

University of Groningen

Identiteitsontwikkeling bij autisme

de Graaff, B.; Alma, Manna; Stoffels, A J; Sloot, Louis; Jagersma, Gabrine; Mandemaker, Henri; van der Weide, Klaske; Michel, Tammo; Beskers, Theo; Verhoeven, E W

Published in:
Wetenschappelijk Tijdschrift Autisme

IMPORTANT NOTE: You are advised to consult the publisher's version (publisher's PDF) if you wish to cite from it. Please check the document version below.

Document Version
Publisher's PDF, also known as Version of record

Publication date:
2023

[Link to publication in University of Groningen/UMCG research database](#)

Citation for published version (APA):
de Graaff, B., Alma, M., Stoffels, A. J., Sloot, L., Jagersma, G., Mandemaker, H., van der Weide, K., Michel, T., Beskers, T., Verhoeven, E. W., Vogelezang, M. W., Landsman, J., & Greaves-Lord, K. (2023). Identiteitsontwikkeling bij autisme. *Wetenschappelijk Tijdschrift Autisme*, 22, 19-34.
<https://www.autismekennisbank.nl/p/identiteitsontwikkeling-bij-autisme/8233>

Copyright

Other than for strictly personal use, it is not permitted to download or to forward/distribute the text or part of it without the consent of the author(s) and/or copyright holder(s), unless the work is under an open content license (like Creative Commons).

The publication may also be distributed here under the terms of Article 25fa of the Dutch Copyright Act, indicated by the "Taverne" license. More information can be found on the University of Groningen website: <https://www.rug.nl/library/open-access/self-archiving-pure/taverne-amendment>.

Take-down policy

If you believe that this document breaches copyright please contact us providing details, and we will remove access to the work immediately and investigate your claim.

Downloaded from the University of Groningen/UMCG research database (Pure): <http://www.rug.nl/research/portal>. For technical reasons the number of authors shown on this cover page is limited to 10 maximum.

Identiteitsonwikkeling bij autisme

BENJAMIN DE GRAAFF, MANNA A. ALMA, ARIE J. STOFFELS, LOUIS SLOOT,
GABRINE JAGERSMA, HENRI MANDEMAKER, KLASKE VAN DER WEIDE,
TAMMO MICHEL, THEO BESKERS, ELISABETH W. VERHOEVEN,
MARIEKE W. VOGELZANG, JEANET LANDSMAN, KIRSTIN GREAVES-LORD

SAMENVATTING

Moeizame identiteitsonwikkeling heeft waarschijnlijk invloed op het welzijn van mensen met autisme door camouflagedrag en impact op zelfbeeld/zelfconcept, zelfacceptatie en zingeving. Het doel van deze studie is om het verloop van de identiteitsonwikkeling bij autisme beter te begrijpen. Hiervoor zijn 14 mensen met autisme geïnterviewd. Participanten vertelden hoe opvattingen over 'het zelf' zich ontwikkelen, wat nodig is om je op je plek te voelen, zich authentiek in sociale omgevingen te kunnen gedragen, en over hoe de zoektocht naar zingeving verliep. Aanknopingspunten voor (zelf)ondersteuning in de identiteitsonwikkeling die naar voren kwamen zijn: het faciliteren van leermomenten, het beschouwen van autisme als een positieve sociale identiteit, authentiek leren zijn als product van wederzijds vertrouwen, en het leren nemen van concrete acties tot zelfrealisatie. In een vervolproject zullen deze aanknopingspunten verder worden gebruikt om tot een geïntegreerde aanpak te komen die initiatieven bijeenbrengt die ondersteunen in de identiteitsonwikkeling.

SUMMARY

Problems with identity development probably affect wellbeing in autistic people through camouflaging behavior and associations with self concept, self acceptance and meaning of life. To improve our understanding of the process of identity development within

EMPIRISCH ONDERZOEK

autistic people, interviews were conducted with n=14 participants. Participants narrated about how their conceptualization of their 'self' had evolved over time, the challenges of subsequently authentically presenting this 'self' in social settings, the necessities and requirements for fitting in, and their search for meaning. Potential avenues to aid identity development in autistic people include: facilitating learning opportunities, regarding autism as a positive social identity, asserting one's authentic 'self' as a result of mutual trust, and taking concrete actions towards self-realisation. In a follow-up project, these avenues will be combined into an integrated approach bringing together initiatives that aid identity development in autistic/neurodivergent people.

Het gevoel te hebben dat je iemand bent, ertoe doet en erbij hoort is vitaal voor het welbevinden van de meeste mensen, zo ook voor mensen met autisme' (Greaves-Lord et al., 2022). In de Kennisagenda Autisme (Van den Bosch & Greaves-Lord, 2019), het doorstartproject van de Academische Werkplaats Autisme (AWA; Greaves-Lord & Geurts, 2016), werd geïnventariseerd hoe mensen met autisme en hun naasten aangaven hoe wetenschappelijk onderzoek en de praktijk beter op elkaar afgestemd zouden kunnen worden en welke thema's daarbij aanbod zouden moeten komen. Een van de genoemde thema's was identiteitsontwikkeling. Deze kent een aantal obstakels bij het leren omgaan met (het eigen) autisme: het vormen van een reëel zelfbeeld, komen tot zelfacceptatie en het verschuilen achter camouflagedrag. Internationaal onderzoek laat zien dat deze obstakels een negatieve impact hebben op de geestelijke gezondheid van autistische mensen (Cage & Troxell-Whitman, 2019; Cage et al., 2018).

Laten we beginnen met een schets van wat identiteitsontwikkeling inhoudt. Eriksson en colleagues (2020) en Kroger en Marcia (2011) zien identiteit als het geheel van aangenomen rollen en perspectieven binnen bijvoorbeeld studie/werk, religie/zingeving en politiek ('ik ben bakker, christelijk en liberaal'). Identiteitsontwikkeling impliceert het verkennen van verschillende perspectieven en het leggen van verbanden tussen de perspectieven (commitment). Een ander identiteitsperspectief wordt geboden door McAdams en McLean (2013), die identiteit zien als het verhaal dat iemand over zichzelf gecreëerd heeft; het trekken van conclusies over het zelf door middel van terugblikken en reflecteren op gebeurtenissen uit het leven. Met deze twee theoretische posities in gedachten onderzochten we hoe mensen met autisme hun identiteitsontwikkeling in retrospect hebben ervaren voor wat betreft studie/werk, relaties en zingeving.

