



## Informatie voor jongeren en hun ouder(s)

Altrecht Autisme, Jeugd

# Psycho-educatie

voor kinderen en jongeren van 8 – 18 jaar

Het is waarschijnlijk duidelijk geworden dat er bij jou sprake is van autisme. Dan zit je waarschijnlijk met veel vragen. Wat is autisme? Wat betekent dat voor de rest van mijn leven? Je kunt daarom een cursus Psycho-educatie volgen waarin meer uitgelegd wordt over autisme.

### Wat is Psycho-educatie?

Psycho-educatie betekent voorlichting over autisme en wat dat voor jou betekent. En je krijgt advies hoe je om kunt leren gaan met de beperkingen en moeilijkheden die je door autisme kunt hebben in het dagelijkse leven.

Psycho-educatie kun je alleen volgen. Soms is het ook handig om dit in een tweetal of een groepje te doen. We maken hierbij gebruik van de methoden 'Ik ben speciaal' of 'Mijn plakboek'. Beide methoden zijn speciaal voor kinderen en jongeren met een vorm van autisme. Het helpt om meer te weten te komen over je talenten, maar ook over de problemen die je hebt.

### Cursus 'Ik ben Speciaal' en 'Het grote Ik-boek'

De cursus 'Ik ben speciaal' (12-18 jaar), of voor de jongere kinderen 'Het grote Ik-boek' (8 -12 jaar) is ontwikkeld als middel om meer kennis, inzicht en vaardigheden te krijgen over je leven. Het gaat erom jezelf te leren kennen, als een 'uniek' persoon. Je krijgt een werkmap, waar je tijdens iedere bijeenkomst in werkt.

### Cursus 'Mijn plakboek'

De cursus 'Mijn plakboek' is bedoeld voor kinderen met autisme in de leeftijd van 10 -14 jaar. Het helpt je om jezelf aan anderen te laten een eigen bijdrage gevraagd. U krijgt hierover

zien en om jouw sterke kanten te ontdekken en niet alleen de 'lastige' kanten van jezelf. Met 'Mijn Plakboek' kun je laten zien wat je fijn vindt van andere mensen en ruimtes in je omgeving. En wat je thuis, op school en ergens anders zou willen leren. Door na te denken over deze dingen, kom je meer over jezelf te weten en het motiveert je om ergens aan te gaan werken. Je krijgt een werkmap, waar je tijdens iedere bijeenkomst in werkt.

### Informatie voor ouders

Beide cursussen zorgen ervoor dat uw kind de diagnose beter begrijpt en herkent. Ook biedt de cursus handvatten om te praten over:

- Hoe is het om autisme te hebben in het dagelijks leven op school, thuis en met vrienden?
- Hoe leer je omgaan met het hebben van autisme?

Uw kind krijgt een werkmap, die hij of zij ook mee naar huis mag nemen. Iedere bijeenkomst wordt hierin gewerkt. De bijeenkomsten zijn wekelijks. Het tijdstip is in overleg met de behandelaar. In totaal duurt de cursus ongeveer 10 weken. Voor het volgen van deze cursus is het belangrijk dat uw kind taal goed begrijpt en zich goed kan uiten. Het intelligentieniveau (IQ) moet dan ook minimaal 85 zijn.

### Kosten

Psycho-educatie als onderdeel van de behandeling wordt in de meeste gevallen vergoed door de zorgverzekeraar. Als u daar over twijfelt, neem dan contact op met uw zorgverzekeraar. Voor de werkmap van uw zoon of dochter wordt informatie van de behandelaar van uw kind.



**Adresgegevens**

Altrecht Autisme, Jeugd  
Nieuwe Houtenseweg 2  
3524 SH Utrecht  
030-2809311