (bijvoorbeeld het niet laten zien, brengen of aanwijzingen van voorwerpen die van betekenis zijn)***
	4. ***afwezigheid van sociale of emotionele wederkerigheid***
2. ***kwalitatieve beperkingen in de communicatie zoals blijkt uit ten minste één van de volgende:***
	1. ***achterstand in of volledige afwezigheid van de ontwikkeling van de gesproken taal (niet samengaand met een poging dit te compenseren met alternatieve communicatiemiddelen zoals gebaren of mimiek)***
	2. ***bij individuen met voldoende spraak duidelijke beperkingen in het vermogen een gesprek met anderen te beginnen of te onderhouden***
	3. ***stereotiep en herhaald taalgebruik of eigenaardig woordgebruik***
	4. ***afwezigheid van gevarieerd spontaan fantasiespel (‘doen-alsof spelletjes’) of sociaal imiterend spel (‘nadoen’ spelletjes) passend bij het ontwikkelingsniveau***
3. ***beperkte, zich herhalende stereotiepe patronen van gedrag, belangstelling en activiteiten zoals blijkt uit ten minste één van de volgende:***
	1. ***sterke preoccupatie met één of meer stereotiepe en beperkte patronen van belangstelling die abnormaal is ofwel in intensiteit ofwel in richting***
	2. ***duidelijke rigide vastzitten aan specifieke niet-functionele routines of rituelen***
	3. ***stereotiepe en zich herhalende motorische maniërismen (bijvoorbeeld fladderen of draaien met hand of vingers of complexe bewegingen met het hele lichaam)***
	4. ***aanhoudende preoccupatie met delen van voorwerpen***

***B. Achterstand in of abnormaal functioneren op ten minste één van de volgende gebieden met een begin voor het derde jaar:***

1. ***sociale interacties***
2. ***taal zoals te gebruiken in sociale communicatie of***
3. ***symbolisch of fantasiespel***

C. De stoornis is niet eerder toe te schrijven aan de stoornis van Rett of een desintegratiestoornis van de kinderleeftijd (American Psychiatric Association, 1994).

Dit onderzoek is gericht op het weerbaarder worden van mensen met autisme. Daarom worden de kenmerken die hiermee te maken hebben verder uitgelicht. Deze zullen voornamelijk uit de deelonderwerpen A1 en A2 komen, omdat deze gericht zijn op de twee belangrijkste kenmerken, namelijk sociale interactie en communicatie.

### Sociale interactie

Het eerste en belangrijkste kenmerk van autisme is een ‘beperking in sociale interactie’. Hier lijkt het grootste probleem voor autisten te liggen, wat verschillende oorzaken heeft.

Ten eerste lijken mensen met autisme minder behoefte aan sociale interactie te hebben. Dit blijkt al vanaf de babyleeftijd. Baby’s zonder autisme zijn erg gericht op gezichten. Bij baby’s met autisme ontbreekt dit, zij zijn meer gericht op voorwerpen. Bij het ouder worden zijn kinderen met autisme nog steeds meer gericht op voorwerpen. Als er interactie is met ouders of andere mensen, worden deze als voorwerp gezien en behandeld (Delfos, Een vreemde wereld, 2006). Deze geringe behoefte aan sociale interactie uit zich niet alleen in non-verbaal gedrag (kenmerk A1a), maar ook in het ontbreken van spontaan delen van plezier, bezigheden en prestaties (kenmerk A1b).

Naast de geringe behoefte aan sociale interactie hebben mensen met autisme een verzwakte Theory of Mind. Letterlijk vertaald betekent dit ‘kennis van de geest’. Hiermee wordt bedoeld dat er kennis is van de gedachten, maar ook van de gevoelens is van de ander. Bij mensen zonder autisme is dit een ingebouwd mechanisme die ontwikkelt naarmate er levenservaring wordt opgedaan. Mensen zonder autisme kunnen als het ware van perspectief wisselen. Ze kunnen de wereld, door de opgedane kennis en eigen ervaringen, bekijken vanuit het perspectief van de ander. Mensen met autisme hebben echter een egocentrisch perspectief. Daardoor kunnen ze niet begrijpen wat er in andere mensen omgaat. Emoties worden door hen vaak niet herkend en gedrag van de ander komt voor iemand met autisme volledig onverwachts (Delfos, Een vreemde wereld, 2006). De gevolgen hiervan zijn te zien in de kenmerken van A1 van de DSM-IV.

Naast deze grote verschillen op sociaal gebied wordt autisme ook wel een informatieverwerkingsstoornis genoemd. Mensen met autisme kunnen moeilijk verschil maken in de prikkels die binnenkomen. De prikkels die binnenkomen worden niet gesorteerd op relevantie en allemaal op dezelfde manier verwerkt(Didden & Huskens, 2008). Mensen met autisme nemen de wereld daardoor anders waar dan andere mensen. Mensen met autisme kunnen hierdoor overspoeld worden door de prikkels die op hen af komen en proberen deze prikkels buiten te sluiten. Dit heeft een grote invloed op hun leven en daarmee sociale interacties. Zo kunnen ze in gesprekken bijvoorbeeld oogcontact of andere non-verbale prikkels vermijden omdat dit teveel afleidt. Door deze extra prikkels die allemaal aandacht opeisen kunnen ze zich niet meer op de inhoud van het gesprek concentreren (Delfos, Een vreemde wereld, 2006).

Daar komt bij dat bij mensen met autisme een duidelijke samenhang ontbreekt, dit wordt de sociale coherentie theorie genoemd. Bij mensen met autisme worden alle details gesignaleerd doordat prikkels niet worden gefilterd. Elk detail wordt dus opgenomen en apart opgeslagen in de hersenen. Bij mensen zonder autisme worden deze details gefilterd om het geheel te kunnen zien. Mensen zonder autisme zien dus alleen het geheel en de details komen niet binnen. Dit is nodig om de wereld goed te kunnen begrijpen. Als mensen zonder autisme een ruimte binnenstappen, zien ze in één oogopslag wat voor kamer het is, iemand met autisme moet eerst de verschillende details analyseren en combineren om te begrijpen wat voor kamer het is(Bogdashina, 2006). Dit geldt ook voor gezichten, mensen zonder autisme herkennen gezichten direct, terwijl mensen met autisme gezichten herkennen door afzonderlijke kenmerken te combineren (Serra, Althaus, & Sonneville, 2014).

Dit heeft tot gevolg dat de wereld voor mensen met autisme veel minder begrijpelijk is. Ze moeten veel moeite doen om de wereld om hen heen te begrijpen en dit gaat niet in één ogenblik zoals bij andere mensen.

De volgende kenmerken op sociaal gebied zijn dus belangrijk; het ontbreken van de behoefte aan sociaal contact, een ernstig verzwakte Theory of Mind, het niet kunnen filteren van prikkels en het ontbreken van samenhang in de hoeveelheid details. De gevolgen hiervan zijn dat mensen met autisme minder goed kunnen en willen deelnemen aan sociale interacties, zich niet kunnen inleven in anderen en de wereld voor hen erg onoverzichtelijk is.

### Communicatie

Eerder in dit hoofdstuk werd al beschreven dat de linkerhersenhelft van mensen met autisme minder is ontwikkeld dan de rechterhersenhelft. In het linker gedeelte van de hersenen bevindt zich het taalcentrum van de mens. Bij mensen met autisme is dan ook vaak een achterstand in of zelf volledige afwezigheid van gesproken taal. Het verschilt per stoornis binnen het spectrum in welke mate deze achterstand aanwezig is. Zo is bij het Asperger-syndroom vaak weinig tot geen taalachterstand, hoewel er vaak wel gebruik wordt gemaakt van typisch of eigenaardig taalgebruik (Baron-Cohen & van der Horst, 2009).

Voor mensen zonder autisme is de behoefte aan communicatie met andere mensen sterk aanwezig, het is dan ook vanzelfsprekend dat zij op zoek gaan naar een manier om met anderen te communiceren. In de meeste gevallen is dit verbale taal. Bij mensen met autisme ontbreekt, zoals gezegd, deze behoefte of is in mindere mate aanwezig. Het is voor hen dan ook minder vanzelfsprekend om op zoek te gaan naar een manier om te communiceren met anderen. Dit betekent niet dat er niet een vorm van (non-)verbale taal bij hen ontwikkeld (Delfos, Een vreemde wereld, 2006).

Het ontbreken van een duidelijke samenhang heeft ook zijn doorwerking in de ontwikkeling en het gebruiken van taal. Voor mensen met autisme zit er weinig verband in de zinnen. Net zoals ze de wereld zien in details, zo zien ze dat ook bij taal. Woorden worden steeds als afzonderlijke woorden gezien en moeten in het hoofd samengebracht worden tot een betekenis. Kinderen met autisme leren de taal op een andere manier dan kinderen zonder autisme. Zo vertrouwen ze in grote mate op echolalie, dit is het letterlijk overnemen van wat ze geleerd hebben. Ze nemen vaak hele zinnen over en lijken niet te beseffen dat deze uit losse woorden bestaan. Dit in tegenstelling tot kinderen zonder autisme die het belangrijkste woord uit de zin oppikken en alleen dit woord leren.

Wanneer kinderen met autisme en zonder autisme doorhebben dat je met woorden zinnen kunt maken, leren ze langzaam de grammatica. In eerste instantie passen ze grammaticale regels te vaak toe, in bijvoorbeeld: ‘papa komde thuis’, later gaat dit vanzelf over. Bij kinderen met autisme gaat dit veel trager of zelfs helemaal niet, wat erop lijkt te wijzen dat ze de taalregels niet analyseren (Bogdashina, 2006).

Bovenstaande kenmerken van autisme zijn een korte samenvatting wat autisme inhoudt waarbij rekening is gehouden met de kenmerken die in meer of mindere mate van invloed zijn op weerbaarheid. Er valt nog veel meer over deze complexe en uiteenlopende stoornis te zeggen. Zoals eerder werd aangegeven kent de noemer autisme een aantal verschillende vormen en binnen elke vorm zijn ook nog veel verschillen. In dit onderzoek is echter geen ruimte voor een uitgebreidere uitleg en de betekenis hiervan voor mensen met autisme. In een later hoofdstuk wordt beschreven wat deze stoornis voor de deelnemers van Betach betekent en wat hiervan de effecten op hun weerbaarheid zijn.

## Weerbaarheid

### Inleiding

Voorafgaand aan dit gedeelte is er beschreven wat autisme inhoudt, wat hier de oorzaken en kenmerken van zijn en welke verschillende vormen deze stoornis heeft.

In deze paragraaf zal er duidelijk worden gemaakt wat weerbaarheid precies inhoudt, hoe de ‘normale’ ontwikkeling van weerbaarheid verloopt en hoe dit zodanig opgebouwd wordt zodat een persoon, wanneer hij op een volwassen leeftijd is gekomen, stevig genoeg in zijn schoenen staat in sociale situaties en interacties. De weerbaarheid wordt dus nog niet in verband gebracht met autisme. Hier wordt aandacht aan besteedt in de volgende paragraaf.

### Wat is weerbaarheid?

Weerbaarheid is een ruim begrip wat op verschillende manieren ingevuld kan worden. Er zijn vooraf aan dit onderzoek bewuste keuzes gemaakt om niet op alle gebieden van weerbaarheid onderzoek te doen. De definitie van weerbaarheid in dit onderzoek is specifiek en concreet gemaakt. Hierdoor het is onderzoek concreet en behapbaar gebleven en niet te groot en breed geworden. Dit was nodig vanwege de tijd waarin het onderzoek uitgevoerd moest worden. De definitie die gedurende dit onderzoek gehanteerd is zal hier verder worden toegelicht.

Dit onderzoek heeft zich specifiek gericht op de sociale weerbaarheid. De definitie van sociale weerbaarheid is in dit onderzoek in verschillende onderdelen opgebouwd.

Het eerste onderdeel is: v**oor zichzelf op durven komen. Wanneer de deelnemers voor zichzelf durven opkomen zijn ze, ook wel genoemd, assertief. Met assertiviteit wordt bedoeld dat ze kiezen voor een persoonlijke reactie en daarin vrijmoedig zijn. Ze tonen daarmee respect voor eigen rechten en behoeften van zichzelf en de ander** (Bouwens, Meer, & Neijenhof, 2001)**. Wanneer de deelnemers niet weerbaar zijn, kunnen ze heel passief reageren en over zich heen laten lopen of juist agressief reageren door erop los te slaan** (Ploeg, 2008)**.**

**Het tweede onderdeel wat onder sociale weerbaarheid valt is: zichzelf kunnen verdedigen. Met het zichzelf kunnen verdedigen wordt er bedoeld jezelf veilig houden en ervoor zorgen dat jezelf niets overkomt. Wanneer de deelnemers dit onderdeel beheersen kunnen zij omgaan** met bedreigende situaties, kunnen ze weerstand bieden tegen de druk uit de omgeving en kunnen ze risico’s inschatten en weten zij hier een goede reactie op te bedenken (NJI, 2014).

Het derde onderdeel ‘g**renzen kunnen bewaken en aangeven’ geeft aan dat de deelnemers in staat moeten zijn om hun grenzen aan te voelen en te bewaken in sociale interacties in het dagelijks leven. Daarnaast is het van belang dat zij ook weten waar de grens van de ander ligt.**

**Bij dit onderdeel zou ook het aangeven van grenzen op seksueel gebied van toepassing kunnen zijn. Dit is niet onbelangrijk en momenteel wordt hier tevens veel aandacht aan besteedt door de hulpverlening** (Goenee, Walle, & Berlo, 2012)**.**

**Toch is dit gedurende onderzoek uitgesloten, omdat het onderzoek anders te groot zou worden. Om weerbaar genoeg te zijn met betrekking tot dit onderdeel is het van belang dat de deelnemers uit het gedrag van een ander kunnen opmaken wat de grens van de ander is en dat ze daardoor weten hoe ze er op moeten reageren** (Delfos, 2006)**.**

Het vierde onderdeel dat deel uitmaakt van de definitie weerbaarheid in dit onderzoek is: een eigen mening hebben en deze uiten. De deelnemers hebben een eigen mening en kunnen deze uiten over allerlei onderwerpen. Daarnaast weten zij wat een gepast moment is om hun mening te geven (Delfos, Een vreemde wereld, 2006).

Het vijfde en laatste onderdeel van het begrip sociale weerbaarheid ‘een passende reactie uit kunnen voeren in bedreigende situaties’ sluit aan bij het eerder uitgewerkte onderdeel ‘zichzelf kunnen verdedigen’, waar de deelnemers risico’s kunnen inschatten en hier een goede reactie op bedenken en geven. Bij dit onderdeel is het ook het noodzakelijk dat ze een reactie uitvoeren die passend is, ofwel adequaat op dat moment en in die situatie.

Bij alle onderdelen moet er rekening mee worden gehouden dat de mate van weerbaarheid persoonsgebonden is en per individu kan variëren. Waar voor de ene deelnemer de grens is bereikt, kan deze bij de andere deelnemer nog lang niet bereikt zijn.

Verder is van belang te weten dat groepsdruk een belangrijke rol speelt bij weerbaarheid (Tichelaar, 2011). Bij weerbaarheid kies je bewust je eigen pad, maar word je voortdurend bloot gesteld aan verleidingen uit de omgeving. Hierbij valt bijvoorbeeld te denken aan ‘verkeerde’ vrienden of middelen die de aandacht trekken. Ieder individu zal hierin voortdurend de keuze moeten maken wat hij doet en hoe hij zich daartegenover opstelt.

Middels het gebruik van verschillende onderdelen is het begrip weerbaarheid specifiek en concreet uitgewerkt en bestaat er nu een eenduidig beeld over de definitie ‘sociale weerbaarheid’.

### ‘Normale’ ontwikkeling en het opbouwen van weerbaarheid

Vanaf de geboorte speelt weerbaarheid al een rol. Een kind zoekt vrijwel direct contact met de sociale omgeving, waarbij oogcontact van belang blijkt voor de hechting. Deze binding komt de ontwikkeling van het kind ten goede (Kohnstamm, 2009). Naast het contact zoeken zijn zij ook afhankelijk van anderen om te kunnen overleven.
Naarmate het kind ouder wordt zal het bewuster worden van het feit dat hij geen deel is van anderen. Het kind gaat steeds meer op onderzoek uit door rond te kijken, rond te kruipen en rond te lopen. In deze fase wordt ook de scheidingsangst bij kinderen merkbaar, bang dat de verzorger niet meer terugkomt wanneer het verdwijnt (Zwiep, 2005).

Ouders zullen steeds meer doorkrijgen dat zij hun kind niet meer overal voor kunnen beschermen, ondanks dat zij dit wel graag willen.

Het kind gaat zichzelf, naarmate het ouder wordt, losmaken van zijn ouders en het is van belang dat hij zichzelf gaat beschermen. Dit leert het kind allemaal rond het eerste levensjaar, wanneer er ook wel vreemdenangst kan ontstaan. Deze vreemdenangst houdt in dat ze terughoudend zijn richting vreemde personen. Door deze angsten leert het kind zichzelf te redden in spannende, vreemde en bedreigende situaties wat er voor zorgt dat het zelfstandiger en weerbaarder wordt. Gedurende de levensjaren zal zich dit steeds meer ontwikkelen.

‘We zullen zien dat de emotionele en sociale zelfstandigheid niet vanaf de geboorte een rechtlijnige ontwikkeling doormaakt van elke dag wat steviger in de schoenen. Integendeel. Om emotioneel en sociaal een zelfstandig wezen te worden, is het zelfs nodig dat de afhankelijkheid wordt verdiept en bevestigd’ (Kohnstamm, 2009).

De ontwikkeling naar zelfstandigheid en weerbaarheid wordt dus vooral gestimuleerd door de hierboven genoemde aanwezigheid van een goede hechting bij kinderen aan, in eerste instantie de ouders (of vaste verzorgers). Een goede hechting bestaat aan de ene kant uit bescherming en houvast die ouders hun kinderen bieden, aan de andere kant uit autonomie. De autonomie om zelf te doen, zelf te ontdekken en zelf keuzes te maken.

‘Vanuit die veiligheid kunnen zij de wijde wereld gaan ontdekken’ (Kohnstamm Instituut, Nederlands Jeugdinstituut, 2010).

Een belangrijk punt wat bijdraagt aan de stimulering van weerbaarheid is zelfvertrouwen. Wanneer een kind meer zelfvertrouwen en een hoge eigenwaarde heeft, zal hij zich in sociale situaties assertiever opstellen. Zelfvertrouwen houdt in dat iemand zichzelf vertrouwt in wat hij doet en kan. Een belangrijke rol voor het hebben van zelfvertrouwen en een goede eigenwaarde is weggelegd voor de ouders. Wanneer ouders ruimte laten voor het kind om zichzelf te kunnen ontwikkelen, vergroten zij daarmee het zelfvertrouwen van hun kind.

Naast deze autonomie is het ook van belang dat zij hun kind op een positieve manier benaderen. Dit kan bijvoorbeeld doordat zij het kind vertellen dat zij om hem geven of hem prijzen om goede prestaties (Geelhoed & T. Cappon, 2003).

Als laatste kunnen naast ouders ook overige personen ondersteunend zijn en bijdragen aan de mate van weerbaarheid. Hier kan gedacht worden aan familie, klasgenoten, vrienden en andere contacten waar men mee omgaat. Al deze mensen geven de mens sociale zekerheid en veiligheid, dit wordt ook wel draagkracht genoemd. In de behoeftepiramide van Abraham Maslow komen de behoefte aan veiligheid en zekerheid en de behoefte aan sociaal contact op de eerste en tweede plaats. Deze piramide wordt veel in de psychologie gebruikt om de mate van behoeftebevrediging aan te geven. De theorie van Maslow gaat er vanuit dat de onderste lagen vervuld moeten worden voordat de volgende laag een behoefte van belang wordt. Voor weerbaarheid betekent dit dat eerst de behoefte aan veiligheid, zekerheid, sociaal contact en waardering vervuld moeten worden voor er zelfontplooiing kan plaatsvinden. Zelfstandigheid en weerbaarheid kunnen onder deze zelfontplooiing worden gebracht (Glassman & Hadad, 2004).



Figuur 1: De behoeftepiramide van Maslow

De hechting is dus de basis voor zelfstandigheid en weerbaarheid. Ouders vervullen hierin een grote rol. De manier van opvoeden is een belangrijk fundament, waardoor ook het zelfvertrouwen hoger zal zijn van hun kinderen als zij deze op een positieve manier benaderen.

Naast ouders zijn ook alle andere mensen uit directe omgeving van belang, om tot goede weerbaarheid te komen.
Zoals gezegd verschilt de mate van ontwikkeling tot weerbaarheid en de wijze waarop iemand weerbaar wordt per individu.