METHODE

Dit onderzoek is een deelstudie van het project Omgaan met (het eigen) Autisme, onderdeel van de Academische Werkplaats Autisme (AWA), waarbij een integrale aanpak wordt ontwikkeld die autistische mensen en hun naasten ondersteunt in het proces van identiteitsontwikkeling. Centrale vragen hierbij zijn: Hoe ervaren mensen met autisme het verloop van hun identiteitsontwikkeling? Welke inzichten hebben zij hierover opgedaan? Hoe kunnen dergelijke inzichten naar de dagelijkse praktijk worden vertaald? En hoe kan de identiteits-/persoonlijke ontwikkeling bevorderd worden?

De onderzoeksmethode *Adapted Intervention Mapping* (AIM: Belansky et al., 2011), een combinatie van *Intervention Mapping* (IM) en *Participatief Actie Onderzoek* (PAO), is benut. De methode is geschikt voor cocreatie met autistische personen (Werkman et al., 2022). IM is een iteratief planningsproces voor het ontwikkelen van effectieve interventies van probleemidentificatie tot het oplossen/verminderen van problemen waarin theorie en bewijs zijn geïntegreerd (Bartholomew & Mullen, 2011). De AIM-methode is ontworpen om de stem van de eindgebruikers en hun beslissingsbevoegdheid te betrekken bij elke stap van het proces van IM door middel van PAO (Israël et al., 2008). IM is gericht op het systematisch verkrijgen van input van alle deelnemers door participatie en betrokkenheid bij alle fasen, terwijl met PAO gedeelde besluitvorming wordt bereikt. Ervaringsdeskundigen, naasten, zorgprofessionals, beleidsmakers en onderzoekers werkten samen in een projectgroep, waarbij sommige leden meerdere perspectieven representeerden. In dit artikel worden de resultaten van de eerste fase van dit project beschreven: een kwalitatieve individuele interviewstudie met mensen met autisme. De uitkomsten zijn toegepast in het ontwikkelen van een probleemdefinitie en een matrix van potentiële doelen voor de te ontwikkelen aanpak (eerste fase van IM).

Participanten

Inclusiecriteria waren: 16 jaar en ouder, een diagnostische classificatie ASS (*DSM IV-TR/DSM-5*) en een intelligentiescore ≥ 70). Participanten werden geworven via leden van de projectgroep, zorgprofessionals werkzaam bij Autisme Team Noord-Nederland Groningen van Jonx, onderdeel van Lentis, en via een oproep in de nieuwsbrieven van Personen uit het Autisme Spectrum (PAS) Nederland en de Nederlandse Vereniging voor Autisme (NVA). De beloning bestond uit een tegoedbon van €20. Het onderzoeksprotocol werd goedgekeurd door de Medisch-Ethische Toetsingscommissie van het UMCG (M20.260903) en de participanten ondertekenden een toestemmingsformulier.

Dataverzameling

Een interviewschema werd opgesteld op basis van wetenschappelijke literatuur en input van de projectgroep (zie Bijlage A). Dit schema is getest en aangescherpt in drie pilotinterviews. Voorafgaand aan het interview werden participanten gevraagd om ter voorbereiding vijf woorden te noteren die hen het beste beschrijven. Deze dienden als aangrijpingspunt voor het interview. De interviews werden afgenomen door BdG (man, psycholoog, junior onderzoeker), die voorafgaand aan de studie werd getraind in het afnemen van interviews. Bij elk interview was een masterstudent Klinische Psychologie aanwezig die het interview transcribeerde. Interviews vonden online plaats via Zoom tussen december 2020 en april 2021 en duurden gemiddeld twee uur. De interviews werden met toestemming opgenomen via Zoom.

Data-analyse

Audio-opnames werden verbatim getranscribeerd en thematisch geanalyseerd (Braun & Clarke, 2006) via een gecombineerde deductieve (theoriegestuurde) en inductieve (datagestuurde) aanpak. BdG en MA codeerden eerst onafhankelijk van elkaar twee transcripts, waarbij codes inductief uit de data werden afgeleid. Codes werden vergeleken en georganiseerd in een codeboom. Daarna codeerden BdG en MA de transcripts in

EMPIRISCH ONDERZOEK

ATLAS.TI versie 8.4. Eventuele coderingsverschillen werden besproken in consensus-besprekingen. Codes werden vervolgens vergeleken en samengevoegd, waarna thema's werden geïdentificeerd door BdG, MA en KGL, die vervolgens zijn besproken met de projectgroep. Om de analyse te testen is vervolgens een *member check* uitgevoerd (Guba, 1981). In een focusgroepdiscussie werden preliminaire resultaten voorgelegd aan nog niet geïnterviewde participanten. Deze werd geleid door MA (vrouw, senior onderzoeker) en BdG en vond online plaats (twee uur) via Zoom in mei 2021.

RESULTATEN

In de eerste interviewronde zijn veertien participanten geïnterviewd (range leeftijd: 18-73; zes mannen, acht vrouwen). Vijf mensen met een autismediagnose namen deel aan de focusgroepdiscussie. Uit de analyses komen vier hoofdthema's naar voren: 1) jezelf leren kennen; 2) je plek in de omgeving (niet) vinden; 3) jezelf (niet) kunnen zijn en 4) zinging.

Jezelf leren kennen

Je ware zelf kennen is voor veel participanten belangrijk. Hierdoor wordt duidelijk wat bij je past en worden behoeften en emoties begrijpelijker. Situaties kunnen naar eigen hand gezet worden waardoor minder aanpassing vereist is, wat tot meer zelfacceptatie leidt. Wanneer je jezelf niet goed kent, zorgt dit voor continue twijfel en piekeren, wat op termijn kan leiden tot onzekerheid, verwardheid en vermoeidheid, aldus de participanten:

“Wat er buiten je heen gebeurt dat heeft al een hevige impact op mij, en als ik zelf al niet weet hoe ik in elkaar steek, dan wordt het al helemaal een puinhoop. Ik zou het woord verwardheid noemen, echt verward, dat je van voor naar achter niet weet wat er aan de hand is, wie je nog bent, wat er gebeurt, het onzekere. Gewoon geen houvast meer.” (vrouw, 43)

Verskillende obstakels worden genoemd in het proces van jezelf leren kennen, zoals het (fysiek) herkennen, benoemen en interpreteren van eigen emoties en die van anderen. Een aantal participanten werd zich hier pas op latere leeftijd van bewust, met als gevolg dat ze meerdere malen ver over eigen (fysieke/emotionele) grenzen gegaan waren, wat gepaard ging met uitval/burn-out. Moeite met sociale situaties is een ander obstakel. Hoewel de participanten vinden dat sociale contacten essentieel zijn voor zelfontwikkeling, worden deze toch vaak vermeden vanwege het ongemak dat ze vaak oproepen. Dit proberen te overwinnen is zinvol, want het leidt uiteindelijk tot meer inzicht in jezelf, zie volgend citaat.

