



Zorgmodule

Trainingshuis voor mensen met een Autisme Spectrum Stoornis

Zorgprogramma ASS

Wat is het en voor wie?

Het Trainingshuis is een tijdelijke woonvorm voor jonge mensen met een autisme-spectrumstoornis (ASS). Deze woonvorm biedt een veilige omgeving waarin zij allerlei verschillende vaardigheden kunnen leren en oefenen. Het Trainingshuis is geschikt voor mensen met ASS die:

- achttien jaar zijn of ouder.
- op een normaal begaafd niveau functioneren.
- willen leren (meer) zelfredzaam te worden in een woonsituatie.
- dit naar verwachting binnen ongeveer drie jaar kunnen leren.

Het Trainingshuis biedt begeleiding bij het aanleren van basisvaardigheden zoals het kunnen omgaan met een dagritme, persoonlijke hygiëne, verzorging van de woonomgeving, koken en het onderhouden van sociale contacten.

Waarom?

Je hebt ASS en je wilt een zo zelfstandig mogelijk leven leiden. Je vraagt ondersteuning om het mogelijk te maken zelfstandig(er) te kunnen gaan wonen. Veel voorkomende vragen van jonge mensen met ASS zijn:

- Hoe kan ik verantwoordelijkheid gaan dragen voor een gezonde manier van leven?
- Hoe kan ik een (intieme) relatie aangaan en hoe kan ik hierin weerbaar zijn?
- Hoe kan ik met mijn autisme omgaan?
- Hoe verzorg ik mezelf goed?
- En hoe verzorg ik mijn omgeving - huishouden, koken, financiën - goed?
- Hoe kan ik al deze dingen tegelijkertijd goed organiseren?

Wat leer je?

Tijdens je verblijf in het Trainingshuis leer je verschillende dingen.

- Je leert over autisme en wat dat voor jou persoonlijk betekent. Je krijgt inzicht in wat je mogelijkheden en beperkingen zijn, en je leert je beperkingen accepteren.

- Je leert je mogelijkheden wat betreft daginvulling benutten en optimaliseren. Je werkt binnen een jaar toe naar zes dagdelen dagbesteding per week.
- Je leert vaardigheden aan op het gebied van zelfverzorging, het voeren van een huishouding, en vaardigheden op het maatschappelijk vlak.
- Je leert je vaardigheden in de omgang met anderen, zowel binnen het Trainingshuis als daarbuiten, optimaliseren.
- Je leert je hulpvragen hanteren en ze aan de juiste mensen of instanties stellen, bijvoorbeeld je huisarts.
- Je krijgt helder welke vorm van wonen als vervolg op het Trainingshuis haalbaar is.

Je kunt niet deelnemen als...

Het Trainingshuis is niet geschikt voor mensen die ernstig psychotisch zijn of die verslavings- en/of gedragsproblemen

>>

hebben. Als dit soort klachten op de voorgrond staan, zijn daarvoor andere, meer geschikte behandelvormen beschikbaar.

Hoe wordt er gewerkt?

Je krijgt een persoonlijk begeleider die erop let dat je gedoseerd en stapsgewijs het trainingstraject doorloopt. Het traject bestaat uit drie fases. Deze fases zijn voorspelbaar en herkenbaar:

1. Samen met je persoonlijk begeleider zoek je uit welke doelen je wilt bereiken, en bespreek je wat er nodig is om die doelen te bereiken.
2. In de tweede fase kies je de activiteiten en vaardigheidstrainingen die bij je doelen passen.
3. De derde fase bestaat uit het deelnemen aan de vaardigheidstrainingen. Ook ga je op zoek naar zogenaamde hulpbronnen in je omgeving; mensen of instanties die je kunnen ondersteunen in je werk of in je dagelijks leven.

Je doelen worden in een plan vastgelegd. Met je persoonlijk begeleider bespreek je regelmatig hoe het gaat en of de doelen in het plan moeten worden bijgesteld. Soms is je behandelcoördinator ook aanwezig bij de besprekingen. En als je wilt, kan een familielid of iemand anders uit je directe omgeving ook aan deze gesprekken deelnemen.

Behalve aan je eigen trainingstraject kun je ook deelnemen aan groepsactiviteiten. Er zijn bijvoorbeeld lessen over gezonde voeding en omgaan met geld. Ook kun je samen activiteiten organiseren, zoals samen koken, sporten of spelletjes doen.

Het trainingstraject is afgelopen als:

- de drie jaar voorbij zijn.
- je zoveel geleerd hebt dat je zelfstandiger kunt gaan wonen.
- jijzelf of je begeleider vindt dat het Trainingshuis niet meer de geschikte plek voor je is.

Een eindverslag en een eindgesprek maken deel uit van het afsluiten van het traject.

Praktische informatie

- Het Trainingshuis biedt ruimte aan tien mensen die aan het trainingstraject deelnemen.
- Er is begeleiding aanwezig met een maximum van zestien uur per dag; als er geen begeleiding aanwezig is, is telefonisch overleg mogelijk.
- Het team van hulpverleners bestaat uit een persoonlijk begeleider, een begeleidend team, een behandelcoördinator, een psychiater en een teamleider.
- Het Trainingshuis bevindt zich in een kleinschalig appartementencomplex met een eigen voordeur. Er zijn tien zelfstandige woonunits met eigen sanitair, een gezamenlijke ruimte voor diverse activiteiten, en een kantoor. De keuken wordt gedeeld met een medebewoner.