## Weerbaarheid en autisme

### Inleiding

In deze paragraaf wordt stilgestaan bij de weerbaarheid in verhouding met autisme. Er wordt beschreven hoe de weerbaarheid ontwikkeld is bij mensen met autisme en wat de gevolgen voor deze weerbaarheid zijn. Vervolgens wordt er uitspraak gedaan of mensen met autisme in staat zijn om weerbaar (genoeg) te worden en zal er in gegaan worden op dat wat zij nodig hebben om weerbaarder te worden.

### De (ontwikkeling van) weerbaarheid bij autisme

Normaal ontwikkelde kinderen tonen hun emoties vanaf de geboorte en passen deze steeds meer aan op hun eigen gedrag en dat van een ander. Bij kinderen met autisme lijkt dit het tegenovergestelde (Didden & Huskens, 2008). Het vermogen om sociale en emotionele interacties aan te gaan is zeer beperkt, omdat zij zich slecht kunnen verplaatsen in gedachten en gevoelens van anderen (Kohnstamm, 2009). Hierover is eerder in dit hoofdstuk geschreven, wat ook wel Theory of Mind genoemd wordt. Het gevolg voor de mate van weerbaarheid is groot, omdat zij zich moeilijk kunnen inleven in andere mensen. Ze zullen het lastig vinden om een inschatting te maken hoe ze zich moeten gedragen (Berckelaer-Onnes, 2008) en wat ze kunnen zeggen tegen anderen. Daarnaast hebben ze weinig tot geen besef van tijd en ruimte, wat maakt dat ze niet weten op welk tijdstip zij iets kunnen zeggen (Delfos & Gottmer, 2006).

Normaal ontwikkelde kinderen hebben een exploratiedrang; bij kinderen met autisme is er duidelijk een gebrek aan deze drang, wat betekent dat ze minder behoefte voelen om de wereld te onderzoeken en ontdekken. Daarnaast ontbreekt het bij kinderen met autisme aan Joint Attention, letterlijk ‘gedeelde aandacht’, waardoor ze zich maar op één voorwerp richten en de aandacht niet kunnen delen met anderen (Fritz, 2006). Dit zorgt ervoor dat ze minder zullen leren van de omgeving en minder goed kunnen communiceren met anderen. Met betrekking tot de weerbaarheid houdt dit in dat ze weinig inzicht hebben in sociale situaties (Bouma & König, 2002). Naast het beperkte inzicht lijken kinderen met autisme ook weinig behoefte te hebben aan sociale interactie, zoals eerder in dit hoofdstuk is beschreven. Dit zorgt ervoor dat ze weinig contacten hebben met klas- en leeftijdsgenoten. Ze gaan hun eigen gang en leven in hun eigen wereldje. Hierdoor zijn ze stiller, angstiger en voeler zich, ondanks dat ze geen behoefte aan contact lijken te hebben vaak alleen, wat de kans op pesten ook nog eens vergroot (Nederlands Jeugdinstituut, 2012). Voor de weerbaarheid betekent dit dus dat ze slecht in staat zijn om in spannende en bedreigende situaties voor zichzelf op te komen en zullen zich eerder terugtrekken.

Verder hebben kinderen met autisme centrale regulatieproblemen, dit houdt in dat ze het lastig vinden om hun eigen gedrag te remmen. Dit zorgt ervoor dat ze er bijvoorbeeld snel alles uit zullen flappen en hun eigen grenzen niet aanvoelen (Delfos & Gottmer, 2006).

Zoals in de vorige paragraaf aan de orde kwam is zelfvertrouwen een belangrijke voorwaarde om weerbaar te zijn. Bij kinderen met autisme is dit zelfvertrouwen over het algemeen minimaal en hebben ze vaak te kampen met minderwaardigheidsgevoelens. Dit komt omdat ze veel zaken om hen heen niet begrijpen. Daarnaast reageren mensen die geen autisme hebben vaak met onbegrip richting hen en is de omgeving ook niet op hen aangepast. Al met al zorgt dit ervoor dat ze bijvoorbeeld hun mening voor zich houden of zichzelf onder laten sneeuwen, omdat ze een lage eigenwaarde hebben (Zeevalking, 2000).

Tot slot zijn de communicatievaardigheden bij kinderen met autisme niet goed ontwikkeld.

Ze nemen woorden en zinnen vaak letterlijk en begrijpen grapjes dan ook niet.

‘Tijdens de maaltijd gebruikt de moeder van Jacolien geregeld het woord ‘lekker’. Soms gemeend, soms als verzekering dat iets wat de kinderen misschien minder lekker vinden, toch juist best lekker is. Dus is het steevast: ‘Jongens, lekker soep vandaag!’ of ‘lekkere gehakt en bietjes’ en ‘lekker gezond eten’. Jacolien barst in tranen uit en duwt het bord van zich af en roept daarbij: ‘Jongens, lekker soep vandaag’’ (Zeevalking, 2000).

Het gevolg voor de weerbaarheid is dat ze de grenzen van een ander onvoldoende respecteren, omdat ze geen grenzen aan kunnen voelen. Er kan gezegd worden dat kinderen met autisme door deze verschillende beperkingen in de ontwikkeling niet in staat zijn zich altijd even weerbaar op te stellen en stevig in de schoenen te staan. Ze kunnen vaak geen inschattingen maken van gevoelens en gedachten van een ander en sociale situaties wat tot gevolg heeft dat ze zich te passief of te agressief opstellen. Over het algemeen is het zelfvertrouwen van kinderen met autisme ook lager, omdat ze de wereld om hen heen niet begrijpen en de mensen zonder autisme hen vaak niet. Dit zorgt ervoor dat ze zich vaak onbegrepen en eenzaam voelen.

Toch wil dit niet zeggen dat ze zich in alle gevallen passief of juist agressief opstellen en daarom helemaal niet weerbaar zijn. Autisme brengt ook positieve kanten met zich mee. Kinderen met autisme hebben namelijk behoefte aan houvast, veiligheid en structuur (Didden & Huskens, 2008). Aangezien omgangsregels dit bieden kunnen zij opgestelde regels bijvoorbeeld goed handhaven en weten in dat geval wel wat ze kunnen en mogen (Delfos, 2006).

### Ontwikkelingsmogelijkheden

Vanwege de kenmerken die eerder in dit hoofdstuk beschreven staan, kan het lijken alsof mensen met autisme nooit weerbaarder zullen worden. Er is immers geen of weinig sprake van Theory of Mind en sociale coherentie. Dit is tot op zekere hoogte waar, voor mensen met autisme is het lastiger om sociale vaardigheden op te doen en weerbaar te worden. Ze zullen dan ook niet volledig weerbaar kunnen worden, autisme is en blijft immers een beperking.

Het lijkt er echter op dat wanneer kinderen met autisme ouder worden, ze een steeds betere relatie krijgen met mensen die vertrouwd zijn. De kwaliteit van de interacties met deze vertrouwelingen worden steeds beter. Hieruit blijkt dat vertrouwen en ervaring een positieve invloed hebben op de sociale vaardigheden (Roeyers, 1996). Mensen met autisme kunnen leren om beter met hun beperkingen om te gaan en een bepaalde mate van weerbaarheid verwerven. Het is voor hen ook mogelijk om te veranderen en te ontwikkelen op sociaal gebied. Ze hebben wel een vermogen om sociale vaardigheden aan te leren, dit gaat echter niet vanzelf. Mensen zonder autisme verwerven deze vaardigheden vanzelf en op een natuurlijk manier, mensen mét autisme moeten hier moeite voor doen en veel voor trainen (Aarons & Gittens, 2000). Bij training is gebleken dat kinderen met autisme wel meer Theory of Mind kunnen aanleren (Fritz, 2006).

Doordat de Theory of Mind van iemand met autisme altijd een zwak punt zal blijven (Gaag & Berckelaer-Onnes, 2000), zullen hier oplossingen voor gevonden moeten worden. Het kan daarom helpend zijn om gedragsregels te introduceren. Dit betekent dat voor verschillende situaties verschillende gedragsregels worden voorgesteld. Hierdoor wordt het voor mensen met autisme makkelijker om gewenst gedrag te laten zien, zelfs als ze de situatie niet helemaal begrijpen. De regels bieden hen dan duidelijkheid hoe ze zich moeten gedragen zonder hierbij veel Theory of Mind of sociale coherentie nodig te hebben.

Sommige mensen met autisme kunnen bij de afwezigheid van regels zelf regels invoeren, maar voor de meeste mensen met autisme is het nodig dat deze regels door iemand anders bedacht en aangeleerd worden. Dit omdat ze zelf niet goed kunnen achterhalen wat gewenst gedrag is in een situatie(Bogdashina, 2006). Deze gedragsregels hoeven niet altijd als een regel opgelegd te worden, als mensen met autisme hebben ervaren hoe ze zich in de ene situatie moeten gedragen, zullen ze een volgende keer weten hoe ze zich kunnen gedragen. Er is dan een interne regel gevormd, zonder dat deze met woorden geformuleerd is (Roeyers, 1996).

Door verschillende mensen met autisme wordt op volwassen leeftijd erkend dat ze meer situaties herkennen en weten hoe ze zich moeten gedragen door ervaring.

‘Hoe meer ik weet, hoe normaler ik me gedraag. Ik heb al van heel wat mensen gehoord dat ik me nu een stuk minder autistisch gedraag dan tien jaar terug. Mijn psyche werkt net als een zoekmachine op het internet die zo is ingesteld dat hij alleen naar afbeeldingen zoekt. Hoe meer plaatjes ik opsla op het internet in mijn brein, hoe meer sjablonen ik heb van hoe ik me in een nieuwe situatie moet gedragen’ (Grandin, 2006).

Het is dus mogelijk dat mensen met autisme weerbaarder worden. Voor een deel omdat ze de mogelijkheid hebben om met veel moeite en tijd, sociale vaardigheden aan te leren. Daarnaast hebben ze ook de mogelijkheid om gedragsregels aan te leren. Dit gebeurt door ervaring op te doen, waarin ze situaties misschien niet helemaal begrijpen, maar ze situaties wel herkennen waardoor ze toch wenselijk gedrag laten zien.

### Wat is er nodig?

In de vorige paragrafen werd duidelijk dat de ontwikkeling van weerbaarheid bij kinderen en volwassenen met autisme anders verloopt dan bij mensen zonder autisme. Het kost hun een stuk meer moeite en ze hebben hier hulp bij nodig. Wanneer hulp geboden wordt zijn er een aantal aspecten waar rekening mee gehouden moet worden, omdat de beleving van mensen met en zonder autisme van elkaar verschilt. Deze aspecten zullen in deze paragraaf behandeld worden.

Als eerste is het belangrijk dat er aan de basisbehoefte veiligheid wordt voldaan, voordat er een goede ontwikkeling plaats kan vinden. Dit is eerder dit hoofdstuk uitgelegd aan de hand van de piramide van Maslow. Voor mensen met autisme betekent dit vooral dat de omgeving voorspelbaar moet zijn. Doordat ze de wereld vanwege hun beperking minder goed begrijpen, is het belangrijk dat deze duidelijkheid van buitenaf wordt geboden. De omgeving begrijpen en voorspelbaarheid is essentieel om je veilig te voelen, zonder deze veiligheid kan er niet geleerd worden (Degrieck, 2004).

Hiervoor is het nodig dat de fysieke omgeving voorspelbaar is en er duidelijk afgebakende grenzen zijn. Omdat alle prikkels bij mensen met autisme tegelijk binnenkomen en ook nog eens allemaal verwerkt worden, is het belangrijk dat de ruimte waar geoefend wordt geen of weinig prikkels heeft, zodat de ontwikkeling niet wordt belemmerd. Extra prikkels kunnen namelijk ook komen van onnatuurlijk licht of geluiden uit de omgeving(Bogdashina, 2006).

Naast de fysieke omgeving moet ook de dagindeling voorspelbaar zijn. Dit kan gebeuren door een steeds terugkerende routine. Daarnaast zijn individuele roosters erg helpend, hierop staat beschreven wat er gaat gebeuren, wanneer dit klaar is en wat er daarna gebeurd. Dit kan helpen om de dag helder en de wereld iets voorspelbaarder te krijgen (Degrieck, 2004).

Het is daarbij wel belangrijk dat de planning flexibel is. Dit betekent niet dat de planning steeds veranderd moet worden, maar wel dat er ruimte is om iets te veranderen. Het kan voorkomen dat er iets anders loopt dan gepland en dan verandert er iets in de planning. Door dit samen te veranderen en duidelijk aan te geven hoeft dit geen probleem te zijn (Steenman & Liefhebber-van der Veer, 2005).

Om vaardigheden aan te leren en te ontwikkelen is het belangrijk dat de te leren stof over gebracht wordt. Hiervoor moet je elkaar begrijpen en is er communicatie nodig (Degrieck, 2004). Om dit te bereiken is het belangrijk dat er wordt aangesloten bij het niveau van communicatie van de mensen met autisme (Zeevalking, 2000). Hierbij is het belangrijk om te beseffen dat de taalontwikkeling van mensen met autisme anders en moeizamer verloopt. Zelfs als hun taal ogenschijnlijk wel goed ontwikkeld is, kan het zijn dat ze de taal niet volledig begrijpen (Delfos, 2006).

Bij het aansluiten op het juiste niveau van communicatie kunnen er een aantal interventies worden ingezet. Er moet gestreefd worden naar een minimaal gebruik van spraak. Dit omdat taal voor de meeste mensen met autisme lastig te begrijpen is (Bogdashina, 2006). In plaats van of als ondersteuning kan gebruik worden gemaakt van picto’s. Dit zijn plaatjes van dat wat er wordt verteld en kan helpend zijn om de woorden te ondersteunen. Noodzakelijk is hier dat wordt nagegaan of er door de persoon met autisme wordt begrepen wat de picto’s betekenen. Het kan voor hen namelijk lastig zijn om de symbolische waarde te begrijpen (Universiteit Utrecht, 2012).

Doordat mensen met autisme gefragmenteerd waarnemen, kan wijzen of wenken voor hen onbegrijpelijk zijn. De beweging wordt los van het lichaam of van het doel gezien. Hierdoor zien ze alleen een arm die uitsteekt en begrijpen niet wat er bedoeld wordt. Als iets wordt uitgelegd, moeten dergelijke gebaren dan ook vermeden worden (Delfos, 2006).

Zoals aangegeven is autisme een prikkelverwerkingsstoornis. Dit betekent onder andere dat alle prikkels die binnenkomen verwerkt worden zonder filter. Daarbij kunnen ze de wereld minder goed overzien, aangezien ze deze waarnemen in details in plaats van een geheel. Dit samen maakt dat ze veel meer tijd nodig hebben om al deze prikkels te verwerken.

Wanneer mensen met autisme nieuwe vaardigheden aanleren, hebben ze hier dan ook meer tijd voor nodig dan mensen zonder autisme. Het duurt een tijdje voordat ze de nieuwe stof zullen begrijpen en dan duurt het nog een tijd voordat ze deze zichzelf eigen kunnen maken. Daarom is het belangrijk dat er voor het aanleren van nieuwe vaardigheden de tijd wordt genomen om dit goed te leren (Delfos, 2006).

Het is voor mensen met autisme lastig om te generaliseren. Hiermee wordt bedoeld dat ze regels die in de ene situatie gelden niet toepassen in andere situaties. Dit geldt ook voor vaardigheden die in de ene situatie wel aanwezig zijn en die in andere situaties plotseling niet meer aanwezig lijken te zijn (Bogdashina, 2006). Daarom is het belangrijk dat de nieuwe vaardigheden in verschillende situaties geoefend worden. Dus niet alleen op een trainingslocatie, maar ook thuis, op school, op straat en andere mogelijke sociale situaties (Fritz, 2006). Als er in genoeg verschillende situaties geoefend is zullen de regels langzaam gegeneraliseerd worden en ook toegepast worden in niet geoefende situaties. Een man die zelf autisme heeft zegt hierover:

***‘Er zijn steeds meer situaties die ik herken en waar ik dus niet meer over hoef na te denken’ (Frith, 2009).***

Er zijn dus een aantal voorwaarden waaraan moet worden voldaan voordat mensen met autisme meer weerbaar kunnen worden. Als eerste moet de basisveiligheid goed zijn, hiervoor is structuur en voorspelbaarheid nodig, zonder dat dit star wordt. Daarnaast moet er goed aangesloten worden bij het niveau van de persoon met autisme. Dit kan gedaan worden door het minimaliseren van gesproken taal. Tot slot is het nodig dat in verschillende situaties geoefend wordt, zodat de geleerde regels gegeneraliseerd kunnen worden.

# Hoofdstuk 2: Beperkingen en mogelijkheden

## Inleiding

In dit hoofdstuk staat een beschrijving van de beperkingen en mogelijkheden op het gebied van weerbaarheid, van de deelnemers die dagbesteding ontvangen bij Betach. Het is van belang te weten dat de deelnemers met verschillende vormen van autisme gediagnosticeerd zijn en dat dit invloed heeft op hun sociale weerbaarheid, wat zich daardoor op verschillende manieren uit. Om te komen tot een concrete en algemene conclusie van de beperkingen en mogelijkheden waar deze deelnemers mee te kampen hebben, zijn de individuele verschillen hierin afgewogen.

Dit hoofdstuk is onderverdeeld in de volgende koppen die allemaal onderdeel uitmaken van de definitie sociale weerbaarheid; voor zichzelf durven opkomen, zichzelf kunnen verdedigen, grenzen kunnen aangeven en bewaken, een eigen mening hebben en deze kunnen uiten en een passende reactie uit kunnen voeren in bedreigende situaties. Per kop wordt er beschreven in welke mate de deelnemers deze vaardigheid beheersen en hoe ze deze vaardigheid tot uiting brengen. Ten slotte wordt er stilgestaan bij de overige beperkingen en mogelijkheden die door de afgenomen interviews aan het licht zijn gekomen.

## Voor zichzelf op durven komen

Zoals geschreven in hoofdstuk één wordt voor zichzelf op durven komen ook wel ‘assertief zijn’ genoemd. Wanneer jongeren niet weerbaar zijn, kunnen ze op twee verschillende manieren reageren, passief of agressief. Met passief reageren wordt bedoeld dat de deelnemers zich terugtrekken op het moment dat zij eigenlijk iets zouden moeten en mogen zeggen. Met agressief reageren wordt bedoeld dat de deelnemers zich zowel verbaal als fysiek agressief uitten (Ploeg, 2008). In dit onderzoek worden deze twee aanduidingen gebruikt om helder te maken dat de deelnemers wel op een bepaalde manier reageren op sociale situaties waarin zij zich weerbaarheid moeten opstellen, maar niet op de goede manier.

Uit de afgenomen interviews onder de deelnemers, ouders en begeleiding van Betach is deze tweedeling tussen passief of agressief reageren dan ook op te merken.

Als eerste wordt er stilgestaan bij de passieve vorm van het voor zichzelf opkomen.

Een ouder geeft aan dat zijn kind het moeilijk vindt om voor zichzelf op te komen (Ouder 1.28, 2014).

Een andere ouder bevestigt in een interview dat zijn kind moeite heeft om voor zichzelf op te komen (Ouder 5.6, 2014). Echter merkt deze ouder op dat er verschil bestaat in situaties thuis en situaties op school. Thuis heerst er een ‘soort onvoorwaardelijkheid’ (Ouder 5.7, 2014) en is er een veilig gevoel wat betekent dat de deelnemer zichzelf veel meer laat zien in een thuissituatie (Ouder 2.15, 2014). Een andere ouder zegt hierover:

 ‘We hebben het idee dat hij zich thuis wel zo veilig voelt dat hij z’n ware IK wel laat zien’ (Ouder 3.36, 2014).

In bijna alle interviews die afgenomen zijn met ouders wordt dit verschil van gedrag in verschillende situaties benoemd. Dit geldt niet alleen voor het onderdeel voor zichzelf op durven komen, maar werkt door in alle onderdelen van de sociale weerbaarheid. Het gedrag wat de deelnemers buitenshuis laten zien is namelijk sociaal aangeleerd gedrag. Dit gedrag lijkt niet uit henzelf te komen. Ze kunnen de situatie niet zelf inschatten, maar laten steeds weer hetzelfde gedrag zien waarvan ze hebben geleerd dat ze dat gedrag moeten laten zien. Door ouders wordt dit niet als wenselijk ervaren omdat ze liever zouden zien dat het gedrag uit de deelnemers zelf komt (Ouder 2.31, 2014) (Ouder 3.40, 2014).

Naast het feit dat ouders aangeven dat hun kinderen niet voor zichzelf durven op te komen, geven de deelnemers zelf ook aan dat zij het lastig vinden om voor zichzelf op te komen (Deelnemer 1.8, 2014). Na doorvragen geeft een deelnemer bijvoorbeeld aan dat hij gewoon zijn mond houdt, wat aangeeft dat zijn reactie passief is (Deelnemer 1.14, 2014). Een andere deelnemer geeft aan dat hij wegloopt, zodat hij ‘maar niet voor zichzelf hoeft op te komen’ (Deelnemer 5.15, 2014).

Zoals hierboven beschreven kan er naast een passieve reactie ook voor zichzelf worden opgekomen in agressieve vorm.