“Toen ik naar de reguliere middelbare school ging – nou ja, je komt toch in een soort van confrontatie met... ja, met... met normale mensendingetjes. Ja, dat sociaal allemaal wat vlotter gaat, en er wordt toch iets minder rekening met je gehouden, klassen zijn groter... (...) En, kijk, dat is dan ook gewoon natuurlijk gelijk een hele grote berg. (...) En zoals ik net zei, een beetje met vallen en opstaan moet dat dan. Maar ja, dat... uiteindelijk is het toch heel belangrijk voor mij geweest.” (man, 20)

De diagnose autisme leverde een betere zelfkennis op; sterke en zwakke kanten werden duidelijker, grenzen helderder, terwijl betere keuzes konden worden gemaakt. Ook werd duidelijk waarom bepaalde zaken in het verleden niet gerealiseerd konden worden.

"Op dat gebied is er wel een stukje rust gekomen. Ik kan er dus niet zo veel aan doen. Zeg maar, alles wat ik heb geprobeerd, dat werkt niet. En dat voelde altijd heel erg als falen en nu heb ik wel zoiets van: misschien ben ik wel gewoon zo." (vrouw, 38)

Hoewel het krijgen van de diagnose autisme op latere leeftijd gepaard kan gaan met twijfel over de eigen identiteit, gaven sommige participanten aan dat de diagnose voor hen juist bepalend is voor wie ze zijn: 'ik ben autist'.

"Ik kan me ook niet voorstellen, het is mij nooit gevraagd, maar het is wel eens aan mensen gevraagd, als er een pil zou zijn die autisme kon genezen of oplossen, zou je die dan willen? Ik kan me daar niets bij voorstellen, omdat het zo overal in zit. Het zit in het denken, in het voelen, en in het willen." (vrouw, 60)

Wanneer gevraagd wordt om te reflecteren op hoe ze zich ontwikkeld hebben, beschrijft een aantal dat het voelt alsof hun sociaal-emotionele ontwikkeling achterloopt op hun chronologische leeftijd.

"Ik heb altijd in mijn leven moeten leven op een niveau waar ik qua ontwikkelingsleeftijd eigenlijk nog niet aan toe was. We hadden het zostraks gehad over mannen, en dat ik een aantal dingen niet begreep, want ik was helemaal niet toe aan seksualiteit en dat soort verhoudingen. Ik was nog een kind!" (vrouw, 64)

Je plek in de omgeving (niet) vinden

Veel participanten zijn in het verleden vaak gepest, of kregen het gevoel er niet bij te horen, wat het uiteraard moeilijk maakt om je plek te vinden. Voorwaarden om je op je plek te voelen zijn: structuur, een sensorisch prikkelarme omgeving, duidelijkheid en voorspelbaarheid.

"Toen heb ik wel eens gehad dat we een werkstudent hadden, die meer op de directe manier ging communiceren wat er moest gebeuren. Dus 'schenk koffie in 'ja? Of 'doe dit. Maar dit is dus voor mij compleet onhandig want ik heb zoiets van koffie? Ja welke kan? Welke kopjes? Waar? Op een dienblad? Hoezo? Zij had zoiets van 'Je moet gewoon koffie inschenken.' Ja hallo! Ik wil dan horen van: hé, gebruik dat apparaat om zoveel kopjes koffie daarin te tappen, waar de koffie vandaan moet, geef meer context bij mij." (man, 32)

Eerlijkheid is ook zo'n voorwaarde: dat mensen zeggen wat ze bedoelen en bedoelen wat ze zeggen. Ook geaccepteerd worden is een punt wat vooral wordt ervaren in contacten

EMPIRISCH ONDERZOEK

met andere autistische mensen. Dan gaat contact maken ineens vanzelf en draagt het bij aan herkenning en verdere vorming van de identiteit.

"Wat heel grappig is, is hoe ik het gevoel heb 'hier kan ik alles zeggen, en hier hoef ik niet op te passen wat ik zeg, en dat ik rare fouten maak of autistische dingetjes zeg' en dan op dat moment ga je ook realiseren dat dat dus een ding voor je is blijikbaar. En het feit dat je daar gewoon kunt doen op jouw manier ook al is dat heel autistisch, dat geeft een hele opluchting."
(man, 66)

Wat ook helpt om je meer op je plek te voelen, is een klik met anderen, bijvoorbeeld door het delen van interesses, of een omgeving waarin persoonlijke eigenschappen tot hun recht komen. Wat minder helpt is camoufleren en toneelspelen. Dit doen veel participanten, maar ze zeggen tegelijkertijd dat dit alleen op de korte termijn kan bijdragen aan het gevoel erbij te horen. Op de langere termijn kan het zich tegen je keren, omdat je niet jezelf bent. Zo kan het kenbaar maken dat je gediagnosticeerd bent helpen om aan anderen uit te leggen wat er aan de hand is, waardoor bepaalde grenzen en behoeften meer geaccepteerd worden. Aan de andere kant is het wel zo dat het label autisme kan leiden tot foute aannames en vooroordelen bij anderen, aldus sommige participanten. Vandaar dat begrip, geduld en met name meer kennis over autisme bij de omgeving nodig is.

Een meerderheid van de participanten geeft aan zich vaak anders voor te doen dan dat ze echt zijn omdat ze niet weten met sociale situaties om te gaan. Het is moeilijk om te praten over emoties, of het delen hiervan, mede vanwege de angst voor afkeurende of verbaasde reacties. Dit brengt ons tot de vraag hoe mensen met autisme zichzelf kunnen zijn.

Jezelf (niet) kunnen zijn

Omdat emoties niet of weinig gedeeld worden, is het moeilijk voor de omgeving om te begrijpen hoe hoog bepaalde emoties kunnen zitten, wat kan leiden tot conflicten.

