

## Informatiebrief lotgenotengroep voor meiden met autisme

### Doelgroep van de training

- ✓ De groep is bedoeld voor meiden in de leeftijd van ongeveer 13 tot en met 17 jaar waar autisme bij vastgesteld is. Van belang is dat deze meiden al enige psycho-educatie autisme hebben ontvangen, zodat er inzicht is in de problematiek.

### Doelen van de groep

- ✓ Het doel van de groep is om meiden met autisme met elkaar in contact te brengen zodat ze herkenning bij elkaar kunnen vinden en ervaringen kunnen uitwisselen.

### Voorbeelden van onderwerpen die tijdens de training aan bod kunnen komen (de meiden bepalen de onderwerpen zelf)

- ✓ School
- ✓ Overprikkeling en reguleren emoties
- ✓ Sociale contacten / vriendschappen
- ✓ Uiterlijk / stijl
- ✓ Boeken / social media tips
- ✓ Ouders
- ✓ Vriendschappen
- ✓ Bijbaantje
- ✓ Seksuele geaardheid, autisme vs. seksualiteit

### Frequentie behandelgroep

Er zijn in totaal 5 bijeenkomsten van anderhalf uur (15.30-17.00) die wekelijks of om de week gepland worden (de precieze data worden op tijd gecommuniceerd).

### Reacties van meiden die de groep gevolgd hebben

Dat ik mij aan deze meiden kan 'relaten', omdat zij begrijpen waarom ik dingen doe of herkennen bij zichzelf. Fijn om te weten dat deze meiden tegen dezelfde dingen aanlopen als ik, zodat we elkaar advies kunnen geven. Het was echt heel fijn.

Het was leuk, fijn om meiden te ontmoeten die elkaar begrijpen.

Fijn, omdat je met meiden kan praten die je begrijpen door eigen ervaring. Dan voelt het meer als uitwisselen dan uitleggen (hoe het meestal met mensen zonder autisme voelt).

### Interesse?

Meld jezelf aan via je behandelaar. Mocht je nog vragen hebben over de groep of de inhoud ervan dan mag je mailen naar: [m.dewit@mentaalbeter.nl](mailto:m.dewit@mentaalbeter.nl)