Een geïnterviewde ouder gaf aan dat zijn kind alle moeite doet om iets ‘netjes’ te zeggen, maar dat zijn gehele uitstraling van woede spreekt als zijn docent op zijn strepen gaat staan en er iets gebeurt wat de deelnemer niet wil. Hij kan dan verbaal heel agressief worden (Ouder 3.7, 2014). Wanneer er iets niet gebeurt zoals hij het graag zou willen, dan is hij niet meer in staat om op een assertieve manier te reageren. Hierbij geeft deze ouder ook aan dat dit voornamelijk in thuissituaties plaatsvindt en op school minder voorkomt.

‘Hij zal bij een vreemde niet zo ver gaan als thuis. Echt gewenst gedrag. En zodra de vreemden weg zijn, dan is het foute boel’ (Ouder 3.39/3.40, 2014).

De ouder van een andere deelnemer geeft aan dat zijn kind driftbuien krijgt als het anders gaat dan hij verwacht (Ouder 4.2, 2014). Dit kan van het een op het andere moment plaatsvinden en heeft te maken met het feit dat deze deelnemer er van uitgaat dat hij gelijk heeft. Klopt zijn beeld niet met de werkelijkheid of spreken mensen hem tegen, dan kan hij zich niet meer onder controle houden en reageert dan op een agressieve manier (Ouder 4.4, 2014). De deelnemer geeft zelf aan dat hij niet meer weet wat hij dan doet en krijgt een black-out. Daarnaast zou hij wel graag hulp willen vragen, maar dat lukt hem ‘nooit’ (Deelnemer 4.9/4.10, 2014).

Hier komt dus een beperking aan het licht die de meeste deelnemers met een autisme hebben, namelijk dat zij in de meeste gevallen denken de waarheid te spreken (Zeevalking, 2000). Een geïnterviewde ouder geeft aan dat zijn kind eerst moet ervaren dat hij ongelijk heeft, voordat hij de ander gelooft en kan zeggen dat de ander weleens gelijk zou kunnen hebben (Ouder 3.4, 2014).

Een van de deelnemers geeft dit zelf ook eerlijk aan en benoemt dat hij graag altijd gelijk wil hebben en daardoor vaak in discussies met mensen terecht komt. Hij wil geen ongelijk hebben, dat vindt hij ‘jammer’ (Deelnemer 2.25/2.27, 2014).

Een gevolg hiervan is dat andere mensen hen ‘irritant’ gaan vinden. Ze stoten door dit gedrag anderen af, omdat het betweterig overkomt (Ouder 3.18/3.19, 2014), terwijl ze het zelf zo niet bedoelen.

De conclusie die naar aanleiding van het eerste onderdeel getrokken kan worden is dat er op twee manieren door de deelnemers voor zichzelf opgekomen wordt. Ten eerste op een passieve manier, ten tweede op een agressieve manier. Hierboven zijn deze twee vormen toegelicht. Wat hierbij een opmerkend verschijnsel is, is dat de deelnemers met een passieve reactie meiden zijn en de deelnemers met een agressieve reactie jongens. Martine Delfos verklaart in een artikel dat dit een algemeen verschil in gedrag tussen jongens en meiden is, wat komt door een verschil in de hersenen. Jongens zijn van nature competitief, wat hen veiligheid en duidelijkheid geeft en waar ze behoefte aan hebben. Meisjes daar tegenover hebben juist als voorkeursgedrag zorg om de ander, waar hun passieve reactie dus een mate van zorgzaamheid is (Delfos, 2011).

Er is geen duidelijk verband te ontdekken in de verschillende soorten autisme en de manier van het voor zichzelf opkomen. Dit komt omdat het karakter en zoals gezegd de sekse belangrijke factoren zijn die meespelen. Wel is opvallend dat de meeste jongens die uiterst agressief kunnen reageren naast hun autisme gediagnosticeerd zijn met de gedragsstoornis ADHD. Dit kan verklaren waarom zij zich minder snel passief zullen opstellen. De gedragsstoornis heeft namelijk het kenmerk van impulsiviteit, waardoor het voor de deelnemers met deze diagnose lastig is om meningen voor zich te houden of deze op een assertieve manier te uiten (Kooij, 2009).

## Zichzelf kunnen verdedigen

Met het zichzelf verdedigen wordt er letterlijk bedoeld dat je jezelf veilig houdt en zorgt dat jezelf niets overkomt. Dit is verder uit gelegd en beschreven in hoofdstuk één. Tijdens dit onderzoek is er middels de interviews bekend geworden in welke mate de deelnemers zichzelf kunnen verdedigen.

Wat vanuit de interviews naar voren is gekomen, is het feit dat de deelnemers moeite hebben om weerstand te bieden tegen druk uit de omgeving. Ze vinden het lastig om hun eigen plan te trekken, wanneer hier tegenin wordt gegaan door mensen van buitenaf (Ouder 3.1, 2014). Dit betekent ook dat de deelnemers heel beïnvloedbaar zijn (Ouder 3.3, 2014).

De ouder van een deelnemer geeft aan dat zijn kind over het algemeen zichzelf wel goed kan verdedigen en voor zichzelf kan opkomen, maar dat hij de gevolgen van zijn handelen niet inziet (Ouder 3.28/3.29, 2014).

Daarnaast is het duidelijk geworden dat de deelnemers niet snel zullen toegeven wanneer ze iets moeilijk vinden (Ouder 4.9, 2014). Dit sluit nauw aan bij de onderdelen voor zichzelf opkomen en grenzen aangeven. Een geïnterviewde ouder geeft er het woord ‘impulsief’ aan (Ouder 3.1, 2014). Hij benoemt dat zijn kind door zijn impulsiviteit niet in staat is om zichzelf te verdedigen en daardoor ook slecht weerstand kan bieden.

De deelnemers geven zelf eerlijk aan dat ze makkelijk met mensen in zee kunnen gaan en de risico’s daarvan niet kunnen inschatten.

Een deelnemer geeft aan dat hij met vrienden omgaat die niet goed voor hem zijn. Vooral doordat hij hiervoor gewaarschuwd is door ouders. Zelf heeft hij het inzicht niet dat ze verkeerd zijn en weet niet goed welke risico’s deze verkeerde vrienden met zich meebrengen (Deelnemer 1.4, 2014).

Een andere deelnemer geeft aan dat hij zich gemakkelijk laat meeslepen door zijn vrienden. Hij vindt het dan lastig om ‘nee’ te zeggen (Deelnemer 3.43, 2014).

Wanneer de deelnemers deze risico’s en gevolgen niet inzien, is het een logisch gevolg dat ze geen weet van hun grenzen hebben en deze niet kunnen aangeven. Hier wordt in het volgende kopje op terug gekomen. Ondanks dat het inzicht van gevolgen en risico’s er niet is, geeft een deelnemer aan dat hij wel het besef heeft dat hij iets verkeerd doet, maar dit is pas nadat er een situatie geëscaleerd is en dat hij ook niet begrijpt wát hij dan verkeerd heeft gedaan:

‘Dan snap ik niet wat ik deed. Ja dat vind ik ook altijd heel vervelend’ (Deelnemer 4.18, 2014).

Samenvattend kan er gezegd worden dat de deelnemers in het algemeen moeite hebben om zichzelf verbaal te verdedigen. Vooral wanneer er druk uit omgeving komt, zullen ze zichzelf niet verdedigen en juist meegaan met degene die druk uitoefent. Dit heeft ermee te maken dat ze de risico’s en gevolgen van hun gedrag niet kunnen inzien. In het laatste onderdeel wordt hier uitgebreider op ingegaan als het gaat om het uitvoeren van een passende reactie in bedreigende situaties.

## Grenzen kunnen aangeven en bewaken

Zoals in hoofdstuk één is beschreven wordt met dit onderdeel het aanvoelen en bewaken van grenzen in sociale interacties in het dagelijkse leven bedoeld. Hierbij ligt de nadruk minder op het aanvoelen omdat dit voor de mensen met autisme moeilijk is (Delfos, 2006). Het kunnen herkennen en bewaken van de grenzen is belangrijker dan het aanvoelen.

Er kan gesteld worden dat de deelnemers bij Betach over het algemeen moeite hebben met het aangeven en bewaken van grenzen. In een interview met de begeleiding van Betach wordt dit bevestigd. Zij geven namelijk aan dat het voor de meeste deelnemers lastig is om duidelijk te maken: ‘Nu ga je te ver’ of ‘Nou vind ik het te druk’. De deelnemers laten hun grenzen dan zien door bijvoorbeeld druk te worden in hun gedrag of ze gaan veel te ver mee in het gedrag van een ander (Begeleider 1.38/1.39, 2014).

Het slecht aangeven van grenzen heeft tot gevolg dat de begeleiding er soms te laat achter komt dat een deelnemer iets helemaal niet leuk vindt, terwijl ze al die tijd dachten dat hij het wel leuk vond. Dit heeft opnieuw te maken met de veiligheid, pas als de deelnemer die heeft ervaren, durft hij eerlijk te zeggen wat hij wel en niet wil.

Uit de interviews blijkt wel dat de deelnemers zelf positiever denken over hun eigen vaardigheden wat betreft het bewaken van grenzen en deze aangeven. Volgens één van de deelnemers gaat het nu beter met grenzen aangeven. Eerst negeerde hij iemand als hij iets niet wilde en nu geeft hij sneller zijn grenzen aan (Deelnemer 1.16, 2014). Echter gaat dit nog niet op de goede manier. Hij vindt het moeilijk om op een nette manier zijn grenzen aan te geven (Deelnemer 1.20, 2014).

Een andere deelnemer geeft aan dat hij gelijk handelt wanneer hij iets niet wil. Hiermee wordt bedoeld hij dat hij op een boze en agressieve manier zijn grenzen aangeeft (Deelnemer 3.29, 2014).

Het beeld wat nu geschetst kan worden aan de hand van wat de deelnemers aangeven, is dat zij wel hun grenzen aangeven, maar niet goed weten hoe ze dat moeten vormgeven. Zoals duidelijk is geworden bij de voorgaande onderdelen, uiten sommige deelnemers zichzelf op een passieve manier wanneer zij iets niet willen en anderen juist op een agressieve manier.

Ouders geven aan dat hun kinderen slecht in staat zijn hun grenzen aan te geven (Ouder 1.18, 2014) (Ouder 5.6, 2014). Wat hier tevens naar voren komt is dat de belangrijkste beperking voor de deelnemers is, dat ze niet weten op welke manier ze hun grenzen aan moeten geven, doordat ze geen inzicht in hun grenzen hebben en deze niet aanvoelen (Ouder 4.21, 2014).

Een ouder zei het volgende over zijn kind met betrekking tot grenzen inzien:

‘We hebben weleens geprobeerd met een stoplicht te werken, maar ik zeg altijd: “Hij slaat altijd oranje over …”. Hij gaat van groen in één keer naar rood en zelf heeft hij dat niet door’ (Ouder 4.20, 2014).

Het is frustrerend voor de deelnemers dat ze hun eigen grenzen niet kunnen aanvoelen en bewaken. Zoals de begeleiding aangeeft verandert hun gedrag wel degelijk wanneer de grenzen overtreden zijn door dat ze bijvoorbeeld drukker worden, maar de deelnemers zelf kunnen dit niet in woorden aangeven en vinden het vreemd wanneer volwassenen hun wijzen op hun grenzen en een poging doen hen daarbij te helpen (Ouder 4.21, 2014) (Begeleider 1.44, 2014).

Het is voornamelijk frustrerend voor de deelnemers die gediagnosticeerd zijn met het syndroom van Asperger. Deze deelnemers hebben een boven gemiddelde intelligentie en zijn zich daarom goed bewust van hun eigen inadequate gedrag en beperkingen. Ze kunnen zich echter niet zomaar aanpassen vanwege het tekort aan zelfreflectie en inzicht (Volkmar & Sparrow, 2000).

Concluderend willen de deelnemers hun grenzen wel aangeven, maar voelen deze niet aan waardoor ze niet in staat zijn ze te bewaken. Het is daartegenover positief om te horen dat de deelnemers zich realiseren dat ze het lastig vinden om grenzen aan te geven (Ouder 1.23, 2014). Ze lopen over hun eigen grenzen en die van een ander heen, wat ze laten merken door ander incongruent gedrag (Ouder 1.32, 2014) (Ouder 2.23, 2014). Dit incongruente gedrag kan zich demonstreren in woede of juist in het zich terugtrekken. Dit alles omdat de deelnemers controle verliezen en zich niet op de juiste manier weten te uiten.

## Eigen mening hebben en deze kunnen uiten

Bij dit onderdeel is er onderzocht of de deelnemers een eigen mening hebben en deze kunnen uiten over allerlei onderwerpen. Wanneer ze dit kunnen is er gekeken naar de manier waarop ze dit doen en of ze dit op gepaste momenten doen.

Bij dit onderdeel zijn de uitkomsten nogal verschillend. Er kan door middel van de afgenomen interviews geen uitspraak worden gedaan over de manier van een mening hebben en geven in verhouding tot de specifieke vormen van autisme. Het resultaat van dit onderdeel is daarom ook grotendeels persoonsgebonden.

Wat vooral blijkt is dat de deelnemers wel een eigen mening hebben en deze ook durven geven. In de interviews met ouders en begeleiding van Betach wordt er aangegeven dat de deelnemers eigenlijk te snel hun mening geven. Hier wordt vooral gewezen op het feit dat ze er snel iets uitflappen zonder er over na te denken. Dit te snel geven van een mening heeft te maken met de eerder genoemde centrale regulatieproblemen. De deelnemers zijn niet in staat om hun eigen gedrag onder controle te houden en kunnen zichzelf daarin niet remmen (Delfos & Gottmer, 2012). Dit betekent dat ze snel en vrijwel alles zeggen wat ze denken, gepast of niet, omdat zij dit zelf niet aanvoelen (Didden & Huskens, 2008).

Begeleiding van Betach geven aan dat ze deelnemers soms wel moeten remmen in de mate waarin ze hun mening geven. Ze kunnen dan zo doorslaan in het geven van hun mening dat het niet meer respectvol naar een ander toe is (Begeleider 1.49, 2014).

Daarnaast geven ze aan dat de mening van de deelnemers soms ook bot over kan komen, omdat ze zo eerlijk zijn en letterlijk zeggen wat ze denken. Ondanks dat het daardoor bot over kan komen, is het wel hun mening en zijn ze daarin heel open.

Martine Delfos & Marijke Gottmer (2000) zeggen het volgende over kinderen met autisme: ‘Hun eerlijkheid, zuiverheid is een verademing in contact’.

Naast de begeleiding geeft een ouder aan dat zijn kind werkelijk overal zijn mening ventileert en dat hij dat wel minder mag doen.

‘Hij hoeft ergens maar een vlaag van een gesprek op te vangen of hij roept al van: ‘Ik vind dat dit of dat’’ (Ouder 3.33, 2014).

Echter heeft hij hier moeite mee, omdat hij het lastig vindt om in te zien wanneer hij iets wel mag zeggen en wanneer dit eigenlijk niet gepast niet.

Daarbij komt nog dat de deelnemer in zijn eigen beleving gelijk heeft en zijn mening daarom doordraaft (Ouder 3.21, 2014). Zoals al beschreven is bij het onderdeel voor zichzelf opkomen, hebben de deelnemers het idee dat zij de waarheid spreken. Dit is een beperking in de wederkerige sociale interactie, wat betekent dat de deelnemers erg op zichzelf zijn, in hun eigen wereld leven en moeite hebben om anderen daarin toe te laten en anderen te begrijpen. In dit eigen wereldje hebben ze gelijk en ervaren zij de werkelijkheid anders dan mensen zonder autisme.

Deze beperking van de wederkerige sociale interactie beïnvloedt dus de manier waarop en de mate waarin de deelnemers hun mening geven. Het wordt door omstanders vaak als extreme koppigheid opgevat (Frith, 2009), omdat de deelnemers rigide en star zijn en volhouden in hun eigen gelijk.

Een andere ouder geeft aan dat zijn kind een hele sterke eigen beleving heeft, die voor hem de waarheid is en dat het bijna onmogelijk is om daar tussen te komen en hem iets anders ‘aan het verstand te brengen’ (Ouder 2.8, 2014). Daarnaast blijkt uit een ander interview dat ook andere deelnemers hun mening niet voor zich houden, ze komen zelf met hun mening en zijn daarin heel eerlijk (Ouder 4.10/4.11, 2014).

Naast de deelnemers die hun mening vrij snel en eerlijk uiten, zijn er ook nog deelnemers die hun mening eerder voor zich zullen houden. De deelnemers hebben moeite met het delen van hun mening met anderen en zullen zich eerder terugtrekken dan dat ze hun mening uitten. Een ouder geeft in een interview aan dat zijn kind zijn eigen mening nauwelijks geeft. Dit koppelt de ouder ook aan het voor zichzelf opkomen, dat hij zich juist terugtrekt en zichzelf niet meer laat horen (Ouder 1.30, 2014). Deze deelnemer bevestigt dit zelf ook en geeft aan dat hij tijdens een ruzie met zijn zus uiteindelijk niets meer zegt. Hij gaat niet op zijn zus in en negeert haar (Deelnemer 1.14/1.15, 2014).

Tevens vertelt een andere deelnemer dat hij het moeilijk vindt om zijn mening met anderen te delen omdat hij niet weet hoe dit moet. De ouder van deze deelnemer geeft aan dat zijn kind geen idee heeft hoe hij moet verwoorden wat hij vindt (Ouder 2.27, 2014). De ouder spreekt hier over het ontbreken van het ‘oplossingsvermogen’ (Ouder 2.30, 2014). Hij kan namelijk wel aangeven hoe hij een bepaalde situatie ziet en wat hij wil, maar heeft niet de mogelijkheid om het vervolgens op te lossen en op het moment in de situatie in te grijpen.

Kortom betekent dat dus dat hij wel een eigen mening heeft en deze ook durft te delen, maar vervolgens niet weet wat hij met deze mening moet doen. De ouder geeft aan dat wanneer hij wordt geholpen hij wel in staat is om zijn mening te verwoorden (Ouder 2.29, 2014).

Bij doorvragen in een interview met begeleiding van Betach blijkt ook dat de deelnemers die niet snel spontaan hun mening zullen geven, met hulp wel hun mening geven. Als er naar wordt gevraagd kunnen ze hun mening wel verwoorden (Begeleider 2.23, 2014).

Bij dit onderdeel blijkt dus dat alle deelnemers een eigen mening hebben, maar dat sommigen het lastig vinden om deze te delen met anderen. Hierbij is de oorzaak vooral dat ze niet weten hoe ze deze onder woorden moeten brengen.

De persoonlijkheid speelt echter ook een rol bij het wel of niet geven van een eigen mening. Sommige deelnemers zijn meer introvert en die zullen hun mening minder snel geven dan deelnemers die meer extravert zijn.

De deelnemers die het niet lastig vinden om hun mening te delen doen dit ongecontroleerd en weten niet wanneer de situatie gepast of ongepast is om te zeggen hoe zij erover denken. Er kan wel gesteld worden dat ondanks het ongecontroleerde gedrag, de deelnemers vrijwel altijd eerlijk zijn in dat wat ze zeggen. Dit is herkenbaar bij mensen met autisme, ze zijn over het algemeen eerlijk in hun contact met anderen (Delfos & Gottmer, 2012).

‘Dan zal ze gerust zeggen: ‘Oh die vind ik echt lelijk, vind je dat leuk? Nou dat vind ik echt lelijk!’ Dan denk ik van: ‘Hallo, ik vind dat wel leuk’, nou en dan zit ze je bijna uit te lachen dat je die bloemen leuk vind’ (Begeleider 1.49, 2014).

## Een passende reactie uit kunnen voeren in bedreigende situaties

Het laatste onderdeel van het begrip sociale weerbaarheid gaat over het uitvoeren van een passende reactie in bedreigende situaties. Dit sluit aan bij het eerder uitgewerkte onderdeel zichzelf kunnen verdedigen, waar de deelnemer risico’s kan inschatten en hier een goede reactie op bedenkt en geeft. Ook is het hierbij noodzakelijk dat ze een reactie uitvoeren die passend is, oftewel adequaat op dat moment en in die situatie.

Tijdens het onderzoek zijn bij dit onderdeel verschillende uitkomsten naar voren gekomen.

De uitkomsten zijn naast het feit dat ze persoonsgebonden zijn, ook deels sekse gerelateerd. Het is duidelijk dat in de meeste gevallen de meiden passief en de jongens juist agressief gedrag vertonen in bedreigende situaties.

Daarnaast kan er geconstateerd worden dat de deelnemers een passieve vorm aannemen wanneer ze zich in een situatie bevinden die door hen als spannend en angstig wordt ervaren. Dit zijn situaties waarin geen directe dreiging is en waarin voornamelijk irreële angsten een rol spelen.

Wanneer ze echter daadwerkelijk bedreigd worden door een persoon of situatie nemen ze een meer actieve of agressieve houding aan. Hierbij is dus sprake van een reële bedreiging.