"Nou als het echt te veel is, dan wil het vaak niet. Dan deel ik het wel, maar dan wil het niet, want dan komt het er heel lullig uit en met heel veel emotie en daar schrikt mijn man gelijk van." (vrouw, 38)

Een andere reden om zichzelf anders voor te doen, is volgens participanten het willen passen in een groep. Verschillende malen wordt benoemd dat zij door negatieve ervaringen een negatief zelfbeeld hebben opgebouwd en niet durven te vertrouwen op intuïtie. Door zich anders voor te doen, ervaren ze meer grip. Ook het verzwijgen van de autismediagnose hoort hierbij, want het delen van de diagnose kan leiden tot betutteling, en in enkele situaties zelfs tot ontslag.

Participanten geven aan verschillende strategieën te gebruiken om zich anders voor te doen die ze bewust of onbewust inzetten, zoals camouflage (het verbergen van bepaalde aspecten van jezelf), toneelspelen (je gedragen naar een rol die niet past bij eigen gevoe-

lens of behoeften), vermijding (interacties uit de weg gaan, terwijl je er wel behoefte aan hebt) en sociale imitatie (het nadoen van het gedrag van mensen uit je omgeving).

"Als ik bijvoorbeeld in een groep mensen ben, dan ga ik heel erg letten op wat andere mensen doen, ook omdat ik me dan niet prettig voel en ik niet weet hoe ik mezelf moet gedragen. En dan kan ik dat nadoen. En dan pas ik in elk geval nog een beetje in de groep." (vrouw, 34)

Het inzetten van camouflage kost veel energie en eigen grenzen worden minder duidelijk voor jezelf, alsook voor de omgeving. Het kan zelfs aanvoelen als 'liegen'. Niet jezelf (kunnen) zijn heeft een impact op de mentale gezondheid. Zo geeft een aantal participanten aan een depressie te hebben ontwikkeld als gevolg van het aannemen van een rol.

"Er zijn ook periodes geweest dat ik depressies had die ermee te maken hadden dat de aangenomen rol zo groot, sterk en nadrukkelijk aanwezig was, dat het mijn leven overnam. Dan keek ik om mij heen; prachtige carrière, alles voor elkaar, maar het is andermans carrière. De carrière van mijn rol, ik ben zelf uit beeld geraakt." (man, 51)

Om jezelf te kunnen zijn is het nodig om je grenzen te kennen en deze aan te durven geven, en het vertrouwen te hebben dat de omgeving je niet afwijst of veroordeelt. Daarnaast is het volgens verschillende participanten makkelijker om jezelf te zijn bij mensen die je al langer kent, die oprechte interesse hebben en naar je luisteren, zonder van alles en nog wat voor je in te vullen.

"Ik zou meer kunnen oefenen in vertrouwen hebben. Dat je andere mensen vertrouwt, dat ze je niet zomaar afwijzen, en dat je er ook op vertrouwt dat mensen ook niet constant aan het oordelen zijn. (...) Dat mensen echt best veel accepteren van elkaar, en niet alsmaar oordelen." (vrouw, 64)

Zingeving

Soms wordt een gebrek aan zingeving ervaren, bijvoorbeeld bij verlies van werk, of wanneer toekomstdromen niet realiseerbaar blijken te zijn. Wanneer er niets is om naar toe te leven ontstaat vaak onzekerheid over de toekomst, verveling en bijkomende psychische problemen, zoals existentiële angsten, somberheid of suïcidale gedachten/neigingen.

"Waar doe je het allemaal voor? Wat kan ik bijdragen? Zoeken naar antwoorden. Antwoorden die ik sowieso niet krijg. Dat geeft onrust en dat geeft onzekerheid. Die onzekerheid leidt tot depressie en dat blijft het cirkeltje. (...) Er moet toch een doel zijn van het leven? En dat is volgens mij niet facturen versturen." (vrouw, 38)

Participanten noemen de wens tot zelfrealisatie in relatie tot zingeving: het vinden van een omgeving en activiteiten waarin kwaliteiten kunnen worden ingezet, waar ruimte is voor zwaktes en je een zinvolle bijdrage kan leveren. Meerdere factoren worden genoemd die helpen om tot zelfrealisatie te komen: zelfkennis en inzicht in kwaliteiten en grenzen,

EMPIRISCH ONDERZOEK

en deze kunnen vertalen naar een levensinrichting. Om daadwerkelijk tot zelfrealisatie te komen, is het volgens meerdere participanten van belang om haalbare doelen te stellen. Ten aanzien van dit laatste punt vertelt een participant dat het van belang is om een mid-denweg te vinden tussen enerzijds geen doelen stellen en anderzijds het tot in de puntjes uitstippelen van de toekomst. Wat ook helpt, is om zelf aan de omgeving aan te geven wat je belangrijk vindt en om actief op zoek te gaan naar omgevingen waar je kan bijdragen aan iets wat je belangrijk vindt, waarin je je creatief kan uiten of inspiratie vindt. Ook spiritualiteit wordt genoemd.

"Ik heb een heel indringende ervaring gehad van de aanwezigheid van God in mijn leven. En dat heeft me zo enorm opgebouwd. Te weten van... Ja, achteraf, hij was er wel, en ik mocht er zijn zoals ik ben. En... Hij heeft me geaccepteerd. Hij was er. En hij ziet me." (man, 67)

Enkele participanten geven aan dat de gedachte dat het niet gaat om het resultaat, maar om de inspanning en de toewijding, hen rust heeft geboden. Participanten noemen ook obstakels om tot zelfrealisatie te komen. Allereerst kan de fysieke gezondheid in de weg zitten, zoals vermoeidheid of chronische (over)spanning.

"Ik voel geen vrijheid. Ik voel niet de energie om mijn dagen door te komen zoals ik graag wil. Zelfs als ik twee of drie dagen niks bijzonders doe, ben ik nog vermoeid. Ik doe heel veel dingen niet die ik eigenlijk wel graag zou willen doen op een dag." (vrouw, 38)

Een ander obstakel is de sociale druk uit de omgeving die maakt dat prioriteiten van de omgeving boven de eigen prioriteiten worden geplaatst. Andere obstakels zijn: verminderd zelfvertrouwen, een negatief zelfbeeld, schaamte, niet kunnen afwijken van plannen, niet kunnen overzien wat effecten van een verandering zijn, geen initiatief durven nemen, en gebrek aan zelfkennis.

