Communicatie en sociale contacten

Een groepscursus voor volwassenen met een autismespectrumstoornis

GGz Breburg

Doel van de cursus

In de cursus ‘Communicatie en sociale contacten’ krijgt u meer zicht op het doel, werkwijze en invloed van communicatie in het algemeen. Daarnaast krijgt u meer inzichten in uw eigen manier van communiceren. Tijdens de cursus worden er handvatten aangereikt voor een effectievere communicatie en om uw vaardigheidsrepertoire ten aanzien van contacten en relaties uit te breiden. De contacten met medecursisten bieden u mogelijk (h) erkenning, gedragsalternatieven en nieuwe inzichten in uzelf en in uw communicatie.

Inhoud en werkwijze

De cursus bestaat uit 8 tot 10-wekelijkse bijeenkomsten van ieder 2 uur met een pauze van 10-15 minuten. Aan de hand van theorie met praktische voorbeelden en het oefenen van communicatievaardigheden krijgt u meer kennis over communicatie. Tijdens de bijeenkomsten is er ruimte voor eigen inbreng en worden regelmatig oefeningen gedaan om leerervaringen op te doen. De groep bestaat uit maximaal 8 deelnemers met de diagnose ASS, en in de regel 2 groepstrainers.

De volgende thema’s staan centraal:

- Communicatie en autisme
- Zenden en ontvangen van informatie
- Contacten en relaties
- Gesprekken aangaan, onderhouden en beëindigen
- Grenzen aanvoelen en communiceren

Voor wie?

De cursus ‘Communicatie en sociale contacten’ is bedoeld voor volwassenen met ASS. Voor veel mensen met ASS is communicatie een aaneenschakeling van misverstaan en onbegrip, waardoor dagelijks moeilijkheden in het aangaan en/of onderhouden van contacten en relaties ervaren kunnen worden. Mensen met ASS voelen zich vaak niet begrepen, hebben moeite om zichzelf uit te drukken of om de bedoeling van een ander te begrijpen. Regelmatig verwoorden deelnemers het als ‘ik speel voortdurend toneel’ of ‘ik heb vaak een masker op’.

Aanmelding

Met uw behandelaar worden uw behandeldoelen besproken. Indien deelname aan deze cursus passend lijkt, zal de behandelaar samen met u kijken wanneer een cursus start en u hiervoor inschrijven. Deze cursus wordt een jaarrond op wisselende momenten gegeven.

Overige belangrijke informatie

- **Intakegesprek:** Voorafgaand aan de groepsbijeenkomsten vinden individuele intakegesprekken plaats om stil te staan bij uw huidige communicatieve vaardigheden, om in te schatten of uw hulpvragen en doelen geïndiceerd zijn voor de behandeling en om nadere uitleg te kunnen geven over de bijeenkomsten. Indien de cursus niet geïndiceerd is of u geadviseerd wordt om de cursus op een ander moment te volgen, zal dit altijd worden gemotiveerd.
- **Brugpersoon:** Het is raadzaam om tijdens deze cursus een 'brugpersoon' te hebben die u helpt om de opgedane kennis en ervaring toe te passen in de dagelijkse praktijk. De brugpersoon kan bijvoorbeeld een vriend, familielid of hulpverlener zijn. Tijdens de eerste bijeenkomst zal deze mogelijkheid worden besproken.
- **Naslagwerk:** Deze cursus wordt zonder boek gegeven. Aan het eind van de cursus ontvangt u een uitgebreid naslagwerk met informatie over de behandelde thema's. De trainers zorgen voor continuïteit en duidelijkheid gedurende de bijeenkomsten middels het meegeven van stencils of huiswerkopdrachten.

"We beloven iedereen die een beroep op ons doet, dat we samen de weg zoeken, vanuit alle complexiteit, naar een situatie die je weer aan kunt. Van te groot naar klein genoeg. Zodat jij je leven de baas blijft"

Contact
Tel.: 088 - 016 16 16
info@ggzbreburg.nl www.ggzbreburg.nl