Als eerste wordt er stilgestaan bij de passieve vorm die de deelnemers aannemen wanneer ze in spannende situaties terecht komen.

Een eerste situatie waarin deze passieve vorm naar voren komt is een ruzie die een vrouwelijke deelnemer heeft met een zus. De reactie van de deelnemer in deze situatie van onmacht en bedreiging is dat zij haar zus probeert te negeren en de ruzie probeert te vermijden (Deelnemer 1.11, 2014).

Naast het voorbeeld van een ruzie met haar zus, geeft de deelnemer ook aan dat wanneer zij in een spannende situatie zit gewoon negeert wat er gebeurt (Deelnemer 1.15, 2014). Echter worden in dergelijke situaties wel grenzen overschreden.

Ook door ouders wordt over hun kind gezegd dat het de spanning probeert te vermijden. Hun kind fietste bijvoorbeeld jarenlang heel hard naar school, omdat het bang was dat hij achterna gezeten werd (Ouder 3.44/3.45, 2014). In dergelijke situaties van spanning en angst wordt door de deelnemers dus een vluchtreactie vertoont.

De spanning mijden wordt door één van de deelnemers ook nog ook op een andere manier geuit, namelijk dat hij de spanning gaat overschreeuwen. Dit houdt in dat hij in spannende situaties hard gaat praten of heel veel gaat praten. Deze manier lijkt te passen bij de agressieve vorm van reageren op bedreigende situaties, maar na enig doorvragen blijkt toch dat dit gedrag zich puur ten toon spreidt om de spanning te willen mijden (Ouder 3.43, 2014).

Naast het overschreeuwen van spanning geven deelnemers aan dat ze weglopen of wegrennen wanneer een situatie te spannend voor hen wordt (Deelnemer 3.41, 2014) (Deelnemer 5.12, 2014).

Naast het resultaat dat spanning vermeden en genegeerd wordt, is er de agressieve vorm die deelnemers toepassen wanneer ze zich in een voor hen bedreigende situatie bevinden.

Hier werden door deelnemers en ouders verschillende namen aan gegeven, onder andere: ‘door het lint gaan’ of ‘uit elkaar klappen’.

Deelnemers hebben zichzelf niet meer in de hand als de situatie te bedreigend voor hen wordt, wat zich uit in een agressieve reactie. Dit gedrag wordt voornamelijk laten zien door de jongens. Bij bedreiging gaan deelnemers slaan (Deelnemer 2.40, 2014)(Deelnemer 3.23, 2014) of duwen iedereen weg (Deelnemer 5.5, 2014).

Een ouder geeft aan dat zijn kind in te spannende situaties compleet door het lint gaat en dat het dan niet meer uitmaakt wie er voor hem staat (Ouder 4.12, 2014).

Concluderend betekent dit voor dit onderdeel dat de jongens over het algemeen een vechtreactie aan zullen nemen wanneer ze zich bedreigd voelen en zich in een spannende situatie bevinden. De meisjes zullen eerder een vluchtreactie laten zien.

Echter is er nog een ander verschil, namelijk dat in de meeste gevallen bij reële bedreiging de deelnemers zich zullen verweren en in agressieve vorm optreden. Bij een spannende situatie waarin irreële angsten een rol spelen, zullen ze zich juist passief opstellen door de situatie te vermijden of te negeren.

## Overige beperkingen en mogelijkheden

Naast de beschreven onderdelen die een totaalbeeld vormen voor het begrip ‘weerbaarheid’ zijn er gedurende het onderzoek beperkingen en mogelijkheden naar voren gekomen die buiten deze onderdelen vallen, maar die niet onbelangrijk zijn om mee te nemen in dit onderzoek.

De belangrijkste en grootste punten die in het uiteindelijke resultaat meewegen zijn hieronder beschreven.

Een eerste beperking die bij de meeste deelnemers naar voren kwam is het ontbreken van tijdsbesef. Dit houdt in dat zij geen inschattingsvermogen hebben in de tijd, wat een oorzaak kan zijn van veel weerstand tegen verandering (Delfos & Gottmer, 2012). Een ouder geeft aan dat zijn kind juist rust en tijd nodig heeft, want in tempo dingen doen levert stress op en zorgt voor botsingen (Ouder 1.4/1.5, 2014). Een andere ouder geeft aan dat zijn kind op de meest ongelukkige tijden mensen aanspreekt of dingen wil ondernemen, maar waar hij zich helemaal niet van bewust is (Ouder 3.6/3.17, 2014).

Een tweede beperking die dankzij de afgenomen interviews zichtbaar werd, is dat de meeste deelnemers weinig aansluiting vinden met anderen en geen contact met anderen maken. Een deelnemer geeft aan dat andere kinderen vaak druk zijn, overdreven doen of irritant zijn (Deelnemer 1.26, 2014). Iemand anders zegt dat hij gewoon op zichzelf is en niet bezig is met anderen om hem heen (Deelnemer 3.10, 2014).

Ouders benoemen dat het contact wat hun kinderen met anderen hebben, minimaal of oppervlakkig is (Ouder 3.15/3.16, 2014).

Naast het feit dat ze meer met zichzelf bezig zijn wat voor minimale of oppervlakkige contact met anderen zorgt, is het ook zo dat de deelnemers het lastig vinden om contact met anderen te maken of hier geen balans in weten te vinden. Dit kan gekoppeld worden aan het onderdeel ‘aanvoelen van grenzen’. De deelnemers voelen niet aan wanneer iemand nu een kennis een vriend of een goede vriend is en hoe ze dit contact invulling moet geven.

Een ouder zegt er het volgende over:

***‘Wat ze heel moeilijk vindt is dat iemand heel gauw een vriend of vriendin is’ (Ouder 1.16, 2014).***

Een derde en laatste merkwaardige beperking die duidelijk verbonden kan worden aan deze deelnemers is het hebben van een laag zelfbeeld.

Alle ouders geven het aan dat hun kind weinig zelfvertrouwen en een lage zelfwaarde heeft (Ouder 2.38, 2014) (Ouder 5.12, 2014).

Dit wordt vooral bewerkstelligd door het feit dat ze volledig gevangen zitten in zichzelf. Ze begrijpen zichzelf en anderen niet, ze weten niet hoe ze zich moeten gedragen in sociale situaties (Delfos & Gottmer, 2012). Dit zorgt bij hen ook nog eens voor angst.

Ondanks de beperkingen die de deelnemers hebben door hun autisme, kunnen ouders en deelnemers ook mogelijkheden benoemen die ze ervaren bij hun kind of zichzelf. Als eerste is dit de behulpzaamheid die de deelnemers in zich hebben. Het is opvallend dat verschillende ouders dit aangeven wanneer er naar mogelijkheden van hun kind wordt gevraagd (Ouder 1.26, 2014) (Ouder 4.1, 2014).

Naast deze behulpzaamheid, zijn de deelnemers ook creatief. Een deelnemer benoemt dit zelf als mogelijkheid die hij heeft (Deelnemer 2.62, 2014). Daarnaast geeft een ouder het aan over zijn kind (Ouder 5.1, 2014).

Deze mogelijkheid wordt bevestigd in een artikel uit het vaktijdschrift Psychologie waarin de schrijver benoemt dat mensen met autisme zich niet laten leiden door de context, waardoor creativiteit ontstaat.

***‘Ze hebben vaak onverwachte associaties en weten verrassende oplossingen te bedenken’ (Pek, 2012).***

Verder hebben de deelnemers, zoals ook al eerder is beschreven, die gediagnosticeerd zijn met het Syndroom van Asperger een boven gemiddeld niveau, wat ervoor zorgt dat ze intelligent zijn. Deze deelnemers scoren op dat gebied erg hoog en halen op school bijvoorbeeld goede cijfers (Ouder 2.1, 2014) Ook zullen ze zich door hun hoge niveau soms beter kunnen verweren en bepaalde situaties beter kunnen begrijpen. Echter moet hier voor worden opgepast. Juist door hun boven gemiddelde niveau zullen ze meer inzicht hebben in de verschillen die er zijn met zichzelf en de omgeving, waardoor ze eerder teleurgesteld in zichzelf kunnen raken. Daarnaast zal de omgeving meer eisen aan hen stellen en hogere verwachtingen hebben, omdat ze intelligent zijn en slim overkomen.

Aan het eind van dit hoofdstuk zijn er nog een aantal meer algemene opmerkingen die nog niet aan bod zijn gekomen. Wat opvalt, is dat er over het algemeen meer beperkingen dan mogelijkheden naar voren zijn gekomen gedurende het onderzoek. Daarom staan in dit hoofdstuk ook meer beperkingen dan mogelijkheden beschreven.

Verder kan er gezegd worden dat leeftijd een belangrijke rol speelt bij alle genoemde onderdelen. Naarmate de deelnemers ouder worden en zijn, leren ze ook hoe ze beter kunnen communiceren en handelen. Ouders geven tijdens het interview aan, dat leeftijd van hun kind meespeelt en bepaalt hoe bijvoorbeeld de omgang met anderen is en hoe hij zich in staat is om zich te beheersen (Ouder 1.21, 2014) (Ouder 4.14, 2014).

## Conclusie

Naar aanleiding van dit hoofdstuk kan het volgende over de beschreven onderdelen worden geconcludeerd:

Deelnemers van Betach bezitten niet voldoende vaardigheden die nodig zijn voor weerbaarheid.

Het valt op dat er twee manieren zijn waarop de deelnemers voor zichzelf opkomen. Dit betreft een passieve en agressieve manier, waarbij voornamelijk de mannelijke deelnemers agressief reageren. Daarnaast kan er nog onderscheid worden gemaakt tussen een reële bedreiging, waarbij over het algemeen alle deelnemers agressief reageren en een irreële bedreiging, waarbij zij passief reageren.

Verder hebben de deelnemers in het algemeen moeite hebben om zichzelf verbaal te verdedigen, vooral wanneer er druk uit omgeving komt, zullen ze meegaan met degene die druk uitoefent. Dit heeft ermee te maken dat ze de risico’s en gevolgen van hun gedrag niet kunnen inzien.

Ze willen dan ook wel hun grenzen aangeven, maar voelen deze niet aan en kunnen ze daardoor niet bewaken. Hoewel ze hun grenzen zelf niet goed aanvoelen, uiten ze deze wel door incongruent gedrag. Het is gebleken dat het uiten van hun mening bij sommige deelnemers op een ongecontroleerde manier gaat en zij daardoor alles zeggen wat ze denken. Andere deelnemers zijn meer introvert en zullen hun mening alleen geven wanneer hier specifiek naar gevraagd wordt. In alle gevallen zijn de deelnemers eerlijk.

Tot slot is zoals gezegd het karakter en de sekse bepalend voor de mate waarin en de manier waarop de deelnemers sociaal weerbaar zijn.

# Hoofdstuk 3: Wensen wat betreft een training

## Inleiding

In het vorige hoofdstuk is duidelijk geworden dat de jongeren die bij Betach dagbesteding ontvangen mogelijkheden, maar ook veel beperkingen op het gebied van weerbaarheid hebben.

In dit hoofdstuk wordt er gekeken naar de behoefte bij ouders, deelnemers en Betach aan een dergelijke training voor de deelnemers, om de beperkte weerbaarheid van de deelnemers daardoor te vergroten. Er is gevraagd hoe een dergelijke training er dan volgens de verschillende partijen uit zou moeten zien. De belangrijkste vraag hierbij was welke onderwerpen prioriteit hadden voor de deelnemers. Verdere onderwerpen die hierbij aan bod kwamen zijn: de mate van behoefte aan een training, het belangrijkste doel van een training, de duur van een training, de vorm van een dergelijk training, trainer(s), de grootte van de groep en in hoeverre de training thuis doorgezet zou kunnen en moeten worden. De resultaten van hiervan zijn in dit hoofdstuk beschreven.

## Behoefte aan een training

Zoals eerder te lezen valt in dit verslag, zijn er heel wat beperkingen op het gebied van weerbaarheid bij de jongeren van Betach. Niet alleen de deelnemers zelf, maar ook de ouders hebben hier last van. Dit omdat de deelnemers op een agressieve manier hun grenzen aangeven, waarbij broertjes en zusjes vaak het slachtoffer zijn, of doordat ze hun grenzen helemaal niet aangeven en zich mee laten slepen door het (criminele) gedrag van andere jongeren. Het is dan ook niet erg verassend dat ouders graag zouden zien dat hun kind weerbaarder wordt.

Meerdere ouders geven aan dat ze het ‘heel belangrijk’ (Ouder 4.22, 2014) (Ouder 1.41, 2014) vinden dat hun kind een weerbaarheidstraining gaat volgen. Daarnaast geven ouders aan dat ‘het geweldig zou zijn als hij een training krijgt’ (Ouder 3.48, 2014). Hieruit blijkt dat ouders een grote behoefte hebben aan een training. Ze uiten wel enkele bezwaren, wat later in dit hoofdstuk ter sprake komt.

Niet alleen ouders, ook de deelnemers zelf geven aan dat ze een weerbaarheidstraining zouden willen volgen. Hun redenen om mee te doen aan een training bestaat uit twee soorten reacties. De eerste reden die aangedragen wordt is dat een training hen ‘leuk’ lijkt (Deelnemer 2.63, 2014) (Deelnemer 3.48, 2014). Hun keuze om wel of niet aan de training deel te nemen gaat vooral over het plezier dat ze aan een training beleven. Hierbij lijken ze minder oog te hebben voor de noodzaak van een training.

Een deel van de deelnemers geeft echter ook aan dat ze deel zouden willen nemen aan een training omdat het hen nuttig en nodig lijkt. Ze geven aan dat ze mee willen doen aan een training ‘als het zou helpen’ (Deelnemer 1.52, 2014). Ze willen een weerbaarheidstraining volgen om te leren hoe ze beter met zichzelf om kunnen gaan (Deelnemer 4.24, 2014).

‘Het is een leuke uitdaging, je bent ergens mee bezig en je probeert jezelf te verbeteren, dat kan ik in de verdere levensloop weer toepassen, in dingen die je mee gaat maken’ (Deelnemer 3.49, 2014).

Er was één ouder die aangaf het niet belangrijk te vinden dat zijn kind aan een training deel nam (Ouder 2.47, 2014). Bij doorvragen blijkt dat deze ouder wel wil dat zijn kind weerbaarder wordt, maar het nut van een training niet inziet en vooral weinig vertrouwen heeft in het effect ervan. Hij betwijfelt of een jongere met autisme wel ‘echt weerbaarheid kan aanleren’ en of zijn kind wel iets zal gaan leren van een groepstraining (Ouder 2.43/44/45, 2014).

Hoewel hij geen vertrouwen heeft in een weerbaarheidstraining denkt hij wel dat Betach een geschikte plek zou zijn voor zijn kind om beter met lastige situaties om te gaan. Dit wordt door hem echter niet gezien als weerbaarheid, maar als ‘robotisering’ (Ouder 2.46, 2014). De deelnemer leert niet om weerbaarder te worden, maar leert welke ketting van taken hij moet inzetten om zijn doel te bereiken (Bruin, 2009). Dit is maatwerk en deze ouder geeft aan dat dit slechts individueel kan.

Daarbij is het belangrijk dat er een goede afstemming plaatsvindt tussen Betach en de thuissituatie. Omdat deze afstemming al veel plaatsvindt, is het voor deze ouder minder belangrijk dat er een specifieke weerbaarheidstraining komt (Ouder 2.49, 2014).

‘Nou ik vind het wel belangrijk dat hij leert voor zichzelf op te komen en als iemand iets doet wat hij niet wil, dat hij daar mee om kan gaan’(Ouder 4.41, 2014).

Tot slot geeft ook Betach aan dat het goed zou zijn voor de deelnemers dat ze leren om meer voor zichzelf op te komen, leren aan te geven wat ze niet prettig vinden en meer zelfvertrouwen te krijgen (Betach 3, 2014).

Aan de hand van de interviews kan geconcludeerd worden dat de meeste ouders, deelnemers als begeleiders van Betach behoefte hebben aan een weerbaarheidstraining. Eén ouder betwijfelt of een training voor zijn kind nuttig zal zijn. Voor de ouders en begeleiders is het voornamelijk belangrijk dat het nuttig is en dat het helpt de deelnemers weerbaarder te maken. De deelnemers willen niet alleen een training omdat het nuttig is, maar ook omdat het hen leuk lijkt.

## Doelen training

Doordat elke deelnemer verschillend is, ligt ook hun hulpvraag op verschillende gebieden. Er vallen hierbij twee onderwerpen op die door verschillende ouders en deelnemers worden aangedragen. Deze zijn: het aangeven van grenzen en het reguleren van boosheid. Daarnaast zijn er nog een aantal kleinere onderwerpen die door enkele ouders of deelnemers genoemd worden.

Vrijwel alle ouders geven aan dat ze graag zouden willen dat hun kind zijn grenzen beter leert aangeven. Een ouder zegt hierover het volgende:

‘Dat hij nee durft te zeggen tegen anderen, op wat dan ook’ (Ouder 3.49, 2014).

Bij een deel daarvan geeft ook de deelnemer zelf aan dat hij het belangrijk vindt om zijn grenzen beter aan te geven. Deze grenzen spelen voornamelijk in het contact met leeftijdsgenoten of juist met jongeren die iets ouder zijn dan de deelnemers zelf. Er zijn echter wel verschillende situaties waarin dit grenzen stellen speelt. Voor de ene deelnemer speelt de groepsdruk een belangrijke rol, terwijl de andere deelnemer meer moeite heeft met het reageren op een directe benadering.

Bij de directe benadering spelen er verschillende redenen om geen grenzen aan te geven. Sommige deelnemers weten niet goed hoe ze hun grenzen aan moeten geven en moeten opkomen voor zichzelf (Deelnemer 1.55, 2014), voor andere deelnemers speelt vooral angst een rol. Dit is bijvoorbeeld angst om niet aardig gevonden te worden (Ouder 3.49, 2014) of angst om boos te worden (Deelnemer 4.26, 2014). Daarbij is het niet altijd duidelijk of de deelnemers hun eigen grenzen wel kennen. Hierover is meer geschreven in hoofdstuk één.

Duidelijk is wel dat de deelnemers het lastig vinden om ‘nee’ te zeggen in contacten met leeftijdsgenoten.

Door Betach wordt dit bevestigd en wordt daaraan toegevoegd dat de deelnemers het ook moeilijk vinden om hun eigen grenzen aan te geven. Ze herkennen hun eigen grenzen niet en kunnen deze daardoor niet aangeven(Betach 3, 2014).

Behalve het aangeven van grenzen is het reguleren van boosheid een belangrijk aandachtspunt. Het is hierbij opvallend dat voornamelijk deelnemers dit noemen als het belangrijkste doel van een training. Slechts enkele ouders geven dit aan als hoofddoel, terwijl ze tijdens de interviews meerdere malen noemen dat hun kind vaak boos wordt.

De deelnemers zelf geven aan dat ze graag rustiger zouden willen blijven en zichzelf meer onder controle kunnen houden (Deelnemer 2.67/3.51, 2014). Hierbij noemen ze verschillende doelen. Een deel van de deelnemers wil minder vaak en snel boos willen worden (Deelnemer 4.25/2.68/5.20, 2014). Een ander deel wil vooral minder agressief worden als ze boos zijn (Deelnemer 2.70, 2014).

Zoals gezegd noemen de ouders dit niet als het hoofddoel van de training, maar als tweede doel. Eén van de ouders geeft wel aan dat hij graag zou zien dat zijn kind ‘uiteindelijk niet meer zo ver komt, dat tie helemaal door het lint gaat’ (Ouder 4.23, 2014). Dit sluit aan bij de deelnemers die, als ze dan toch boos worden, het belangrijk vinden dat ze minder agressief zijn en ‘niet zomaar gaan slaan’ (Deelnemer 2.70, 2014).

Naast deze twee hoofdpunten die door de ouders en deelnemers genoemd worden als belangrijkste doelen voor de training zijn er nog een aantal kleinere aandachtspunten.

Hier wordt door een deelnemer bijvoorbeeld genoemd dat hij ‘beter met mensen’ om wil leren gaan en dat hij wil leren andere mensen gelijk te geven (Deelnemer 2.65/2.66, 2014).

Een ouder geeft aan dat hij graag wil dat zijn kind minder angstig wordt. Deze deelnemer is voor van alles en nog wat bang en zijn ouder wil graag dat hij ‘wat steviger in zijn schoenen komt te staan’ (Ouder 3.50, 2014).

Duidelijk is geworden dat het aangeven van grenzen een belangrijk doel voor ouders is. Zij zien dat hun kinderen zich gemakkelijk laten meeslepen door leeftijdsgenoten en het lastig vinden om daarin hun grens aan te geven. Voor de jongeren zelf is het belangrijker dat zij leren om minder (vaak) boos te worden.

## Trainingsduur

Het woord training roept verschillende verwachtingen op. De één denkt aan oefeningen op één dag, de ander aan een training van een paar weken. Dit zijn beide mogelijkheden voor een weerbaarheidstraining, maar de vraag is natuurlijk wat de deelnemers en betrokkenen van Betach graag willen.