DISCUSSIE

Het doel van de studie was inzicht te krijgen in het door mensen met autisme ervaren verloop van de identiteitsontwikkeling. De resultaten van de interviews geven aan dat het opdoen van zelfkennis vooropstaat in het proces van identiteitsontwikkeling, wat leidt tot zelfacceptatie. Het opdoen van zelfkennis vindt vooral plaats tijdens moeilijke periodes waarin je geconfronteerd wordt met eigen onvermogens, zoals in sociale situaties. Hoe belangrijk sociale situaties zijn voor de psychosociale ontwikkeling werd al aangegeven door de Amerikaanse psychoanalyticus Erik Erikson (1968). Problemen met het aangaan en onderhouden van sociale contacten leidt tot verwarring en bemoeilijkt de identiteitsontwikkeling (Cooper et al., 2017). Vooral het onbegrip in de communicatie met neurotypische personen zoals aangegeven door de participanten in het huidige onderzoek doet denken aan wat Milton (2012) omschrijft als het 'double empathy problem'. En ook het verminderde lichaamsbewustzijn zoals in de interviews naar voren kwam vinden we als thematiek terug in de literatuur (Elwin et al., 2012; Fiene & Brownlow, 2015; Hatfield

et al., 2019). De opmerkingen over verminderd lichaamsbewustzijn sluit aan bij studies die aangeven dat 40-50% van de volwassenen met autisme voldoen aan de criteria voor alexithymie (Berthoz & Hill, 2005), het onvermogen om de eigen emoties goed (fysiek) te registreren en verbaal te kunnen uiten. Ook de genoemde problemen met het stellen van grenzen kunnen in verband gebracht worden met alexithymie, want de relatie tussen subjectieve beoordeling van stress en objectieve fysiologische metingen van stress is lager bij mensen met alexithymie (Gaigg et al., 2018), waardoor lichaamssignalen zoals eigen emoties niet worden herkend (Longarzo et al., 2015), met als gevolg dat leermomenten over eigen behoeften en grenzen misgelopen worden.

Veel obstakels die worden genoemd om zichzelf te leren kennen zijn tegelijkertijd de domeinen waarin de participanten aangeven dat – uiteindelijk – het grootste ontwikkelingsproces doorgemaakt wordt. Zoals een nieuwe context, deze wordt aanvankelijk als lastig, stressvol en confronterend ervaren maar uiteindelijk als noodzakelijk gezien. Toch is het zo dat we bij deze interpretatie een slag om de arm moeten houden, want er zou sprake kunnen zijn van retrospectieve coping (het rationaliseren van een negatieve ervaring als 'noodzakelijk').

Je plek in de omgeving (niet) vinden

In de interviews komt het belang van je op je plek voelen naar voren als een steeds terugkomend thema in het proces van identiteitsontwikkeling. Met name vroeg in de ontwikkeling hebben veel participanten te maken gehad met pestgedrag, wat het gevoel er bij te horen in de weg staat. Ergens toebehoren is een fundamentele menselijke behoefte (Baumeister & Leary, 1995), cruciaal voor welzijn (Anderman, 2002) en het speelt een belangrijke rol in het ontwikkelen van de identiteit (Aparajita et al., 2022; Morrow & Ackermann, 2012). Vanwege pestgedrag zullen veel kinderen met autisme dit leerproces regelmatig ontberen (Frederickson, 2010; Haeghele & Maher, 2021). Uit de interviews kwam ook naar voren dat factoren zoals gedeelde voorkeuren, eerlijkheid, en kunnen communiceren over behoeften en grenzen belangrijk zijn om je plek te vinden. Vooral in de context van andere autistische mensen (met vergelijkbare waarden) gaven participanten aan het gevoel te hebben dat ze zich op hun plek voelden en dat het hen hielp bij het accepteren en durven delen van autisme als identiteit. Dit sluit aan bij algemene inzichten uit de sociale identiteitstheorie (zie o.a. Tajfel, 1978; Tajfel & Turner, 1979), waarbij mensen de identiteit aannemen van de groep waarin ze zichzelf categoriseren. Het is waarschijnlijk dat mensen met autisme die zich positief identificeren met de groep 'mensen met autisme' daarom over een betere geestelijke gezondheid beschikken dan mensen met autisme die negatief tegen deze groep/diagnose aan kijken (Cooper et al., 2017).

Je zelf (niet) kunnen zijn

Het tonen van het 'ware zelf' wordt bemoeilijkt door factoren die met name te kenmerken zijn als de beleving dat een reactie vanuit het ware zelf niet zou passen, of niet geaccepteerd zou worden binnen de sociale context. Zo leidt het ervaren van negatieve gevolgen na het delen van de diagnose tot het gevoel een onderdeel van het zelf te moeten verbergen. Deze negatieve gevolgen worden door Ragins (2008) beschreven als *disclosure disconnect*; hierbij

EMPIRISCH ONDERZOEK

wordt stress ervaren vanwege het verbergen van de eigen identiteit. Dit komt overeen met onderzoek dat erop wijst dat mensen met autisme vaak geneigd zijn hun gedragsneigingen voortkomend uit autisme te camoufleren (Cage & Troxell-Whitman, 2019), wat ten koste gaat van het bespreekbaar maken van het fenomeen, en het ontwikkelen van een reëel zelfbeeld met een eigen authentieke, oprechte identiteit (Hull et al., 2017).

Opvallend is dat de camouflagetechnieken die gehanteerd worden leiden tot een verdere verwijdering van het zelf. Cage & Troxell-Whitman (2017) hypothesiseren dat camouflages op een vergelijkbare manier als disclosure disconnect impact zou kunnen hebben op de geestelijke gezondheid. Wat participanten nodig hebben om wel hun ware zelf te tonen, is met name het vertrouwen dat de omgeving hen niet af zal wijzen of veroordelen. Het gaat hier om het kunnen uitdragen van het zelf in combinatie met de bereidwilligheid van de omgeving om de persoon in zijn/haar geheel te accepteren.

Zingeving

Centraal in de zoektocht naar zingeving en zelfrealisatie staat de moeite die autistische mensen hebben met het vinden van passende en zinvolle invulling van de dag en activiteiten waarin ze tot hun recht komen. Eerder onderzoek wijst erop dat het vaak extra inspanning kost om te ontdekken hoe eigenschappen ontwikkelen (Cage et al., 2016; Cresswell & Cage, 2019). Door deze extra inspanning kunnen autistische mensen zorgen ontwikkelen over levens- en zingevingskwesties, die kunnen resulteren in oppositioneel gedrag (Greaves-Lord et al., 2022), existentiële angsten en depressieve gevoelens (Berman et al., 2004).

