

5. Op eigen benen?

In het kort

Volwassen worden, jezelf redden in de wereld: het gaat bij niemand vanzelf. Als je een autisme diagnose hebt, is het vaak een extra uitdaging. En hoe is dat als een ouder ook de diagnose heeft: helpt dat dan of juist niet? Samen met jongeren uit zulke 'multiplex' gezinnen onderzochten we wat hen helpt om zelfstandiger te worden. Het resultaat? Nieuwe inzichten en een serie praktische tips & tricks.

Vier tips die jongeren helpen zelfstandiger te worden:

1 Wees als omgeving positief ondersteunend
→ leg nadruk op wat goed gaat

Ook interessant

Weet wie je kan helpen als het vastloopt en accepteer hulp. Dat is misschien nog wel belangrijker voor zelfstandig kunnen leven dan dat je alles echt zelf kunt.

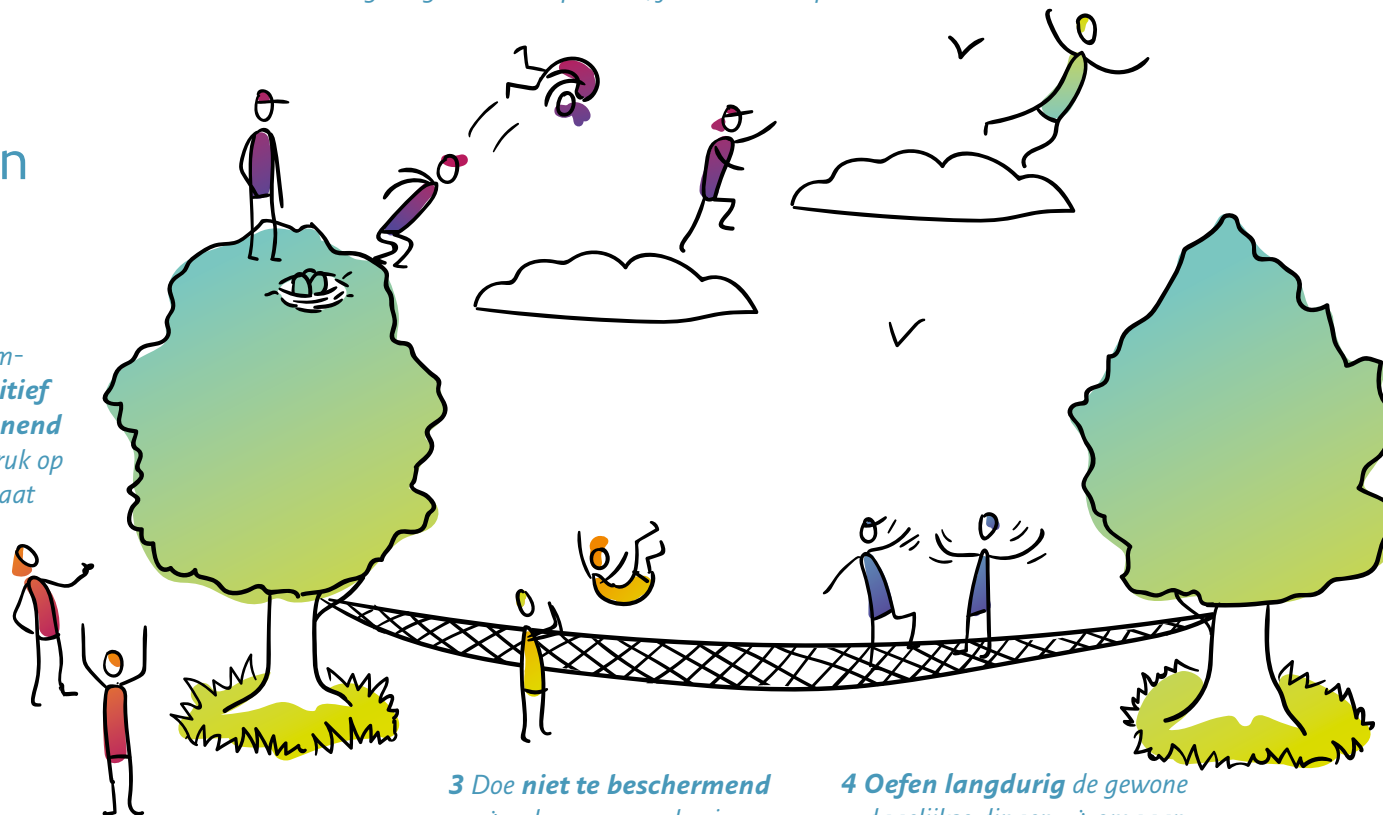
Aan de slag!

Meer weten over het onderzoek? Lees het artikel in Engagement (nu: Autismemagazine Editie 1 voorjaar 2016 - Pagina 24-25.). Of neem contact op met onderzoeker Sigrid Piening: s.piening@lentis.nl.

2 Let op fysieke fitheid → omgaan met omgevingseisen is uitputtend, fitheid kan helpen

3 Doe niet te beschermend
→ volwassen worden is nou eenmaal vallen & opstaan

4 Oefen langdurig de gewone dagelijkse dingen → omgaan met geld, reizen, koken



Voor wie van belang?

- * professionals zorg en welzijn
- * jongeren en jongvolwassenen met autisme & hun familie