Tijdens het onderzoek is gebleken dat deze vraag te lastig is om te beantwoorden voor de deelnemers. Mensen met autisme zijn beperkt in hun voorstellingsvermogen. Dit maakt het voor hen lastig om te bedenken hoe lang zo’n training zou moeten duren (Delfos, 2006). Zij konden dan ook geen antwoord geven op deze vraag of ze beperkten zich tot:

‘Maakt mij niks uit, zolang het nodig is’ (Deelnemer 1.61, 2014).

Ouders hadden een duidelijkere mening op de vraag hoe lang een dergelijke training moest duren. Doordat de deelnemers, zonder training, al een erg druk leven hebben werd er door ouders genoemd dat de training niet te lang mocht duren. Dit zou dan teveel worden en daarmee aan zijn doel voorbij zou schieten (Ouder 5.18, 2014).

Verschillende ouders noemen drie maanden als concrete richtlijn (Ouder 3.55/5.19, 2014). Dit zou betekenen dat ze drie maanden lang, elke zaterdag een training zouden volgen. Dit komt neer op ruim twaalf lessen.

Daar moet bij vermeldt worden dat ouders dit als minimum noemen. De ene ouder noemt naast drie maanden ook vijf maanden en een andere ouder denkt zelfs aan een jaar (Ouder 3.55/5.19, 2014).

In ieder geval is duidelijk dat de training een aantal maanden mag én moet duren. Hiervoor werden als reden genoemd dat het weken duurt voordat informatie ‘landt’ (Ouder 3.55, 2014) en dat ingesleten patronen niet zomaar veranderd kunnen worden (Ouder 5.24, 2014).

Tot slot merkte een ouder het volgende op over het effect van een weerbaarheidstraining:

‘Als je dan weer een paar maanden later terugkomt dan zijn er toch vaak bepaalde dingen weer in oude patronen gevallen’ (Ouder 5.16, 2014).

Voor mensen met autisme is het lastiger om nieuwe vaardigheden aan te leren. Ze doen er langer over om de nieuwe informatie te verwerken en om dit vast te houden. Om nieuwe vaardigheden vast te houden is het daarom nodig de informatie vaak te herhalen en dit ook op een later tijdstip opnieuw te herhalen (Delfos, 2006). Daarom zou het goed zijn om een aantal maanden na de training nog eens terug te komen op de training. De deelnemers kunnen hun opgedane kennis opfrissen. Terugval in oude patronen kan dan herkend en hersteld worden.

Concluderend hebben de deelnemers weinig verwachtingen van de duur van de training, het lijkt hen ook niet echt uit te maken. Ouders geven aan dat een training drie maanden of langer zou moeten duren. Dit omdat het een tijd duurt voordat patronen veranderen en informatie genoeg geland is om er wat mee te doen. Aan de andere kant moet de training niet blijven doorgaan omdat de deelnemers het al druk genoeg hebben. Een aantal maanden na de training zou een ‘opfrisbijeenkomst’ een idee kunnen zijn om terugval te voorkomen.

## Groepsgrootte

Een weerbaarheidstraining kan individueel gegeven worden of in een groep. De meeste weerbaarheidstrainingen werken met een groep van zes tot maximaal tien deelnemers (Klamer, 2013). Zowel de deelnemers als de ouders verschillen van mening of de training individueel of in groepsverband gegeven moet worden.

Een klein deel van de ouders en deelnemers heeft geen voorkeur. Eén ouder geeft aan dat zijn kind zelf mag beslissen en dat hij het wil laten afhangen van wat het beste resultaat geeft (Ouder 4.25, 2014).

Van de rest van de deelnemers en ouders geeft de helft aan dat ze de training individueel willen en de andere helft dat ze de training in een groep zouden willen. Opvallend daarbij is dat de ouders van de deelnemers maar in één geval voor dezelfde vorm kiezen als hun kind. De oorzaken hiervan lijken uiteen te lopen, hier is geen verder onderzoek naar gedaan.

Bij de deelnemers valt het op dat de meisjes de training liever individueel ontvangen. Een reden die hiervoor wordt gegeven is dat ze het te druk vinden met andere kinderen erbij (Deelnemer 5.24, 2014). Een andere vrouwelijke deelnemer geeft aan dat ze haar problemen liever niet deelt met de andere kinderen. Bovendien is ze bang dat de trainer gesprekken die hij met haar heeft gehad laat doorschemeren aan de andere kinderen. Dit heeft waarschijnlijk te maken met het intieme thema waarin haar problemen liggen (Deelnemer 1.58, 2014).

De ouders die kiezen voor een individuele training geven als reden dat hun kind hier meer van leert. Ze geven aan dat hun kind individuele begeleiding goed ‘op zal pakken’ en betwijfelen of hij in de groep iets zal leren van de training (Ouder 2.43/5.25, 2014).

‘Ik denk dat hij gewoon meer gerobotiseerd moet worden. Meer één op één en meer de manier hoe je het hem aanleert, ook weer met picto’s of in een stappenplan’ (Ouder 2.44, 2014).

Hieruit blijkt ook weer dat deze ouder kiest voor individuele training, omdat dit volgens hem meer oplevert voor een kind met autisme. Dit is gebaseerd op de gedachte dat mensen met autisme zich te weinig kunnen inleven in de ander om weerbaar te worden. Voor weerbaarheid is het nodig dat je de situatie en de ander juist kunt interpreteren. Wanneer dit ontbreekt, is het lastig zo niet onmogelijk, om een passende reactie te geven (Delfos & Gottmer, 2006).

De deelnemers en de ouders die kiezen voor een groepstraining zijn heel stellig. Zonder een groep kan je sociale weerbaarheid niet trainen. Er zijn andere deelnemers nodig om mee te oefenen in bijvoorbeeld een rollenspel (Ouder 3.51, 2014).

Daarnaast wordt er genoemd door ouders dat de deelnemers zich een situatie beter kunnen inbeelden op het moment dat deze uitgespeeld wordt met leeftijdsgenoten (Ouder 1.48, 2014).

De deelnemers geven aan dat er van elkaar kan worden geleerd in een groep (Deelnemer 4.27, 2014) en dat het ‘fijner’ is (Deelnemer 2.74, 2014).

De groep moet echter niet te groot worden, omdat er anders te veel prikkels kunnen zijn voor de deelnemers. Dit zou betekenen een groep van maximaal vier personen (Ouder 3.52, 2014).

Verder wordt het door verschillende deelnemers als hinderlijk ervaren als de problematiek of de kennis hierover te veel verschilt (Deelnemer 2.64, 2014). Dit omdat het dan minder goed aansluit bij de deelnemer en zij dus minder baat bij de training hebben (Deelnemer 1.49, 2014).

Er is dus geen eenduidig beeld aan te geven van wat ouders en deelnemers willen, wat betreft de groepsgrootte. De helft wil liever alleen begeleid worden, omdat er dan meer ‘maatwerk’ geleverd kan worden. De andere helft wil juist liever begeleid worden in een groep, omdat er dan van elkaar geleerd kan worden en dit minder beroep zou doen op het verbeeldingsvermogen.

## Trainer

Het trainen van weerbaarheid gaat niet vanzelf, daar is een trainer voor nodig die de deelnemers begeleidt. Deze trainer leidt de bijeenkomsten van de training en geeft de training vorm. Wanneer er binnen Betach een training wordt gegeven is de vraag of de begeleiders van Betach een training kunnen geven of dat er een externe deskundige moet worden betrokken om deze training te geven.

Ouders en deelnemers zijn het er bijna allemaal over eens dat een dergelijke training gegeven zou moeten worden door een begeleider van Betach. De eerste en belangrijkste reden daarvoor is dat het daar veilig is.

‘Hij voelt zich er veilig en als die zo’n cursus geven dan snapt hij ook dat dat nodig is. Dan is hij op een veilige plek, dan durft hij ook daar te schuilen, daar gewoon zijn heil te zoeken’ (Ouder 3.54, 2014).

Meer ouders geven aan dat het ‘vertrouwd’ is bij Betach en dat het prettig is al de training op een vertrouwde plek wordt gegeven (Ouder 1.50, 2014). Naast dat het prettig is geeft het ook meer succes en resultaat als het vertrouwd is. Dit komt doordat de deelnemers gewend zijn aan de omgeving en zich kunnen concentreren op de leerstof in plaats van op het wennen aan de omgeving.

De deelnemers zelf geven ook aan dat ze graag de training krijgen van bekenden. Dit kunnen naast de vaste begeleiders ook de stagiaires zijn. Het blijft ook dan belangrijk dat het iemand is die vertrouwd is, wat blijkt uit het volgende citaat:

‘Iemand die ik ken maar die ik ook vertrouw. Maar ook iemand waar ik goed mee op kan schieten. Dus dan zou het wel fijn zijn, als ik met die iemand kan praten’ (Deelnemer 1.60, 2014).

Hoewel ouders in eerste instantie het vertrouwen in het belang van hun kind noemen, is dit ook in hun eigen belang. Zo geven ze aan dat ze het prettig vinden dat ze niet opnieuw hun verhaal moeten doen, omdat ze dat wel een beetje zat zijn (Ouder 1.51/4.26, 2014). Verder zijn ouders erg positief over het huidige contact met Betach en de hoe de samenwerking verloopt. Door deze samenwerking kunnen ze goed met elkaar afstemmen wat een training effectiever maakt (Ouder 2.49, 2014).

Er zijn echter twee deelnemers die aangeven de training liever ergens anders te krijgen of liever een andere trainer te hebben. De redenen die hiervoor aangedragen worden zijn ten eerste dat het jammer is van de tijd.

Als de training buiten Betach wordt gegeven zou dit betekenen dat de deelnemer er een leuke activiteit bij krijgt in plaats van dat er minder tijd bij Betach overblijft om te spelen (Deelnemer 2.76, 2014).

De andere reden is dat een externe trainer eerlijkere feedback zou geven. Een bekende zou, volgens deze deelnemer, te gemakkelijk oordelen en al snel een voldoende geven(Deelnemer 3.52, 2014).

De begeleiders geven aan dat Betach geen geschikte plek is om een training te geven. De reden die zij hiervoor hebben is dat Betach een plek voor de deelnemers is om te ontspannen en niet om trainingen te geven (Betach 3, 2014). Door deze mening lijkt het erop dat dit onderzoek niet verder kan gaan. Echter geeft Betach ook het volgende aan:

‘Wel zou het mooi zijn als wij door middel van de activiteiten die wij doen aan weerbaarheid kunnen werken’ (Betach 3, 2014).

Dit betekent dat zij wel bereid zijn om activiteiten te ondernemen om de deelnemers meer weerbaar te maken. Dit zou voor hen echter niet de vorm van een training moeten aannemen, maar de vorm van verschillende activiteiten die in het dagprogramma passen. Eventueel kunnen hiervoor ook de dieren worden ingezet (Betach 3, 2014).

Alle ouders en de meeste deelnemers zijn het erover eens dat een training het beste gegeven zou kunnen worden door een begeleider van Betach. Dit zou een vaste begeleider kunnen zijn of een stagiaire. Dit omdat Betach een vertrouwde plek is waar de deelnemers zich op hun gemak voelen. Dit draagt bij aan de ontwikkeling en vergemakkelijkt het contact met ouders. Een externe begeleider zou wel eerlijk zijn in zijn oordeel over de vorderingen van de deelnemers. Betach geeft aan dat zij wel activiteiten willen ondernemen om de deelnemers weerbaarder te maken, maar dat zij een plek voor ontspanning zijn en dus geen echte trainingen kunnen geven.

## Betrekken van ouders

Voor mensen met autisme is het lastig om een, in situatie A geleerde vaardigheid, in situatie B toe te passen. Daarom is het belangrijk dat de training niet alleen op locatie plaatsvindt, maar dat er ook bijvoorbeeld thuis getraind wordt (Bogdashina, 2006). Ook voor de deelnemers bij Betach geldt dat zij in verschillende situaties zullen moeten oefenen om de geleerde vaardigheden onder de knie te krijgen. Daarom werd hen en hun ouders gevraagd wat de bereidheid en de mogelijkheden zijn om de training in de thuissituatie te betrekken en hiermee te oefenen.

Eerder bleek al dat voor veel ouders de goede samenwerking met Betach erg belangrijk is en dat dit voor hen de training ook effectiever maakt (Ouder 2.49, 2014). Daarbij vinden ze het belangrijk dat ze weten wat er geleerd wordt, zodat ze dit thuis kunnen doorzetten.

‘Nou dan zou ik wel willen weten […] wat ze hem aanleren, zodat je dat thuis ook op kunt pakken. Het ook met hem nog eens kunt herhalen als dat nodig is. Dat je ook snapt waar hij mee bezig is’ (Ouder 3.57, 2014).

Voor de deelnemers zelf is het prettig dat er helder gecommuniceerd wordt naar de ouders. Ze geven aan dat dit goed moet gebeuren omdat er anders kans is op misverstanden. Dat zou frustraties opleveren en dan zou er beter met een trainer erbij geoefend kunnen worden. (Deelnemer 2.75, 2014).

De deelnemers vinden het goed en in de meeste gevallen leuk om thuis te oefenen. Het voordeel hiervan is dat ze thuis meteen kunnen laten zien wat ze geleerd hebben (Deelnemer 5.26, 2014). Eén deelnemer gaf zelfs aan dat het wel goed zou zijn om thuis te oefenen, dan kon zijn vader er ook nog iets van leren (Deelnemer 3.55, 2014).

Eén van de deelnemers wilde niet thuis met zijn ouders oefenen. Hij voelde zich er niet prettig bij om dergelijke zaken met zijn ouders te bespreken (Deelnemer 1.62, 2014). Hij vond het geen probleem als de trainer contact met zijn ouders opnam om zaken die op de training waren gebeurd te vertellen (Deelnemer 1.63, 2014). De ouder van deze deelnemers vond het wel goed om dit met zijn kind te bespreken en gaf daarbij ook aan dit al regelmatig met zijn kind te doen (Ouder 1.53, 2014).

Duidelijk is geworden dat de meeste deelnemers en ouders het belangrijk vinden dat er thuis ook geoefend wordt met de opdrachten van de training. Eén deelnemer vond dit niet prettig omdat de onderwerpen te intiem zijn en hij zich er niet prettig bij voelt dit thuis te bespreken.

Een heldere beschrijving van eventuele opdrachten is belangrijk om misverstanden te voorkomen.

## Trainingsvorm

Een training kan allerlei verschillende vormen hebben. Er zijn trainingen waarbij er vooral veel gepraat wordt, maar er zijn ook trainingen die meer bestaan uit fysieke oefeningen. In het fysieke deel zit een verschil tussen zelfverdedigingsoefeningen en rollenspellen.

Een training kan strak vormgegeven zijn met een vast programma of meer inspelen op de behoefte die op dat moment leeft. Er zijn vele variaties mogelijk.

In dit deel staat beschreven in welke vorm de deelnemers, ouders en Betach de training graag zouden zien.

De deelnemers zijn hier heel stellig in: er moet geoefend worden! Uit ervaring weten deelnemers dat ze voornamelijk praten op een training saai vinden (Deelnemer 1.50, 2014). Een andere deelnemer met ervaring met een weerbaarheidstraining zegt over de activiteiten:

‘Dan mag ik anderen ook slaan met zo’n zwembadding met zo’n lange stengel en dat is ook altijd best wel leuk’ (Deelnemer 2.69, 2014).

Hij heeft het hier over een oefening om te leren opkomen voor zichzelf. Bij het navragen geven de deelnemers duidelijk aan dat ze graag actieve oefeningen doen tijdens een training (Deelnemer 2.72/4.30, 2014). Daarbij geven de deelnemers ook aan dat ze wel opdrachten mee naar huis willen krijgen, maar alleen als het actieve oefeningen zijn. Papieren met vragen krijgen ze op school al genoeg (Deelnemer 4.29, 2014).

Ouders benoemen ook dat praktische oefeningen goed zijn voor hun kinderen. Een voorbeeld die hier wordt genoemd is het doen rollenspellen. Een voorwaarde is dan wel dat dit met leeftijdsgenoten geoefend wordt om een realistischer beeld te creëren (Ouder 3.51, 2014). Bovendien is het belangrijk dat er succeservaringen worden opgedaan. Hierdoor krijgen de deelnemers meer zelfvertrouwen en pakken ze de stof sneller op (Ouder 5.22, 2014).

Een andere ouder benoemt dat er stap voor stap geoefend moet worden en dat hierbij picto’s gebruikt moeten worden, (Ouder 2.44, 2014) zodat het een gewoonte wordt (Ouder 2.46, 2014). Deze picto’s helpen om de stappen visueel te maken. Dit is voor mensen met autisme vaak nodig omdat zij minder verbaal zijn ingesteld. Taal is voor hen vaak lastiger te begrijpen. Door middel van picto’s zijn de oefeningen voor hen beter te begrijpen en zullen ze deze sneller onder de knie hebben (Delfos, 2006).

Verschillende ouders geven aan dat het belangrijk is dat er veel herhaald wordt. Het duurt een tijd voordat de stof doordringt (Ouder 3.55, 2014) en oude patronen afgeleerd zijn (Ouder 5.24, 2014).

Het is duidelijk geworden dat vooral de deelnemers, maar ook de ouders een actieve training willen waarin veel geoefend kan worden. Randvoorwaarden daarbij zijn: veel herhaling, succeservaringen en stappenplannen.

## Conclusie

Het is duidelijk geworden dat er vooral bij de deelnemers en de ouders veel behoefte is aan een weerbaarheidstraining. Betach geeft ook aan dit belangrijk te vinden, maar benoemt ook dat een volledige training niet bij Betach gegeven kan worden. Wel kan er gewerkt worden aan weerbaarheid door middel van activiteiten. Ouders geven als hoofddoel ‘grenzen aangeven’ aan en de deelnemers willen graag minder agressief handelen. Zowel ouders als de meeste deelnemers geven aan dat ze graag zouden willen dat de training bij Betach gegeven zou worden, dit in tegenstelling tot Betach die aangegeven heeft geen geschikte plek hiervoor te zijn.

De training zou wel enige tijd moeten duren om tot de deelnemers door te dringen en oude patronen te veranderen. Nieuwe patronen zouden door veel herhaling en stappenplannen ingesleten moeten worden. Daarnaast willen de deelnemers graag dat de training actief is.

Tot slot is het belangrijk dat het gezin betrokken wordt bij de training om de training thuis door te kunnen zetten en tot een beter resultaat te komen.

# Hoofdstuk 4: weerbaarheidstrainingen

## Inleiding

In dit hoofdstuk zijn, naast literatuuronderzoek en het afnemen van interviews met deelnemende partijen, vier bestaande methodieken met als doel het weerbaarder maken van jongeren, onderzocht en uitgewerkt. Bij deze methodieken zijn gekeken naar voor- en nadelen ten opzichte van de wensen van de deelnemers, ouders en Betach. Naar aanleiding daarvan kan er gezegd worden welke bestaande methodiek het meest passend is en aansluit bij de wensen van de deelnemers, hun ouders en Betach met betrekking tot het weerbaarder worden van de deelnemers.

## ‘Ho, tot hier en niet verder…!’

De eerste methodiek die onderzocht is, is gericht op kinderen van zeven tot twaalf jaar op regulier onderwijs en hun ouders. In eerste instantie is deze methodiek als preventiemiddel ontwikkeld, maar hij blijkt bijzonder geschikt voor onder andere kinderen met autisme, zo stelt Kool (2000). Daarnaast kan de training ook gegeven worden aan kinderen die ouder zijn dan twaalf jaar of aan kinderen die op speciaal onderwijs zitten. Hierbij moeten enkele aanpassingen worden gedaan aan de inhoud van de training, om het aan te laten sluiten bij de mogelijkheden van de kinderen. Deze weerbaarheidstraining heeft het volgende belangrijke uitgangspunt:

‘Voor jezelf leren zorgen in relatie tot de ander en met respect voor de ander vanuit het idee: de enige die altijd bij je is om voor jezelf te zorgen, ben jezelf’ (Kool, 2000).

Met andere woorden betekent dit dat het gaat om het bevorderen van handelingsbekwaamheid in sociale situaties voor kinderen en hun ouders. Dit maakt dus ook dat de training voor zowel kinderen zonder als met autisme geschikt is. Het gaat er uiteindelijk om dat de deelnemers van Betach steviger in de schoenen komen te staan.

Wat deze methodiek beschrijft, sluit aan bij de resultaten uit dit onderzoek, namelijk dat de opvoedingssituatie en de directe omgeving van belang zijn voor de mate waarin weerbaarheid blijft bestaan en zich ontwikkelt. Bij de deelnemers is het voor het weerbaarder worden van belang dat zij daarin ondersteuning krijgen van hun ouders, zo blijkt ook uit de afgenomen interviews die verwerkt zijn in hoofdstuk drie.