Wat deze zoektocht naar zingeving kenmerkt bij alle participanten, is dat zij op zoek zijn naar een plek om tot hun recht te kunnen komen en te kunnen bijdragen aan datgene wat zij als zinvol ervaren.

De studie heeft verschillende sterke punten. Ten eerste waren autistische personen bij het hele proces betrokken (van het bedenken van het onderzoeksonderwerp/projectvoorstel tot het co-auteurschap van dit artikel). Dit werd als een grote kracht ervaren. Door betrokkenheid vanuit zoveel mogelijk perspectieven bij alle fases kan het onderwerp van onderzoek zo volledig mogelijk worden begrepen. Door het gebruik van AIM kan het conceptuele model waarop het onderzoek gebouwd is telkens worden bijgeschaafd met input vanuit de verschillende sporen van het grotere project en perspectieven, en kan dit model in vervolgstudies afgestemd blijven worden op de behoeften in dit zich voortdurend ontwikkelde veld.

De studie kent een aantal beperkingen. De grootte van de sample is onvoldoende om representatief te zijn voor de grote heterogeniteit binnen de doelgroep van mensen met autisme. Ook het inclusie criterium normaalbegaafd en de vrije wervingsvorm van het onderzoek beperken de representativiteit van de totale doelgroep. Doordat in de werving duidelijk gecommuniceerd is dat participanten gevraagd zouden worden om te praten over identiteitsontwikkeling, is het waarschijnlijk dat de geïnterviewde groep a) een vooringenomen interesse had in het onderwerp, en b) de competenties had om conceptueel te redeneren en te spreken over het onderwerp identiteitsontwikkeling.

De uit deze studie voortkomende inzichten rondom identiteitsontwikkeling dienen daarom met voorzichtigheid geïnterpreteerd te worden. Overigens zijn veel van de bevindingen in lijn met ander onderzoek, maar dat is niet altijd uitgevoerd bij mensen met autisme en/of bij mensen van alle leeftijden. Dit artikel is een eerste stap van een breder onderzoeksproces. Naar alle waarschijnlijkheid worden in vervolgartikelen de resultaten dus nog nader geïntegreerd en het conceptuele model nog verder geoptimaliseerd.

Een aantal belangrijke aanknopingspunten voor (zelf)ondersteuning bij identiteits-/persoonlijke ontwikkeling bij mensen met autisme komen voort uit de vier hoofdthema's van de interviewstudie. Zo wijzen de rol van en moeilijkheden in het vergaren van zelfkennis van de participanten op het belang van het benutten en faciliteren van leermomenten. Obstakels die het bemoeilijken om jezelf te leren kennen zijn tegelijkertijd de aanzet van een ontwikkeling, zo blijkt. Een constructieve bijdrage aan de identiteitsontwikkeling zou daarom zijn dat autistische mensen leren omgaan met het bijkomend leed dat kan ontstaan bij het betreden van nieuwe contexten. Dit lijkt in eerste instantie paradoxaal, en vraagt dus mogelijk om goede verduidelijking richting personen met autisme. Daarnaast is sturing/coaching belangrijk wanneer een obstakel wel of juist niet de moeite waard is om aan te gaan. De onderliggende vraag hierbij is wanneer het overwinnen van deze obstakels leidt tot het leren van vaardigheden die gewenst of nodig zijn, en wanneer niet.

Het is van belang om autisme te zien als een positieve sociale identiteit. Dit proces kan ondersteund worden door *like-minded* mensen, wat een mogelijke verschuiving in aandacht/focus kan zijn in psycho-educatie. In de volgende stappen van de AIM-methode binnen het project Omgaan met (het eigen) autisme worden genoemde aanknopingspunten gebruikt om vanuit cocreatie een geïntegreerde aanpak te ontwikkelen. Hiervoor zijn tevens de belangrijkste hulpvragen die bij participanten naar voren kwamen tijdens de interviews verder in kaart gebracht en gecategoriseerd (Delphi-studie). Bovendien wordt een verdere literatuurstudie met thematische analyses omtrent bestaande toereikende geachte zelfhulp, begeleidings- en behandelmethodieken uitgevoerd. De hieruit resulterende geïntegreerde aanpak met maatwerkadvies zal initiatieven bijeenbrengen die elkaar complementeren in de (zelf)ondersteuning van de identiteits-/persoonlijke ontwikkeling van mensen met autisme.

WOORD VAN DANK

De vele sessies met leden van de project- en klankbordgroep, onder wie Monique Jongma en Nienke Keizers, hebben een grote bijdrage geleverd aan het vormgeven en interpreteren van de interviews, waarvoor wij alle meedenkers van harte bedanken. Bij de afname, transcriptie en theorievorming van de interviews hebben meerdere studenten een grote rol gespeeld, waarvoor dank. In het bijzonder dank aan Wynand Schotanus, die tevens enkele interviews heeft afgenomen, en Tessa Siems, die een theoretische en uitvoerende bijdrage heeft geleverd aan de pilotinterviews.

Auteursgegevens

Benjamin de Graaff^{a,b}, Manna Alma^b, Jeanet Landsman^b, Kirstin Greaves-Lord^{ac}, Elisabeth Wilhelmina Verhoeven^d, Gabrine Jagersma^e, Marieke Wubs Voegelzang^f

- ^a *Autisme Team Noord-Nederland, Jonx Afdeling (Jeugd) Geestelijke Gezondheidszorg en Autisme, onderdeel van Lentis Psychiatrisch Instituut, Groningen, Nederland*
- ^b *Toegepast Gezondheidsonderzoek, Afdeling Gezondheidswetenschappen, Universitair Medisch Centrum Groningen, Rijksuniversiteit Groningen, Nederland*
- ^c *Eenheid Klinische Psychologie en Experimentele Psychopathologie, Afdeling Psychologie, Faculteit der Gedrags- en Maatschappijwetenschappen, Rijksuniversiteit Groningen, Nederland*
- ^d *Parnassia-Dr. Leo Kannerhuis, Nederland*
- ^e *GGZ Rivierduinen, Nederland*
- ^f *Yulius, Volwassenpoli Hellingen, Nederland*

Noot

1. We schrijven hier 'mensen met autisme'. Daarmee bedoelen we mensen met een autisme-spectrumstoornis, ook wel 'autistische mensen'. Om tegemoet te komen aan een variërende voorkeur voor welke van deze twee formuleringen te gebruiken, gebruiken we in dit artikel beide manieren van schrijven door elkaar.