Deze training bestaat uit twee onderdelen: een kindertraining en een aantal avonden waarin de ouders van de kinderen bijeenkomen. Het is een voorwaarde voor deze training dat ouders deelnemen aan een training. Dit is een voordeel van de training, omdat de ouders zo meer weet hebben van wat hun kinderen leren. Daardoor kunnen de leerervaringen met behulp van ouders worden toegepast in overige situaties. De noodzaak hiervan is door deelnemers en ouders ook gedurende het onderzoek aangegeven. Deelnemers en ouders kunnen door deze ouderavonden samenwerken in het groeien naar weerbaarheid.

Zoals eveneens beschreven in het vorige hoofdstuk worden de meeste weerbaarheidstrainingen in groepsverband gegeven van zes tot maximaal tien deelnemers. Deze training is ook ingericht voor zes tot maximaal acht deelnemers, omdat een kleine groep meer veiligheid geeft en er meer persoonlijke aandacht is voor de deelnemers, wat tot een verhoogd leerresultaat leidt (Kool, 2000).

Deze weerbaarheidstraining is laagdrempelig, wat een tweede voordeel is. Dit sluit goed aan bij Betach, aangezien Betach zelf ook naar deelnemers en ouders laagdrempelig probeert te zijn. Dit uit zich onder andere in de manier van begeleiding en samenwerking. De deelnemers zijn niets verplicht en komen er puur voor de ontspanning en ter ontlasting van het gezin (Begeleider 1.2/1.3, 2014). Ouders kunnen er altijd terecht voor vragen en er wordt op een informele manier gecommuniceerd tussen ouders en Betach.

De volgorde en inhoud van de training is gebaseerd op de basisbehoeften, zoals gehanteerd in de theorie van Albert Pesso, een lichaamsgerichte psychotherapeut (Attekum, 1998). Deze theorie bestaat volgens Pesso uit vijf basisbehoeften die van belang zijn voor het kind en vervuld moeten worden: veiligheid (een eigen plek), voeding, steun, bescherming en begrenzing.

Binnen elke basisbehoefte komen er verschillende sociale thema’s aan bod, dit zijn onder andere grenzen leren aangeven, opkomen voor jezelf, zelfstandigheid, zelfbeeld, omgaan met problemen en deze leren oplossen. Elk sociaal thema bevat een aantal vaardigheden, deze worden aangeleerd door daarbij passende oefeningen.

Ter illustratie zal de basisbehoefte ‘bescherming’ worden uitgewerkt.

De kinderen zullen gedurende de trainingsbijeenkomst van deze basisbehoefte een gevoel voor eigenwaarde leren ontwikkelen, waarbij er wordt geoefend met eigen kracht, zowel letterlijk als figuurlijk. Daarbij speelt het sociale thema ‘grenzen aangeven’ een rol, wat betekent dat de kinderen hun eigen grenzen leren inzien en aangeven, maar ook dat ze in staat zijn om die van een ander in te zien en weten waar de grenzen liggen. Een passende oefening hierbij is een spel

waarbij er in tweetallen wordt gewerkt en men naar elkaar toe moet lopen. Door middel van ‘kom maar’- bewegingen en een ‘stop’-teken leren ze grenzen richting elkaar aangeven.

De vaardigheden passend bij deze sociale thema’s worden door middel van bewegen aangeleerd. Bewegen is de belangrijkste invalshoek van de training, waardoor de kinderen worden uitgenodigd en aangemoedigd om zichzelf te leren kennen, maar ook anderen te kennen en zichzelf aan anderen kenbaar te maken.

‘Beweging en lichamelijkheid vormen een primair middel tot contact, communicatie en zelfrealisatie’ (Vuchelen, 1997).

Naarmate de training vordert, wordt naast bewegen ook de sociale cognitie van steeds groter belang. Dit houdt in dat de kinderen meer woorden leren geven aan de sociale werkelijkheid, wat ze doen door stil te staan bij zichzelf, bewust te worden van zichzelf, dit weer te geven en hier betekenis aan te verlenen. Dit bewust zijn van wat er bij zichzelf gebeurt wordt ook wel Theory of Mind genoemd, wat eerder in dit onderzoek naar voren is gekomen. De trainingsbijeenkomsten beginnen met een sterk geleide structuur. In de latere bijeenkomsten zal dit zich steeds meer uitbouwen naar zelfstandigheid. Dit betekent voor de kinderen dat zij steeds meer los worden gelaten en er meer ruimte komt voor eigen interpretatie.

Echter hebben de meeste deelnemers van Betach een beperkte Theory of Mind en vinden het juist lastig om bij zichzelf stil te staan, zich bewust te worden en hier ook nog eens iets mee te doen. Voor de deelnemers van Betach betekent dit dus dat de oefeningen die eerder in de training worden gegeven beter aansluiten bij hun behoeften en mogelijkheden. Deze zijn namelijk meer gericht op bewegen en minder op sociale cognitie. Daarnaast zijn deze oefeningen meer gestructureerd, wat zij vanwege hun autisme nodig hebben.

Tot zover de invalshoeken van de kindertrainingen. Bij de ouderbijeenkomsten wordt er ook gewerkt aan de hand van de vijf basisbehoeften van Pesso. Daarnaast gebruikt men de methode die Thomas Gordon ontwikkelde. Deze methode is een eenvoudige manier om ouders handvatten te bieden om beter met hun kinderen te kunnen communiceren zonder dat daarbij sprake is van machtsmisbruik. Gedurende de training wordt vooral geprobeerd ouders uit de negatieve spiraal te halen en krijgen ze vaardigheden aangereikt om op positieve manier met hun kind om te gaan.

### Conclusie

Afsluitend kan er gesteld worden dat hoewel deze weerbaarheidstraining oorspronkelijk is opgesteld voor kinderen die op de basisschool zitten en een leeftijd hebben tussen de zeven en twaalf jaar, deze training ook aan zou sluiten bij de deelnemers van Betach, wanneer er enkele aanpassingen worden verricht aan de inhoud.

Hiervoor kan gedacht worden aan meer aandacht voor de oefeningen die in het beginstadium van de training worden gegeven en met een sterk gestructureerd karakter worden uitgevoerd.

In plaats van dat er een appèl gedaan wordt op de sociale cognitie, wordt de nadruk gelegd op bewegen. Aangezien de deelnemers een minder ontwikkelde Theory of Mind hebben, zullen ze minder lering halen uit de oefeningen die uitgevoerd worden met behulp van de sociale cognitie.

Wanneer er meer aandacht is voor deze bewegingsoefeningen, kunnen deze ook herhaald worden. Deelnemers hebben dit nodig, omdat het lang duurt voordat ze nieuw geleerde informatie en vaardigheden zich eigen maken.

Bij het aanpassen van de training is het belangrijk is om de deelnemers sociaal gewenst gedrag aan te leren, zodat ze het sociaal aangeleerd gedrag kunnen toepassen in toekomstige situaties.

Tenslotte is het een voordeel dat de training ouders actief betrekt bij het proces van de kinderen. Middels samenwerking zal de ontwikkeling van de weerbaarheid bij de kinderen daardoor op langere termijn gestimuleerd worden.

## De Kombinatietraining

De kombinatietraining is de tweede methode die onderzocht is om tot de conclusie te komen welke methodiek het best bij de deelnemers, hun ouders en Betach past.

De Kombinatietraining is een sociale vaardigheidstraining, officieel opgericht voor moeilijk lerende kinderen en jongeren (Bruggen, 1999). Het gaat hierbij om kinderen met een IQ tussen de ±70 en ±85 met duidelijke tekortkomingen in de sociale zelfredzaamheid.

De Kombinatietraining is een aanpassing op de Goldsteinmethode die ook wel ‘structured Learning Therapy’ heet. A. Goldstein heeft deze methode opgericht, nadat hij met cliënten uit lagere klassen werkte die door gesprekken en zelfinzicht nauwelijks groeiden in hun leerproces. Zij hadden veel meer baat bij het aanleren van vaardigheden.

De rode draad van deze methode is dan ook het op zeer gestructureerde wijze aanleren van sociale vaardigheden, waarbij het inzicht in eigen gedrag helemaal niet centraal staat.

Dit doel sluit aan bij de mogelijkheden die de deelnemers van Betach hebben. Door de genoemde beperking in de vaardigheid Theory of Mind, zijn ze nauwelijks in staat om stil te staan bij het eigen gedrag en zich hiervan bewust te worden.

De sociale zelfredzaamheid wordt bewerkstelligd middels de volgende middelen: instructie, demonstratie, oefenen, modeling, transfertraining en inschakeling van de omgeving van het kind. Hier is een logische volgorde uit op te maken. Als eerst wordt er het een en ander uitgelegd en wordt er gedemonstreerd hoe de nieuwe vaardigheid werkt. Vervolgens kunnen de kinderen en jongeren zelf aan de slag en leren ze de vaardigheden in de praktijk toepassen, waar ze uiteindelijk ondersteund worden door de omgeving die er van op de hoogte is gesteld.

De basis voor de Kombinatietraining is het spel ‘Sociale vaardigheden voor jongeren’. Dit spel is de aanpassing van de Goldsteinmethode en er kan op allerlei manieren vorm aan worden gegeven. Er zijn geen specifieke leeftijden aan het spel verbonden, wat een voordeel is. Met enige aanpassingen gebonden aan leeftijd kan het spel zo worden gespeeld.

Het spel bestaat uit een videoband met goede en foute voorbeelden, grote flap-overs, met op elke flap-over een vaardigheid met leerpunten en een bordspel met opdrachtkaartjes (Bruggen, 1999).

Voor dit spel is bewust gekozen omdat het aantrekkelijk is voor de kinderen en jongeren. Het is een competitiespel (wie de meeste fiches heeft wint), het heeft leuke kleuren en de kwaliteit van het product is eveneens positief.

Een nadeel van dit spel is dat ondanks het actieve karakter van de training, er geen rollenspellen in naar voren komen. In de afgenomen interviews onder de deelnemers en ouders wordt aangegeven dat de deelnemers juist leren van rollenspellen.

De sociale vaardigheden die middels de Kombinatietraining worden geoefend en aangeleerd zijn: kennismaken, luisteren, iets vragen, praatje beginnen, nee zeggen, iets bepraten, kritiek krijgen, kritiek geven, gevoelens uiten. Deze vaardigheden sluiten ten dele aan bij de onderwerpen die voor de deelnemers van Betach van belang zijn. In de training is wel aandacht voor verschillende facetten van weerbaarheid die onderzocht zijn.

De Kombinatietraining heeft een duur van vijftien sessies. Uiteindelijk zijn het aantal sessies minder van belang. Het gaat erom dat de kinderen en jongeren gemotiveerd blijven gedurende de sessies. Daarnaast geeft de schrijver van de Kombinatietraining aan dat het noodzakelijk is om zeer planmatig en gestructureerd te werken.

### Conclusie

De Kombinatietraining is in de eerste plaats voor moeilijk lerende kinderen en jongeren opgericht en dus niet specifiek voor kinderen en jongeren met autisme. Wat betreft de inhoud is er de mogelijkheid om de deelnemers van Betach deze training aan te bieden. In de training gaat het namelijk om het aanleren van sociale vaardigheden en staat eigen gedrag minder centraal. De sociale vaardigheden die in de training aan bod zullen komen, komen echter slechts ten dele overeen met de vaardigheden die de deelnemers bij Betach nog moeten leren.

Toch sluit de actieve vorm van de Kombinatietraining wel aan bij de wens van de deelnemers en ouders. Een nadeel is het feit dat er niet geoefend wordt met rollenspellen, wat de deelnemers wel graag zouden willen oefenen.

Tot slot is het positief dat de sociale vaardigheden in de training goed worden aangeleerd middels instructie, demonstratie, oefenen, nadoen en vervolgens daadwerkelijk uitoefenen in de praktijk. De deelnemers van Betach hebben hier behoefte aan, omdat zij het beste leren door iets wat duidelijk is en wat continue herhaald wordt.

## Marietje Kesselsproject

De naam van dit project komt van het elfjarige meisje uit Tilburg die in het jaar 1900 werd verkracht en vermoord. Ze werd een legende in Tilburg en haar verhaal werd door moeders aan hun dochters verteld als waarschuwing (Helvoort & Clarijs, 1999).

Momenteel wordt de naam gebruikt voor een preventieproject om de weerbaarheid van zowel meisjes als jongens in de leeftijd van tien tot dertien jaar te vergroten. Dit project is specifiek gericht op basisscholen, groep zeven en/of acht, zowel op regulier onderwijs als speciaal onderwijs. Deze gerichtheid op klassen komt terug in de hele opzet van het project, zoals in de grote van de groepen (acht tot twintig kinderen).

Dit maakt deze training in eerste instantie minder geschikt voor Betach. Echter is er in dit project veel ruimte voor aanpassingen, zoals de beschrijvers van dit project ook aangeven (Helvoort & Clarijs, 1999). Er is bijvoorbeeld ruimte voor een individuele benadering. Zoals beschreven in hoofdstuk drie geeft een deel van de deelnemers en ouders aan dat ze graag een individuele training willen. Tevens is er een mogelijkheid voor een langzamer tempo en meer herhaling. Dit zou voor de deelnemers van Betach geschikt zijn. Ouders benoemen dat dit belangrijk is ervoor te zorgen dat de informatie echt doordringt (Ouder 3.55, 2014). Dit is herkenbaar bij mensen met autisme, in hoofdstuk één werd al beschreven dat de ontwikkeling van mensen met autisme vaak langzamer gaat en er tijd en herhaling nodig zijn om te ontwikkelen (Delfos, 2006).

Tijdens dit project leren kinderen opkomen voor zichzelf, vertrouwen op eigen kracht en inventiviteit. Er wordt gewerkt aan een positief zelfbeeld, (onder)kennen van grenzen en deze respecteren en weerstand bieden aan groepsdruk. Dit zijn allemaal onderdelen waar de deelnemers van Betach ook tegen aan lopen. In hoofdstuk twee en drie staat beschreven dat ofwel de deelnemers zelf erkennen dat ze hieraan moeten werken ofwel door hun ouders.

Andere onderwerpen die binnen het Marietje Kesselsproject aan de orde komen zijn: vertrouwen op eigen gevoel en intuïtie en inleven in gevoelens van anderen.

Dit zijn onderdelen die minder geschikt zouden zijn voor de deelnemers van Betach. In hoofdstuk één staat beschreven dat dit door hun autisme juist de onderdelen waar zij veel moeite mee hebben en dat het hen ontbreekt aan Theory of Mind. Hoewel het wel mogelijk is om hier wat van bij te leren is dit juist voor mensen met autisme niet genoeg om weerbaar te zijn (Fritz, 2006). Een training moet meer gericht zijn regels en duidelijkheid en minder op gevoel, dit sluit niet goed aan bij het Marietje Kesselsproject.

In het project liggen een aantal didactische principes ten grondslag. Daarvan sluiten een aantal wel en een aantal minder aan bij de deelnemers van Betach.

Ervaringsgericht leren, herhalen, leren door doen en leren door variatie (in werkvorm, maar ook in verschillende situaties) passen wel goed bij de deelnemers van Betach. Ze geven zelf aan dat ze graag veel willen oefenen en dit past ook bij hun manier van leren.

Leren door vragen stellen, discussiëren, beschouwen en intuïtief leren passen minder goed bij de deelnemers. Dit heeft er voornamelijk mee te maken dat deze manier van leren minder goed past bij hun beperkingen. Taal is voor hen vaak een obstakel en door te praten wordt de stof niet makkelijker, maar juist moeilijker (Delfos, 2006).

Normaal gesproken wordt dit project gestuurd door onafhankelijke trainers. Dit wordt gedaan omdat onafhankelijke trainers soms gemakkelijker een signalerings- en vertrouwensfunctie kunnen vervullen (Helvoort & Clarijs, 1999). In het geval van Betach werd door ouders en de meeste deelnemers aangegeven dat ze graag zouden willen dat de begeleiders van Betach hun zouden trainen. Juist omdat de begeleiders van Betach erg vertrouwd zijn. In het geval van Betach zou deze training daarom beter niet door een externe trainer gegeven kunnen worden. Hiermee sluit dit project dus niet goed aan bij Betach.

De lessen en oefeningen van het Marietje Kesselsproject worden sekse specifiek aangeboden. Dit wordt gedaan omdat meisjes zich vrijer voelen als er geen jongens bij zijn en jongens opener durven praten en minder stoer gedrag laten zien als er geen meisjes bij zijn (Helvoort & Clarijs, 1999). Voor de deelnemers van Betach is dit een voordeel. De meisjes geven namelijk aan dat ze graag individuele training willen volgen, terwijl de jongens liever in groepsverband trainen. Bij Marietje Kessels kunnen aan beide wensen worden voldaan.

In het project zit een huiswerkschrift. Hierin staan regels van het project, huiswerkopdrachten en informatie over de afgelopen les. Dit schrift is van elk kind persoonlijk, de opdrachten worden hierin gemaakt, het schrift mag versierd worden en er wordt afgesproken dat het kind zelf bepaald wie er wel en niet in het schrift mogen lezen. Hiermee wordt gestimuleerd dat de kinderen ook buiten het project om met de leerstof bezig zijn (Helvoort & Clarijs, 1999).

Dit sluit goed aan bij de benodigdheden voor mensen met autisme en de wensen van ouders en deelnemers. Het is voor de deelnemers dat ze ook op andere plekken oefenen dan de trainingslocatie, omdat het voor hen moeilijk is om regels te generaliseren. Dit staat beschreven in hoofdstuk één en is ook benoemd door de ouders van de deelnemers. De meeste deelnemers hebben er geen probleem mee om thuis te oefenen, één deelnemer echter wel. Door deze deelnemer de mogelijkheid te geven zelf te bepalen wie er in het schriftje mogen lezen, wordt hem de mogelijkheid gegeven zelf te bepalen wat hij met wie bespreekt. De deelnemers gaven aan dat ze graag actieve opdrachten willen, de opdrachten die in het schriftje van het Marietje Kesselsproject staan, zijn echter vrij beperkt tot schriftelijke opdrachten en er staan weinig actieve opdrachten in. Dit sluit minder goed aan bij de deelnemers die graag actief bezig willen zijn om het leuk te houden. Het zou beter zijn als ze situaties ook thuis en op school kunnen oefenen in plaats van deze thuis alleen op te schrijven.

### Conclusie

Concluderend kan worden gezegd dat het Marietje Kesselsproject slechts voor een klein deel aansluit bij Betach en haar deelnemers. Het project vooral gericht op schoolklassen en dat is Betach natuurlijk niet. Er kunnen eventueel wel aanpassingen gedaan worden om dit passend te maken. De onderwerpen sluiten voor een groot deel aan bij de deelnemers van Betach, maar er ligt een grote nadruk op intuïtie en gevoel. Dit is niet erg geschikt voor de deelnemers van Betach. Daar komt nog bij dat dit project in principe door een externe trainer wordt gegeven en dit door ouders en deelnemers juist niet graag wordt gezien.

Het huiswerkschrift sluit als concept goed bij Betach aan, de schriftelijke opdrachten die erin staan sluiten echter minder goed aan. Wat wel aansluit is dat de training individueel aan de meisjes en in groepsverband aan de jongens gegeven zou kunnen worden, dit past goed bij de wensen van de deelnemers.

## Rots en Water

Rots en water is een psychofysieke training in eerste instantie voor jongens, maar wordt ook gebruikt voor meisjes. ‘Rots en water’ gaat uit van het volgende principe:

‘Bij elke vorm van communicatie kan een keuze worden gemaakt tussen een harde rotsopstelling en de soepele wateropstelling’ (Ykema, 2002).

Er wordt aan kinderen en jongeren geleerd zich onafhankelijk (rotsopstelling) op te stellen en eigen keuzes te maken, maar ook met anderen samen te werken, te spelen en te leven (wateropstelling) (Ykema, 2014).

Deze training heeft een fysieke invalshoek. Dit betekent dat de nadruk van het aanleren van vaardigheden vooral ligt op fysieke oefeningen, daarna wordt de stap gezet naar mentale en sociale vaardigheden.

Dit is erg passend bij de deelnemers van Betach, omdat zij ook graag een actieve training willen volgen. In hoofdstuk één is ook beschreven dat dit voor de deelnemers, die autisme hebben, een goede manier zou zijn. Mensen met autisme zijn minder talig ingesteld en daarom is praten voor hen minder helpend dan oefeningen doen.

Het ‘Rots en Water’ programma is opgebouwd als een huis, met drie bouwstenen en vijf verdiepingen (Ykema, 2002):

* Zelfbeheersing: het leren beheersen en richten van energie en eventuele agressie

Deze bouwsteen zal een groot deel van de deelnemers aanspreken, omdat zij graag willen leren om hun agressie te beheersen (zie hoofdstuk drie). Dit sluit goed aan bij hun wensen.

* Zelfreflectie: nadenken over eigen handelen en de gevolgen daarvan

Dit is voor de deelnemers heel moeilijk, het is voor mensen met autisme moeilijk om het gevolg van hun gedrag in te zien en te beseffen dat wat er gebeurd een reactie op hun gedrag kan zijn, dit is uitgebreider beschreven in hoofdstuk één.

* Zelfvertrouwen: weten wat je kan en wil

Begeleiders van Betach geven aan dat deelnemers snel negatief over zichzelf denken of situaties op een negatieve manier op zichzelf betrekken en dat het goed zou zijn als dit verbeterd (Betach 3, 2014).

De eerste van de vijf verdiepingen is veiligheid. Het is belangrijk dat iedereen zich veilig voelt, thuis, op school en in de maatschappij. Daarom worden in het ‘Rots en Water’-programma basisvaardigheden van zelfverdediging en communicatie geleerd (Ykema, 2002).

Dit is vooral voor de ouders van de deelnemers belangrijk, zij geven aan dat hun kinderen grenzen niet goed aangeven en daarmee bang te zijn voor de veiligheid van hun kinderen.

De tweede verdieping is assertiviteit: hoe om te gaan met moeilijke situaties. Hierbij gaat de aandacht naar lichaamshouding, verdedigen zonder zelfbeheersing te verliezen en een persoonlijk standpunt in durven nemen (Ykema, 2002).

In hoofdstuk twee staat beschreven dat deze onderdelen voor de deelnemers nog wel wat oefening kunnen gebruiken. Ze laten zich gemakkelijk onder druk zetten door anderen of door een groep. Het is in eerste instantie niet de hoofdvraag die ouders en deelnemers hebben, maar ze geven wel aan dat dit niet is zoals het zou moeten zijn.

De derde verdieping is die van de communicatie, waar aandacht wordt gegeven aan lichaamstaal, intuïtie en grenzen. In het geval van grenzen gaat het om het voelen, respecteren stellen en verdedigen van eigen grenzen en het aanvoelen en respecteren van grenzen van de ander (Ykema, 2002).

In dit verslag staat beschreven dat de ouders van de deelnemers, maar ook begeleiding aangeven dat de deelnemers vooral moeten leren om hun grenzen aan te geven. Dit sluit goed aan bij deze verdieping. Het aanvoelen van grenzen en de aandacht voor intuïtie passen minder goed bij de deelnemers. Vanwege de stoornis is het voor hun bijna niet haalbaar om situaties en interacties ‘aan te voelen’. Voor het herkennen van grenzen zijn meer gedragsregels nodig die hen helpen zich ‘normaal’ te gedragen(Bogdashina, 2006)**.**

Hierna volgen verdieping vier: ‘Het innerlijk kompas’ en verdieping vijf: ‘Verbondenheid en spiritualiteit’. Deze twee verdiepingen zijn echter een vervolgprogramma op het basisprogramma en alleen geschikt voor jongeren van vijftien jaar of ouder. Omdat de meeste deelnemers (emotioneel) nog geen vijftien zijn, wordt de vervolgcursus in dit onderzoek buiten beschouwing gelaten.

Naast de basistraining voor trainers is er ook een training die speciaal gericht is op het geven van de training aan mensen met autisme. Hierbij worden de trainers extra opgeleid voor het begeleiden van mensen met autisme. Omdat Betach geen volledige training wil en kan geven is deze opleiding echter niet voor hen van toepassing.

Het is wel zo dat één van de begeleiders van Betach in het verleden het ‘Rots en Water’-programma al heeft gegeven op haar vorige werk. Dit kan helpen om het programma, in aangepaste vorm makkelijker toe te passen binnen Betach.

In deze training is er weinig aandacht voor het toepassen van de geleerde vaardigheden buiten de training. De begeleider die ervaring heeft met het geven van deze training, gaf ook aan dat de nieuwe vaardigheden te weinig buiten de training werden toegepast.

### Conclusie

Het ‘Rots en Water’-programma sluit goed aan bij de deelnemers van Betach. Waarschijnlijk komt dat doordat deze training in eerste instantie vooral gericht is op jongens en mensen met autisme over het algemeen hersenen hebben die functioneren zoals de hersenen van een gemiddelde man (Delfos, 2006). Vooral de grote rol van fysieke training past goed bij de deelnemers van Betach. Onderwerpen als grenzen aangeven, agressie beheersen en veiligheid komen in de training terug en deze worden door ouders én deelnemers aangegeven als belangrijkste aandachtspunten.

Een belangrijk minpunt van deze training is wel dat er buiten de training om weinig aandacht is voor het toepassen van de geleerde vaardigheden.

## Conclusie

Nadat er vier methodieken zijn ondergezocht en beschreven, kan er geconcludeerd worden dat de training ‘Ho, tot hier en niet verder…!’ het beste bij de wensen van de deelnemers, ouders en Betach aansluit.

Zoals beschreven is dit een weerbaarheidstraining die, ondanks dat hij oorspronkelijk is opgesteld voor kinderen in de leeftijd van zeven tot twaalf jaar, ook gebruikt kan worden voor oudere kinderen of jongeren en daarmee dus aansluit bij de deelnemers van Betach.

In deze training worden de ouders actief betrokken door middel van ouderbijeenkomsten, wat een voorwaarde voor deze training is.

Dit is een voordeel ten opzichte van de overige drie methodieken die zijn onderzocht, waarbij de ouders in mindere mate betrokken worden bij het weerbaarder worden van hun kind.

Daarnaast bevat deze methodiek oefeningen die aansluiten bij de behoeften en mogelijkheden van de deelnemers, namelijk oefeningen die als belangrijkste invalshoek bewegen hebben en minder nadruk leggen op de sociale cognitie. Vanwege de beperkte Theory of Mind zijn de deelnemers namelijk minder goed in staat om zich in te leven. Daarom zullen ze meer leerrendement halen uit deze oefeningen en daardoor sneller weerbaarder worden.

Vanuit de overige methodieken zijn er ook belangrijke toevoegingen die bij Betach ingezet kunnen worden.

De Kombinatietraining leert sociale vaardigheden namelijk aan middels instructie, demonstratie, oefenen, nadoen en vervolgens daadwerkelijk uitoefenen in de praktijk. Dit kan een toevoeging zijn aan de methodiek die het best passend is, aangezien de deelnemers het beste leren door iets wat duidelijk is, wat zij zien en wat continue herhaald wordt.

Vanuit het Marietje Kesselsproject zou het huiswerkschrift goed aansluiten bij de deelnemers en Betach. Zo kunnen de deelnemers namelijk ook thuis en in andere situaties met het geleerde bezig zijn en het geleerde toepassen.

De methodiek ‘Rots en Water’ lijkt wat betreft onderwerpen en vorm van training ook veel op ‘Ho, tot hier en niet verder…!’ en heeft daarom geen extra toevoegingen.

Echter is er uiteindelijk gekozen voor de methodiek ‘Ho, tot hier en niet verder…!’ omdat zij meer gericht is op sociale weerbaarheid en ‘Rots en Water’ zich meer focust op fysieke weerbaarheid, oftewel zelfverdediging.

# Conclusie

Naar aanleiding van dit onderzoek zijn er een aantal belangrijke zaken aan het licht gekomen.

In hoofdstuk één is er middels literatuurstudie onderzocht wat autisme en weerbaarheid inhouden.

Als eerste is er gekeken naar autisme en weerbaarheid in het algemeen, vervolgens zijn deze twee begrippen met elkaar in verband gebracht.

Als eerst zijn de twee kenmerken van autisme, die betrekking hebben op weerbaarheid, beschreven. Er is een beperking in de sociale interactie, wat komt doordat mensen met autisme minder behoefte hebben aan sociaal contact, prikkels niet kunnen filteren, de samenhang in de hoeveelheid details niet zien en een verzwakte Theory of Mind hebben. Het tweede kenmerk is een beperking in de communicatie. Dit wordt veroorzaakt doordat met name de linkerhersenhelft minder goed ontwikkeld is, wat ervoor zorgt dat er beperkingen zijn in de verbale taal. Taal wordt vaak te letterlijk gebruikt of niet goed begrepen.

De gevolgen van deze beperkingen zijn dat mensen met autisme minder goed kunnen en willen deelnemen aan sociale interacties, zich niet kunnen inleven in anderen en de wereld voor hen erg onoverzichtelijk is.

Naast de kenmerken is er beschreven wat weerbaarheid inhoudt en hoe de ‘normale’ ontwikkeling van weerbaarheid verloopt. In deze scriptie is er onderzoek gedaan naar ‘sociale weerbaarheid’ en gebruik gemaakt van de volgende onderdelen die dit begrip definiëren: voor zichzelf op durven komen, zichzelf kunnen verdedigen, grenzen kunnen bewaken en aangeven, een eigen mening hebben en deze kunnen uiten en een passende reactie uit kunnen voeren in bedreigende situaties op sociaal gebied.

Verder is er door middel van de literatuurstudie duidelijk geworden dat de ontwikkeling van weerbaarheid bij mensen met autisme moeizamer verloopt dan bij mensen zonder autisme. Dit heeft er mee te maken dat kinderen met autisme minder exploratiedrang hebben, wat inhoudt dat zij minder behoefte hebben om de wereld te onderzoeken en ontdekken. Verder ontbreekt het de kinderen met autisme aan Joint Attention, wat betekent dat ze de aandacht niet kunnen delen met anderen. Dit samen zorgt ervoor dat ze minder leren van hun omgeving, daar minder inzicht in hebben wat maakt dat ze sociale situaties niet kunnen inschatten. Verder blijkt dat de kinderen met autisme weinig zelfvertrouwen hebben, omdat ze de wereld om hen heen dus niet begrijpen en omdat de mensen om hen heen met onbegrip op hen reageren.

Uit hoofdstuk één blijkt ook dat mensen met autisme wel weerbaarder kunnen worden, ook al lijkt dat door de beperkingen die zij hebben onmogelijk. Wanneer er tijd en moeite wordt genomen, hebben zij wel de mogelijkheid om sociale vaardigheden aan te leren.

Daarnaast is er de mogelijkheid om gedrag aan te leren wat sociaal wenselijk is. Hierdoor kunnen ze situaties die ze niet helemaal lijken te begrijpen toch sociaal wenselijk gedrag vertonen en op een correcte manier deze situaties aangaan.

Uit de literatuurstudie kwam tenslotte naar voren dat er aan een aantal voorwaarden moet worden voldaan, voordat de weerbaarheid zich bij mensen met autisme kan ontwikkelen.

Als eerste is er veiligheid nodig, wat bereikt kan worden door een voorspelbare omgeving. Deze voorspelbaarheid moet van buitenaf worden geboden, omdat zij dit zelf niet kunnen. Hiervoor is het nodig dat er niet te veel prikkels in de omgeving aanwezig zijn en dat zij een helder programma of schema hebben, waarop zij kunnen zien wat gaat komen.

Een tweede voorwaarde is dat er wordt aangesloten bij het communicatieniveau bij mensen met autisme. Er moet zo min mogelijk gebruik worden gemaakt van verbale taal. Als ondersteuning of in plaats van verbale taal kunnen picto’s ingezet worden. Daarnaast moet wijzen of wenken worden vermeden, omdat zij dit gewoonweg niet begrijpen.

Om nieuwe vaardigheden aan te leren is het nodig dat ze genoeg tijd krijgen om deze vaardigheden aan te leren. Daarnaast is het belangrijk dat de oefeningen waarmee deze vaardigheden worden aangeleerd, regelmatig worden herhaald om zo het gewenste effect te bereiken. Om ervoor te zorgen dat deze vaardigheden worden gegeneraliseerd, is het nodig om de oefeningen in verschillende situaties te herhalen.

Waar er in hoofdstuk één nog is gekeken naar de algemene kenmerken van autisme en weerbaarheid, werd in hoofdstuk twee meer ingezoomd op de deelnemers van Betach.

Middels interviews met de deelnemers, ouders en Betach is er duidelijkheid verkregen over de beperkingen en mogelijkheden van de deelnemers van Betach.

**Het valt op dat er twee manieren zijn waarop de deelnemers voor zichzelf opkomen. Dit betreft een passieve en agressieve manier, waarbij voornamelijk de mannelijke deelnemers agressief reageren. Daarnaast kan er nog onderscheid worden gemaakt tussen een reële bedreiging, waarbij over het algemeen alle deelnemers agressief reageren en een irreële bedreiging, waarbij zij passief reageren. Verder hebben de deelnemers in het algemeen moeite hebben om zichzelf verbaal te verdedigen, vooral wanneer er druk uit omgeving komt, zullen ze meegaan met degene die druk uitoefent. Dit heeft ermee te maken dat ze de risico’s en gevolgen van hun gedrag niet kunnen inzien. Ze willen dan ook wel hun grenzen aangeven, maar voelen deze niet aan en kunnen ze daardoor niet bewaken. Hoewel ze hun grenzen zelf niet goed aanvoelen, uiten ze deze wel door incongruent gedrag. Het is gebleken dat het uiten van hun mening bij sommige deelnemers op een ongecontroleerde manier gaat en zij daardoor alles zeggen wat ze denken. Andere deelnemers zijn meer introvert en zullen hun mening alleen geven wanneer hier specifiek naar gevraagd wordt. In alle gevallen zijn de deelnemers eerlijk.**

**Tot slot is het karakter en de sekse bepalend voor de mate waarin en de manier waarop de deelnemers sociaal weerbaar zijn.**

In het daaropvolgende hoofdstuk is er tevens middels interviews specifiek gekeken naar de wensen van deelnemers, ouders en begeleiding van Betach met betrekking tot een eventuele weerbaarheidstraining.

Het is duidelijk geworden dat er vooral bij de deelnemers en de ouders veel behoefte is aan een weerbaarheidstraining. Betach geeft ook aan dit belangrijk te vinden, maar benoemt ook dat een volledige training niet bij Betach gegeven kan worden. Wel kan er gewerkt worden aan weerbaarheid door middel van activiteiten. Ouders geven als hoofddoel ‘grenzen aangeven’ aan en de deelnemers willen graag minder agressief handelen. Zowel ouders als de meeste deelnemers geven aan dat ze graag zouden willen dat de training bij Betach gegeven zou worden, dit in tegenstelling tot Betach die aangegeven heeft geen geschikte plek hiervoor te zijn.

De training zou wel enige tijd moeten duren om tot de deelnemers door te dringen en oude patronen te veranderen. Nieuwe patronen zouden door veel herhaling en stappenplannen ingesleten moeten worden. Daarnaast willen de deelnemers graag dat de training actief is. Het is belangrijk dat het gezin betrokken wordt bij de training om de training thuis door te kunnen zetten en tot een beter resultaat te komen.

Zoals gezegd heeft Betach aangegeven geen training te kunnen geven, omdat zij een laagdrempelige zorgaanbieder zijn waarbij vooral ontspanning en rust centraal staan en een training hier niet bij aansluit. Ze zijn echter wel in staat en bereidt om de weerbaarheid van de deelnemers te vergroten door middel van activiteiten.

Omdat er een grote behoefte aan een vorm van training bleek te zijn is er voor gekozen om toch te onderzoeken welke training bij de wensen van de deelnemers, ouders en Betach aan sluit. Hierbij is tevens gekeken welke training eventueel omgevormd zou kunnen worden naar losstaande activiteiten of een minder formele vorm van trainen, zodat dit bij het zorgaanbod van de instelling past.

Naar aanleiding van de bevonden resultaten kan er worden gezegd dat de volgende training het beste bij Betach aansluit:

***‘Ho, tot hier en niet verder…!’***

Zoals in hoofdstuk vier is beschreven is dit een weerbaarheidstraining die, ondanks dat hij oorspronkelijk is opgesteld voor kinderen in de leeftijd van zeven tot twaalf jaar, ook toegepast kan worden voor oudere kinderen of jongeren en daarmee dus aansluit op de deelnemers van Betach.

In deze training worden de ouders actief betrokken door middel van ouderbijeenkomsten, dit is een voorwaarde voor de training. In hoofdstuk één staat beschreven dat het voor mensen met autisme en dus voor de deelnemers moeilijk is om nieuwe vaardigheden te generaliseren. Als ze de vaardigheden bij Betach leren, is het niet vanzelfsprekend dat ze dit thuis ook laten zien. Daarvoor zal ook thuis geoefend moeten worden. Ouders geven aan dat ze graag veel contact hebben met Betach, omdat dit hen helpt om hun kinderen beter te begeleiden, zowel in het weerbaar worden als in andere zaken. Voor Betach betekent dit wel dat hier waarschijnlijk een andere invulling aan gegeven zal worden. Ze zouden de onderwerpen van de ouderbijeenkomsten kunnen bespreken in de oudergesprekken die ze nu al regelmatig met ouders voeren.

Een ander voordeel van deze training is dat het een actieve training is met veel activiteiten. De deelnemers gaven zelf aan dat ze graag een training zouden willen volgen waarbij ze veel mogen doen, omdat het anders te saai wordt. Tevens geven ouders en een aantal deelnemers, aan dat het helpt als er rollenspellen worden gedaan. Hierdoor kunnen ze situaties oefenen, wat hen helpt de situaties voor te stellen en hen stimuleert om in contact te komen met andere deelnemers.

Deze training gaat uit van een normaal ontwikkelde Theory of Mind en vraagt dus om een bepaald inlevingsvermogen. Omdat dit bij de deelnemers minder goed ontwikkeld is, zal dit voor hen heel lastig zijn en is het maar de vraag of ze hier wel mee uit de voeten kunnen. In veel gevallen hebben de deelnemers het nodig dat ze gedragsregels krijgen hoe ze zich moeten gedragen of regels die hen helpen te begrijpen wat andere mensen bedoelen. Daardoor kunnen ze zich ‘normaal’ gedragen in situaties die voor hen onduidelijk zijn.

Wanneer deze training bij Betach gegeven zou worden, moet hier dus extra goed op gelet worden en eventueel de opdrachten daarop aanpassen. Hierbij kunnen oefeningen, die een beroep doen op Theory of Mind, weggelaten worden. In plaats hiervan kunnen de oefeningen met veel beweging, vaker worden herhaald. Er wordt op deze manier minder een appèl gedaan op de sociale cognitie en de Theory of Mind.

Vanuit de overige methodieken zijn er enkele belangrijke toevoegingen die bij Betach ingezet kunnen worden.

De Kombinatietraining leert sociale vaardigheden namelijk aan middels instructie, demonstratie, oefenen, nadoen en vervolgens daadwerkelijk uitoefenen in de praktijk. Dit kan een toevoeging zijn.

Vanuit de methodiek ‘Marietje Kesselsproject’ zou het huiswerkschrift goed aansluiten bij de deelnemers en Betach. Zo kunnen de deelnemers namelijk ook thuis en in andere situaties met het geleerde bezig zijn en het geleerde toepassen.

Hiermee is er door middel van deelvragen een antwoord gevonden op de hoofdvraag. In het volgende hoofdstuk is dit antwoord verwerkt in de vorm van aanbevelingen.

# Aanbevelingen

In de vorige hoofdstukken, waarin de resultaten van het onderzoek uitgewerkt zijn, is beschreven dat deelnemers en ouders graag zouden willen dat de deelnemers weerbaarder worden. In de conclusie is te lezen dat zowel ouders als deelnemers er de voorkeur aan geven om dit bij Betach te leren, omdat dit voor alle partijen een vertrouwde omgeving en veilige omgeving is.

Daarom is er tot de volgende aanbevelingen voor Betach gekomen:

1. **Betach wordt aanbevolen om meer aandacht te besteden aan weerbaarheid**

Betach is voor de deelnemers en voor ouders een veilige en vertrouwde plek, daarom zijn zij bij uitstek een geschikte leeromgeving waar weerbaarheid gestimuleerd kan worden. Gedurende dit onderzoek is gebleken dat de deelnemers wel weerbaarder kunnen worden, maar dat hiervoor wel de juiste voorwaarden gecreëerd moeten worden. Een veilige omgeving is één van deze voorwaarden (Degrieck, 2004).

Daarnaast is Betach een bekende plek voor zowel ouders als deelnemers. Hiermee wordt bedoeld dat de begeleiders van Betach bekend zijn met de problematiek, achtergrond en persoonlijkheid van de deelnemers. Dit betekent dat Betach hierbij kan aansluiten en dat er niet (opnieuw) een periode van kennismaking en vertrouwen aan de ontwikkeling vooraf hoeft te gaan (Ouder 1.50/1.51, 2014) (Ouder 3.54, 2014).

Daarom wordt er van harte aanbevolen aandacht te besteden aan de ontwikkeling van de weerbaarheid van de deelnemers door begeleiding van Betach.

1. **Betach wordt aanbevolen activiteiten te organiseren met betrekking tot weerbaarheid**

In dit onderzoek is gebleken dat een training ten behoeve van de weerbaarheid niet passend is bij de zorg die Betach biedt. Betach is een laagdrempelige zorgaanbieder waarbij vooral ontspanning en rust centraal staan en een training daar niet bij aansluit (Betach 3, 2014).

Zij geven echter wel aan dat zij kunnen bijdragen aan de weerbaarheid door middel van activiteiten. Deze activiteiten kunnen individueel of in groepsverband worden vormgegeven, afhankelijk van de activiteiten en behoeften van de deelnemers.