Referenties

- Anderman, E.M. (2002). School effects on psychological outcomes during adolescence. *Journal of Educational Psychology, 94*, 795–809.
- Aparajita, J., Alejandra, J.M., & Mark, D.W. (2022). Characterizing the identity formation and sense of belonging of the students enrolled in a data science learning community. *Education Sciences, 12*, 731. doi.org/10.3390/educsc12100731
- Bartholomew, L.K. & Mullen, P.D. (2011). Five roles for using theory and evidence in the design and testing of behavior change interventions. *Journal of Public Health Dentistry, 71*, 20–33.
- Baumeister, R. & Leary, M. (1995). The need to belong: desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin, 117*, 497–529.
- Belansky, E., Cutforth, N., Chavez, R., Crane, L., Waters, E., & Marshall, J. (2011). Adapted intervention mapping: a strategic planning process for increasing physical activity and healthy eating opportunities in schools via environment and policy change. *The Journal of School Health, 83*, 194–205. doi:10.1111/josh.12015
- Berman, S.L., Kennerly, R.J., & Kennerly, M.A. (2008). Promoting adult identity development: a feasibility study of a university-based identity intervention program. *Identity, 8*, 139–150.
- Berman, S.L., Montgomery, M.J., & Kurtines, W.M. (2004). The development and validation of a measure of identity distress. *Identity, 4*, 1–8. doi.org/10.1207/S1532706XID0401_1
- Berman, S.L., Weems, C.F., & Stickle, T.R. (2006). Existential anxiety in adolescents: prevalence, structure, association with psychological symptoms and identity development. *Journal of Youth and Adolescence, 35*, 303–10.
- Berthoz, S. & Hill, E.L. (2005). The validity of using self-reports to assess emotion regulation abilities in adults with autism spectrum disorder. *European Psychiatry, 20*, 291–8.

- Braun, V. & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3, 77–101. doi.org/10.1191/1478088706qp0630a
- Breakwell, G.M. & Jaspal, R. (2016). *Identity process theory: identity, social action, and social change*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Cage, E., Bird, G., & Pellicano, L. (2016). 'I am who I am': reputation concerns in adolescents on the autism spectrum. *Research in Autism Spectrum Disorders*, 25, 12–23.
- Cage, E., Di Monaco, J., & Newell, V. (2018). Experiences of autism acceptance and mental health in autistic adults. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 48, 473–84. doi:10.1007/s10803-017-3342-7
- Cage, E. & Troxell-Whitman, Z. (2019). Understanding the reasons, contexts, and costs of camouflaging for autistic adults. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 49, 1899–1911. doi.org/10.1007/s10803-018-03878-x
- Cooper, K., Smith, L.G., & Russell, A. (2017). Social identity, self-esteem, and mental health in autism. *European Journal of Social Psychology*, 47, 844–54.
- Cresswell, L. & Cage, E. (2019). 'Who am I?': an exploratory study of the relationships between identity, acculturation, and mental health in autistic adolescents. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 49, 2901–12. doi:10.1007/s10803-019-04016-x
- Elwin, M., Ek, L., Schröder, A., & Kjellin, L. (2012). Autobiographical accounts of sensing in Asperger syndrome and high-functioning autism. *Archives of Psychiatric Nursing*, 26, 420–9. doi.org/10.1016/j.apnu.2011.10.003
- Erikson, E.H. (1968). *Identity, youth, and crisis*. New York: W.W. Norton.
- Eriksson, P.L., Wängqvist, M., Carlsson, J., & Frisé, A. (2020). Identity development in early adulthood. *Developmental Psychology*, 56, 1968–83.
- Fiene, L. & Brownlow, C. (2015). Investigating interoception and body awareness in adults with and without autism spectrum disorder. *Autism Research*, 8, 709–16. doi.org/10.1002/aur.1486
- Frederickson, N. (2010). The Gulliford lecture: bullying or befriending? Children's responses to classmates with special needs. *British Journal of Special Education*, 37, 4–12.
- Gaigg, S.B., Cornell, A.S.F., & Bird, G. (2018). The psychophysiological mechanisms of alexithymia in autism spectrum disorder. *Autism*, 22, 227–31. doi.org/10.1177/1362361316667062
- Gill, C.J. (1997). Four types of integration in disability identity development. *Journal of Vocational Rehabilitation*, 9, 39–46.
- Greaves-Lord, K. & Geurts, H. (2016). Academische Werkplaatsen Autisme: waarom, hoe en wat? *Wetenschappelijk Tijdschrift Autisme*, 1, 38–42.
- Greaves-Lord, K., Kruizinga, I., Landsman, J., van Daalen, E., Landlust, A., & van Balkom, I.D.C. (2022). Factors associated with behavioural problems in ASD. *Wetenschappelijk Tijdschrift Autisme*, 2, 2–25. doi.org/10.36254/WTA.2022.201
- Guba, E.G. (1981). Criteria for assessing the trustworthiness of naturalistic inquiries. *Educational Communication and Technology*, 29, 75–91. doi.org/10.1007/BF02766777
- Haeghele, J.A. & Maher, A.J. (2021). Male autistic youth experiences of belonging in integrated physical education. *Autism: The International Journal of Research and Practice*, 26, 51–61.
- Hatfield, T.R., Brown, R.F., Giummarra, M.J., & Lenggenhager, B. (2019). Autism spectrum disorder and interoception: abnormalities in global integration? *Autism*, 23, 212–22. doi.org/10.1177/1362361317738392

- Hull, L., Petrides, K.V., Allison, C., Smith, P., Baron-Cohen, S., Lai, M.C., et al. (2017). "Putting on my best normal": social camouflaging in adults with autism spectrum conditions. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 47, 2519–34. doi.org/10.1007/s10803-017-3166-5
- Israel, B.A., Schulz, A.J., Parker, E.A., Becker, A.B., Allen, A., & Guzman, J.R. (2008). Critical issues in developing and following CBPR principles. In M. Minkler and N. Wallerstein (Eds.), *Community-based participatory research for health: from process to outcomes*. 2nd ed. (pp. 47–66). San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- Kroger, J. & Marcia, J.E. (2011). The identity statuses: origins, meanings, and interpretations. In J. Schwartz, K. Luyckx and V. Vignoles (Eds.), *Handbook of identity theory and research* (pp. 31–53). New York, NY: Springer.
- Longarzo, M., D'Olimpio, F., Chiavazzo, A., Santangelo, G., Trojano, L., & Grossi, D. (2015). The relationships between interoception and alexithymic trait: The self-awareness questionnaire in healthy subjects. *Frontiers in Psychology*. 6. doi.org/10.3389/fpsyg.2015.011149
- Marcia, J.E. (1966). Development and validation of ego-identity status. *Journal of Personality and Social Psychology*, 3, 551–8. doi:10.1037/h0023281. PMID: 5939604.
- McAdams, D.P. & McLean, K.C. (2013). Narrative identity. *Current Directions in Psychological Science*, 22, 233–8. doi.org/10.1177/0963721413475622
- Milton, D. (2012). On the ontological status of autism: the "double empathy problem". *Disability and Society*, 27, 883–7.
- Morrow, J.A. & Ackermann, M.E. (2012). Intention to persist and retention of first-year students: the importance of motivation and sense of belonging. *College Student Journal*, 46, 483–91.
- Ragins, B.R. (2008). Disclosure disconnects: antecedents and consequences of disclosing invisible stigmas across life domains. *The Academy of Management Review*, 33, 194–215.
- Rosenberg, M. (1965). Rosenberg Self-Esteem Scale. *PsychTESTS Dataset*. doi:10.1037/t01038-000
- Tajfel, H.E. (1978). *Differentiation between social groups: studies in the social psychology of intergroup relations*. London: Academic Press.
- Tajfel, H. & Turner, J. C. (1979). An integrative theory of intergroup conflict. In W.G. Austin and S. Worchel (Eds.), *The social psychology of intergroup relations* (pp. 33–47). Monterey, CA: Brooks/Cole.
- Van den Bosch, K. & Greaves-Lord, K. (2019). Kennisagenda autisme. Onderzoek onder stakeholders naar onderzoeksbehoeften. *Autisme Magazine*, 4, 36.
- Werkman, M.F., Reijneveld, S.A., Geboers, M., Fokkens, A.S., Begeer, S., & Landsman, J.A. (2022). "The project was a beautiful gift for me": how to engage autistic individuals in co-creation research; an intervention mapping study. (Submitted and under review). *Autism*.

Bijlage A: Interviewschema

Theoretisch concept	Onderwerp interview	Vragen interview
Identiteit Continuïteit van identiteit¹ Zelfvertrouwen² GIDS³	Opvattingen identiteit	Heb je vijf woorden kunnen formuleren die jou kenmerken? Welke?
	Zelfvertrouwen/ Zelfbeeld	Welke van die vijf woorden zie jij als positieve? Welke positieve kanten zijn er nog meer aan jou? Denk je vooral positief of vooral negatief over jezelf?
	Bewustzijn eigen lichaam	Hoe is het om in jouw lichaam te zitten? In hoeverre ben jij bewust van wat er allemaal in je lichaam gebeurt?
Succesvolle identiteitsvorming "Coming out"⁴ ; Sociale camouflage⁵ ; "fidelity"⁶ ; Integratie samenleving⁶	Identiteitsstatus	We hebben nu deze domeinen (vrije tijd, persoonlijke kenmerken, relatie, opleiding, ouders, levensbeschouwing, vriendschap). Welke van deze domeinen vind je het belangrijkst? Je mag er twee kiezen.
	Congruentie zelfkennis en gepresenteerde zelf	Hoe vaak presenteert jij je aan andere mensen zoals je echt bent? Hoe vaak doe jij je anders voor bij andere mensen dan je echt bent?
	Intieme banden	Hoe zou jij een oprecht intieme band met iemand beschrijven? Hoeveel oprecht intieme banden heb je?
	Delen diagnose	In hoeverre vertel jij mensen over je ASS-diagnose?
	Integratie samenleving	Stel jezelf voor zoals je jezelf aan het begin beschreef. Denk je dat deze persoon 'past' binnen de rest van de samenleving?
	Gevormdheid identiteit	Zou je zeggen dat je 'af' bent? Hoe zeker ben je over wie je bent?
Geestelijke gezondheid Identity distress⁷ ; Existentiële angsten⁸	Zorgen over identiteit	Zie je een verband tussen duidelijkheid over wie je bent en je geestelijke gezondheid? Welke? Maak je wel eens zorgen hoe je je leven moet invullen (zodat het past bij wie je bent?). Hoe vaak?
	Existentiële angsten	Heb je wel eens het gevoel dat het leven betekenisloos is? Kun je daar wat meer over vertellen?

<p>Identiteitsin- terventies/ zelfontwikkelde copingstrategieën</p>	<p>Synthese interview naar interventie-ideeën</p>	<p>Als je zelf een hulpprogramma mocht beden- ken, hoe zou je zelf geholpen willen worden met [belangrijkste ter sprake gekomen problemen in interview]? Wat voor advies zou je geven aan jezelf [op zelfde moment van leven als waarmee ze zichzelf vergeleken eerder in het interview] vinden?</p>
--	---	--

¹ Breakwell & Jaspal, 2016; ² Rosenberg, 1965; ³ Gill, 1997; ⁴ Hull et al., 2017; ⁵ Erikson, 1968; ⁶ Marcia, 1966; ⁷ Berman, Montgomery & Kurtines, 2004; ⁸ Berman, Weems & Strickle, 2006; ⁹ Berman, Kennerley & Kennerly, 2008

SWP

Bestel online op www.swpbook.com



LIFEHACKS-AUTISME.SWPBOOK.COM

Lifehacks voor meiden met autisme

Handige tips voor dagelijkse problemen

Elis Blijd-Hoogewys, Marleen Bezemer & Audrey Mol

ISBN 978 90 8850 979 7 | 224 PAGINAS | € 28,00 | 5e DRUK

Lifehacks voor meiden met autisme geeft informatie, tips en soms eenvoudige oefeningen voor allerlei thema's waar deze meisjes in hun (dagelijks) leven tegenaan kunnen lopen: samenwerken, huiswerk maken, roddelen, keuzestress, overprikkeling, ingewikkelde gevoelens, puberteit, kleding, make-up, vriendelijkheid en seksualiteit.

Gepland voor het najaar:

Lifehacks voor vrouwen met autisme, deel 1 & 2



SWPBOOK.COM/243



SWPBOOK.COM/244

Uitgaven van SWP zijn verkrijgbaar in de (online) boekhandel