Het is niet de bedoeling dat de activiteiten buiten het reguliere aanbod van zorg vallen, maar juist binnen het normale dagprogramma worden ingepast (Betach 3, 2014).

1. **Er wordt aanbevolen om dergelijke activiteiten een actief karakter te geven**

Zowel de deelnemers als de ouders geven aan dat het belangrijk dat de activiteiten in een actieve vorm worden aangeboden (Ouder 3.51, 2014) (Deelnemer 1.51, 2014). Aan de ene kant maakt dit de oefeningen voor de deelnemers leuker en zullen ze meer gemotiveerd zijn om mee te doen. Dit sluit ook goed aan bij het ontspannen en laagdrempelige karakter van Betach. Aan de andere kant is het zo dat de deelnemers door middel van fysieke activiteiten de nieuwe vaardigheden beter oppakken (Kool, 2000). Door hun autisme hebben ze namelijk een slecht voorstellingsvermogen, waardoor ze juist behoefte hebben aan het zien en ervaren van de situaties waarin weerbaarheid noodzakelijk is. Rollenspellen zijn een goed voorbeeld van fysieke activiteiten (Delfos, 2006).

Om de motivatie te bevorderen en het gewenste resultaat te bereiken wordt daarom aanbevolen om de activiteiten die worden georganiseerd een actief karakter te geven.

1. **Er wordt aanbevolen om te zorgen voor een constante afstemming tussen Betach en ouders**

De literatuur wijst uit dat het noodzakelijk is dat er in verschillende situaties op dezelfde manier wordt omgegaan met de deelnemers en eventuele gedragsregels op dezelfde manier worden gehanteerd (Roeyers, 1996). Dit helpt de deelnemers om de wereld om hen heen te begrijpen en in, voor hen minder begrijpelijke situaties, toch het gewenste gedrag te vertonen.

Daarom is het nodig dat ouders weet hebben van de nieuwe regels en vaardigheden die bij Betach worden aangeleerd, zodat ze deze op dezelfde manier kunnen doorzetten in de thuissituatie. Hierbij is het van belang dat de nieuwe regels eenduidig worden doorgegeven om misverstanden tussen ouders en deelnemers te voorkomen (Deelnemer 2.75, 2014).

In de interviews met ouders en met Betach is gebleken dat deze afstemming op dit moment al voldoende plaatsvindt (Ouder 2.50, 2014).

Met deze aanbeveling wordt vooral gestimuleerd dat Betach en ouders met elkaar blijven communiceren en afstemmen, zoals dat nu al gebeurd.

1. **Er wordt aanbevolen vervolgonderzoek naar de methodiek ‘Ho, tot hier en niet verder…!’ te (laten) doen**

Zoals in de conclusie beschreven, is de methode ‘Ho, tot hier en niet verder… !’ het meest passend bij de wensen van de deelnemers, ouders en Betach. Deze methodiek heeft alle ingrediënten om Betach ermee aan de slag te laten gaan. Echter is deze methodiek nog niet werkbaar, omdat het een trainingsvorm is die Betach niet kan aanbieden (Betach 3, 2014). Hiervoor zijn verschillende aanpassingen nodig, die niet meer binnen dit onderzoek passen vanwege tijdgebrek.

Daarom wordt aanbevolen een vervolgonderzoek te laten doen, om deze training passend te maken aan het zorgaanbod van Betach. Het is nodig te onderzoeken hoe de oefeningen in het dagprogramma van Betach passen, welke oefeningen wel en niet passend zijn, hoe de constante afstemming met ouders bewerkstelligd kan worden en wat er verder nodig is om deze methodiek te kunnen implementeren bij Betach.

1. **Overige aanbevelingen**

Hieronder worden een aantal aandachtspunten beschreven die Betach kunnen helpen om de deelnemers te stimuleren tot weerbaarheid.

* Voor de deelnemers is het belangrijk dat de geleerde vaardigheden veel herhaald worden en dat dit lang wordt volgehouden. Dit zodat het meest gewenste resultaat wordt bereikt (Delfos, 2006). Ouders geven aan dat dit minimaal drie maanden zou moeten duren. De hoeveelheid herhaling en tijd die nodig is, moet uiteraard aangepast worden aan de individuele behoeften van de deelnemers.
* Door een minder ontwikkelde Theory of Mind van de deelnemers is het voor hen niet of in mindere mate mogelijk om situaties in te schatten. Om hen in dergelijke situaties toch handvatten te bieden hebben zij concrete gedragsregels nodig (Bogdashina, 2006). Hiervoor is het nodig dat hen stapsgewijs wordt aangeleerd hoe te handelen in deze situaties. Op deze manier kunnen zij weerbaar gedrag laten zien.
* Om de aanbevolen activiteiten op een actieve en laagdrempelige manier vorm te geven kan er worden gekozen voor het aanschaffen van spellen die gericht zijn op het vergroten van weerbaarheid. Een voorbeeld hiervan is beschreven in hoofdstuk vier, in de paragraaf die de Kombinatietraining nader uitlegt (Bruggen, 1999).
* Tevens wordt in hoofdstuk vier, de paragraaf die gaat over het Marietje Kesselsproject, het werken met het hulpmiddel huiswerkschrift genoemd (Helvoort & Clarijs, 1999). Dit kan voor Betach een goed hulpmiddel zijn om de activiteiten thuis door te zetten en de constante afstemming met ouders te bewerkstelligen.
* Tot slot moet natuurlijk de basisveiligheid goed zijn, hiervoor is structuur en voorspelbaarheid nodig zonder dat dit star wordt. Daarnaast moet er goed aangesloten worden bij het niveau van de deelnemers. Dit kan gedaan worden door het minimaliseren van gesproken taal.

# Discussie

Hieronder wordt beschreven wat de betekenis is van de resultaten van dit onderzoek. Eerst wordt kort herhaald wat er onderzocht is en wat de resultaten en conclusies hiervan zijn. Daarna wordt beschreven wat de beperkingen van het onderzoek zijn. Ten slotte worden de beperkingen van de methoden die hiervoor gebruikt zijn, beschreven.

In dit onderzoek is antwoord gezocht op de volgende vraag:

‘Welke bestaande methodiek, die betrekking heeft op het weerbaarder maken van de deelnemers met een stoornis in het autistisch spectrum in de leeftijd van tien tot achttien jaar die dagbesteding bij Betach ontvangen, sluit het best aan bij de wensen van de deelnemers, hun ouders en Betach?’

Het vinden en krijgen van een antwoord op de hoofdvraag is gedaan door middel van literatuurstudie, waarin gezocht is naar wat de kenmerken en oorzaken van autisme zijn, hoe de normale ontwikkeling van weerbaarheid verloopt en hoe de weerbaarheid zich tot autisme tot verhoudt. Naast literatuurstudie zijn er interviews afgenomen met deelnemers, ouders en Betach waarin gevraagd is naar beperkingen en mogelijkheden op het gebied van weerbaarheid en wat de wensen zijn met betrekking tot een eventuele weerbaarheidstraining.

Hieruit is gebleken dat de behoefte onder deelnemers en ouders naar een weerbaarheidstraining groot is. Na het onderzoeken van vier methodieken, leek de methodiek ‘Ho, tot hier en niet verder…!’ het meest passend bij Betach. Echter is bij Betach de mogelijkheid niet om een training aan te bieden, vanwege de laagdrempeligheid van de zorg die zij bieden.

Echter is Betach wel in staat en bereid om bij te dragen aan de ontwikkeling van de weerbaarheid van de deelnemers. Deze bijdrage kunnen zij leveren in de vorm van activiteiten met een actief karakter.

Uit de resultaten kwam naar voren dat binnen Betach meer aandacht besteedt moet worden aan weerbaarheid en daarvoor activiteiten moeten georganiseerd worden met betrekking tot weerbaarheid van de deelnemers. Daarbij is het van belang dat Betach een constante afstemming zoekt met ouders, zodat de deelnemers de nieuwe vaardigheden thuis kunnen doorzetten en in overige situaties ook kunnen toepassen. De methodiek die het meest aansluit bij Betach is dan ook een hulpmiddel voor hen om met de weerbaarheid van de deelnemers aan de slag te gaan. Echter zal deze methodiek aangepast moeten worden, om te passen binnen het zorgaanbod van Betach. Daarom wordt er aanbevolen om vervolgonderzoek te laten doen naar het aanpassen van de methodiek ‘Ho, tot hier en niet verder…!’, zodat deze in de dagelijkse praktijk ingezet kan worden.

Doordat dit onderzoek in een bepaalde periode moest worden afgerond, is ervoor gekozen om de meest passende methodiek niet aan te passen tot een methodiek die ingezet kan worden bij Betach, maar slechts de aanbeveling te doen tot een vervolgonderzoek hiernaar. Dit betekent dat er geen grijpbaar product is voortgekomen uit het onderzoek. Hierdoor is dit onderzoek in eerste instantie minder waardevol voor Betach.

Dit maakt het onderzoek echter niet overbodig, aangezien het onderzoek heeft uitgewezen dat deelnemers en ouders behoefte hebben aan het weerbaarder worden van deelnemers. Zonder dit onderzoek was dit niet bekend geweest bij Betach en hadden zij hun programma hier niet op aan kunnen passen. Dit onderzoek is daarom noodzakelijk voor vervolgonderzoek.

In dit onderzoek is geen onderscheid gemaakt tussen sekse, leeftijd en vorm van autisme. Hiervoor is gekozen vanwege de kleinschaligheid van de instelling, er is binnen de instelling veel variatie van bovenstaande kenmerken bij de deelnemers. Als hierin onderscheid gemaakt zou worden, zou de groep met respondenten te klein worden.

Dit maakt dat het onderzoek minder specifiek is waardoor er minder concrete conclusies getrokken konden worden. Ondanks de minder concrete conclusies konden er toch toepasbare aanbevelingen worden gedaan richting Betach. Doordat deze aanbevelingen minder specifiek zijn blijft er bovendien voor de instelling ruimte om ze aan te passen op de individuele behoeften van de deelnemers.

Zoals in de methode beschreven, wilden niet alle deelnemers en ouders meewerken aan dit onderzoek. Doordat niet bekend is waarom zij niet wilden meewerken, bestaat de kans bestaat dat alleen de deelnemers en ouders die wel mee hebben gewerkt behoefte hadden aan meer weerbaarheid. Dit maakt dat het onderzoek minder betrouwbaar is, omdat alleen degenen hebben gesproken voor wie weerbaarheid een belangrijk onderwerp is. Op basis van hun mening zijn de conclusies getrokken en aanbevelingen geschreven. Wanneer de andere deelnemers en ouders hadden meegewerkt aan het onderzoek waren er mogelijk andere resultaten uit het onderzoek gekomen.

Echter bleek uit de interviews met de begeleiders van Betach dat het onderwerp weerbaarheid bij vrijwel alle deelnemers aandacht behoeft.

Tijdens het afnemen van interviews zijn twee belangrijke beperkingen naar voren gekomen, die hieronder worden beschreven.

Als eerste werd er in sommige gevallen niet goed doorgevraagd. Dit was zeker bij de interviews die eerder in het proces werden afgenomen het geval. Er werd genoegen genomen met het eerste antwoord wat werd gegeven, ook als dit weinig concrete en doelgerichte informatie opleverde. Dit betekent dat een deel van de informatie niet bruikbaar is geweest voor het beantwoorden van de deelvragen. In de loop van het onderzoek werd er meer inzicht verkregen in dat wat er nodig was voor het beantwoorden van de deelvragen. Hier is tijdens het afnemen van interviews extra rekening mee gehouden en de focus opgelegd, waardoor uiteindelijk toch voldoende informatie verzameld is om een antwoord te krijgen op de hoofdvraag.

Als tweede is tijdens de interviews opgevallen dat de deelnemers in mindere mate in staat zijn om hun eigen gedrag, mogelijkheden en beperkingen te analyseren en te verwoorden. Hierbij valt vooral op dat ze hun beperkingen niet lijken in te zien en de neiging hebben hun eigen gedrag goed te praten. Middels doorvragen kon er toch een juist en meer realistisch beeld naar voren worden gebracht.

Voordat het onderzoek plaatsvond, zijn er verschillende doelen gesteld. Deze doelen zijn beschreven in de inleiding en kunnen op dit moment nog niet worden geëvalueerd. Dit omdat het resultaat van de doelen slechts op langere termijn zichtbaar zijn.

Literatuurlijst

Aarons, M., & Gittens, T. (2000). *Werkboek sociale vaardigheden.* Culemborg: Centraal Boekhuis.

American Psychiatric Association. (1994). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (4e ed.). Arlington: American Psychiatric Publishing .

American Psychiatric Association. (2014). *DSM-5.* Amsterdam: Uitgeverij Boom.

Attekum, M. v. (1998). *Aan den lijve - lichaamsgerichte psychotherapie volgens Pesso.* Lisse: Swets & Zeitlinger.

Baarda, D., Goede, M. d., & Hulst, M. v. (2012). *Basisboek interviewen* (3e ed.). Houten: Noordhoff uitgevers.

Baron-Cohen, S., & van der Horst, M. (2009). *Autisme en Asperger-syndroom.* Amsterdam: Uitgeverij Nieuwezijds.

Benig, T. (2012). *Kwaliteit in opvoeden & opgroeien.* SO&T. Geraadpleegd op 12 maart 2014, van

http://www.kwaliteitinopvoeden.nl/websites/implementatie/mediadepot/1107e2f03

18.pdf.

Berckelaer-Onnes, I. v. (2008). Autisme: van beeldvorming naar evidence-based (be)handelen: een proces in ontwikkeling. *Wetenschappelijk Tijdschrift Autisme*.

Bogdashina, O. (2006). *Communicatiekwesties bij Autisme en Syndroom van Asperger.* Garant: Apeldoorn.

Bouma, A., & König, C. (2002). *Diagnostiek vanuit een ontwikkelingsneuropsychologische benadering.* Utrecht: De Tijdstroom.

Bouwens, M., Meer, K. v., & Neijenhof, J. v. (2001). *Elementaire sociale vaardigheden .* Houten: Bohn Stafleu van Loghum.

Bruggen, E. v. (1999). *De Kombinatietraining.* Leuven: Uitgeverij Acco.

Bruin, C. d. (2009). *Geef me de vijf.* Doetichem: Graviant Educatieve.

Degrieck, S. (2004). Een goed verstaander... *Wetenschappelijk Tijdschrift Autisme*.

Delfos. (2006). *Een vreemde wereld* (6e ed.). Amsterdam: SWP.

Delfos. (2011, Mei). Jongens en meisjes. *Mensenkinderen*. Geraadpleegd op 3 april 2014, van http://www.jenaplan.nl/cms/upload/pdf/MK127\_26-5-11.pdf.

Delfos, M., & Gottmer, M. (2006). *Leven met autisme.* Houten: Bohn Stafleu van Loghum.

Didden, R., & Huskens, B. (2008). *Begeleiding van kinderen en jongeren met autisme.* Houten: Bohn Stafleu van Loghum.

Frith, U. (2009). *Autisme: een korte inleiding.* Amsterdam: Uitgeverij Nieuwezijds.

Fritz, V. (2006). De leerbaarheid van een Theory of Mind. *Wetenschappelijk Tijdschrift Autisme*, 16-24.

Fritz, V. (2006). De leerbaarheid van een theory of mind (ToM). *Wetenschappelijk Tijdschrift Autisme*.

Gaag, V. d., & Berckelaer-Onnes, V. (2000). Protocol autisme en aan autisme verwante contactstoornissen. *Protocollen in de jeugdzorg*. Lisse: Swets & Zeitlinger.

Geelhoed, A., & T. Cappon. (2003). *Kinderen en eigenwijsheid, Weerbaarheid van binnenuit.* Utrecht: Kosmos Uitgevers.

GGD. (2012). *Hoe kan uw kind weerbaarder worden?* Geraadpleegd op 17 april 2014, van http://koninginjuliana.nl

Glassman, W., & Hadad, M. (2004). *Approaches to Psychology.* Engeland: Berkshire.

Goenee, M., Walle, R. v., & Berlo, W. (2012, Augustus). *Interventies voor preventie, signalering en behandeling van seksueel geweld bij mensen met een beperking: inventarisatie van aanbod en kwaliteit.* Opgehaald van www.movisie.nl.

Grandin, T. (2006). *Thinking in pictures,: My Life with Autism.* New York: Random house.

Helvoort, K. v., & Clarijs, Y. (1999). *Handboek Marietje Kesslesproject, weerbaarheidsvergroting bij kinderen van 10 tot 13.* Utrecht: NIWZ.

Heuvel, M. v. (2013). *Autisme is zichtbaar in kleuterhersenen.* Utrecht: UMC Utrecht; Universiteit Utrecht.

Hoopen, L. t., & Pieter, N. d. (2010). De genetische oorzaken van autisme: een overzicht. *Wetenschappelijk Tijdschrift Autisme*.

Klamer, S. (2013, december). *Weerbaarheidstrainingen*. Factsheet SPH. Ede: Christelijke Hogeschool Ede.

Kohnstamm Instituut, Nederlands Jeugdinstituut. (2010). *Wat hebben kinderen nodig?*

Kohnstamm, R. (2009). *Kleine ontwikkelingspsychologie.* Houten: Bohn Stafleu van Loghum.

Kooij, S. (2009). *Handboek persoonlijkheidspathalogie.* Houten: Bohn Stafleu van Loghum.

Kroon, T. (2013, november). Persoonlijke mededeling. Wekerom: zorgboerderij Betach

Meintser, M. L. (2005). *Weerbaar ondanks beperking.* Movisie. Geraadpleegd op 18 maart 2014,

van:

http://www.movisie.nl/sites/default/files/alfresco\_files/Weerbaar%20ondanks%20beerking%20[MOV-180859-0.3].pdf.

Mutsaers, K. v. (2012, september). *Autisme*. Geraadpleegd op 11 maart 2014, van: http://www.autisme.nl/over-autisme/wat-is-autisme-(spectrum-stoornis).aspx).

Nederlands Jeugdinstituut. (2012). *Risicofactoren bij pesten.* Geraadpleegd op 24 maart 2014, van: http://www.nji.nl/nl/Risicofactoren\_Pesten.pdf.

Nederlandse Vereniging over Autisme. (2012). *Wat moet een gemeente weten over autisme?*

NJI. (2014, januari). *C201: Socialevaardigheidsproblemen*. Geraadpleegd op 26 maart 2014, van www.nji.nl.

Noorden, v. D. (2011, Juli). Leven volgens vaste patronen. Autisme in de maatschappij. Geraadpleegd op 12 februari 2014, van: http://www.gezondheidenco.nl/leven-volgens-vaste-patronen-autisme-maatschappij/.

Olweus, D. (1993). *Bullying at school: what we know and what we can do.* Cambridge: John Wiley and Sons Ltd.

Pek, A. ( 2012). ’Van stoornis naar karaktertrek’. *Psychologie magazine*.

Ploeg, L. (2008). *Nee, stop daarmee!!* Afstudeeropdracht Human Movement en Sports, Zwolle: Hogeschool Windesheim.

Roeyers, H. (1996). *The influence of nonhandicapped peers on the social interactions of children with a pervasive developmental disorder.* Gent: Springers.

Rooijen, K. v. (2013). *Risicofactoren bij pesten.* Geraadpleegd op 7 februari 2014, van: http://www.nji.nl/nl/Risicofactoren\_Pesten.pdf.

Serra, M., Althaus, M., & Sonneville, L. d. (2014). Gezichtsherkenning bij kinderen met PDD-NOS. *Wetenschappelijk Tijdschrift Autisme*, 52-65.

Teunisse, J.P. (2009). *Weerbaar bij veranderingen: naar een levensloopbenadering voor mensen met een autismespectrumstoornis.* Arnhem: Han University Press.

Tichelaar, R. (2011). *Weerbaar met hoofd, hart en handen.* Utrecht: Uitgeverij Ankh Hermes.

Universiteit Utrecht. (2012). *Nieuw zicht op communicatieproblemen bij autisme en verstandelijke beperking.*

Volkmar, F., & Sparrow, S. (2000). *Asperger Syndrome.* New York: Guilford Press.

Vuchelen, M. v. (1997). *Het psychomotorisch onderzoek aangepast aan jonge kinderen met een pervasieve ontwikkelingsstoornis.* Leuven: Uitgeverij Acco.

Ykema, F. (2002). *Het 'Rots en Water'- perspectief, basisboek.* Amsterdam: Uitgeverij SWP.

Ykema, F. (2014). *Rots en Water brochure.* Geraadpleegd op 24 maart 2014, van Rots en Water: http://rotsenwater.nl/download/brochures/NL/R&W%20Brochure%202014.pdf

Zeevalking, M. (2000). *Autisme: hoe te verstaan, hoe te begeleiden?* Houten: Bohn Stafleu van Loghum.

Zwiep, C. (2005). *De ontwikkeling van het jonge kind.* Eindhoven: STIPT.