



Kristen Bottema-Beutel

Over de effectiviteit van sociale vaardigheidstrainingen voor mensen met autisme bestaan al langer twijfels. Nieuw is het inzicht dat ze mogelijk zelfs tot schade kunnen leiden. 'Ik denk dat sociale vaardigheidstrainingen draaien om het aanmoedigen van mensen met autisme om hun autistische kenmerken te verbergen.'

Baat het niet, schaadt het wel?

Door Julie Wevers

Veel mensen met autisme krijgen vroeg of laat een sociale vaardigheidstraining aangeboden, ook wel sova-training genoemd. Sova- of weerbaarheidstrainingen staan zelfs in de top 5 van de meest gevolgde behandelingen van mannen met autisme, zo blijkt uit de recent verschenen rapportage 2020 van het Nederlands Autisme Register (NAR). Twijfels bestaan er al langer over de effectiviteit van deze trainingen bij mensen met autisme. Inmiddels bestaan er ook zorgen over de mogelijk schadelijke gevolgen.

Het echte leven

De Amerikaans-Nederlandse onderzoeker en special needs-specialist Kristen Bottema-Beutel onderzocht onder meer het ook in

Nederland veel gebruikte programma PEERS, speciaal ontwikkeld voor jongeren met autisme. Dit gaat er volgens haar ten onrechte van uit dat het sociale verkeer vaste en eenduidige spelregels kent. En houdt er veel te weinig rekening mee dat die regels per omgeving of context totaal kunnen veranderen. Geen wonder dus dat mensen met autisme die deze training hebben gevolgd in dat echte leven vaak helemaal niet met deze spelregels uit de voeten kunnen, zo schrijft zij vrij vertaald in haar eind 2017 verschenen commentaar (zie QR-code) in het gezaghebbende wetenschappelijke tijdschrift *Journal of Autism and Developmental Disorders*.

De enige 'correcte' manier

Door de sociale regels uit sova-programma's - bewust of onbewust - te presenteren als de enige 'correcte' manier om je te gedragen in sociale situaties, wordt

volgens haar bovendien camouflage-gedrag in de hand gewerkt. 'Ik denk dat sociale vaardigheidstrainingen autistische mensen aanmoedigen om hun autistische kenmerken te verbergen,' zegt Bottema-Beutel in een reactie. 'Dat alleen al is problematisch aangezien camoufleren in verband wordt gebracht met veel psychische problemen bij deze doelgroep.' Sinds haar onderzoek is er volgens Bottema-Beutel inhoudelijk weinig essentieels veranderd aan programma's als PEERS.

Individueel traject

'Persoonlijk ben ik voorzichtig met deze trainingen,' zegt klinisch psycholoog en autisme-expert Annelies Spek. 'Bij een sociale vaardigheidstraining impliceer je namelijk al snel dat er bepaalde sociale vaardigheden zijn die iemand zou moeten bereiken. Het risico bestaat dat je mensen hierdoor overvraagt en de nadruk vooral komt te liggen op wat iemand niet goed kan.'

Als mensen met autisme Spek om hulp vragen bij het sociaal vaardiger worden, biedt zij altijd een individueel traject op maat aan. 'Daarin bespreken we de specifieke situatie die de persoon zelf moeilijk vindt. Ook kijken we dan samen naar wat helpt, bijvoorbeeld welk gedrag en welke zinnen passend zijn. Daardoor kun je je in sommige spannende situaties toch wat vaardiger gaan voelen. Bijvoorbeeld tijdens een sollicitatiegesprek of als je als jongere voor het eerst naar een voetbalclub gaat.'

Veel vriendinnen

Nadeel van een 'geprotocolleerde' sociale vaardigheidstraining is volgens Spek dat je iemand al snel de boodschap geeft dat hij niet goed is zoals hij is. 'Bijvoorbeeld als je een vrouw met autisme het idee geeft dat zij eigenlijk een grote vriendengroep zou moeten hebben, net zoals veel andere vrouwen. Dit soort boodschappen wil je niet uitstralen naar iemand met autisme. Niet vanuit een sova-training, niet als school en ook niet als ouders. Ik denk dat je juist eerlijk moet zijn door te zeggen: het sociale stuk is misschien niet iets waarin jij het beste zult zijn, jij bent beter in andere dingen. Ook is het vaak goed om samen te onderzoeken wat iemands daadwerkelijke behoefte is op het gebied van sociale contacten en om daar vervolgens naar te gaan leven, voor zover mogelijk.'

Camoufleren en compenseren

Volgens Spek zou het interessant zijn om sova-trainingen, maar ook vroegtijdige interventie- en psycho-educatie-programma's, eens onder de loep te nemen. 'We weten pas vrij recent dat camoufleren en compenseren duidelijke nadelen hebben. Met deze nieuwe kennis in het achterhoofd zou onderzocht kunnen worden of we in deze interventies wellicht impliciet en onbewust de verkeerde boodschap geven aan mensen met autisme. Ook is het goed om in kaart te gaan brengen wat mensen met autisme wél helpt om een positief zelfbeeld op te bouwen en om de verschillende taken en rollen die bij het leven horen goed aan te kunnen.' ●

'Impliciet en onbewust geven dit soort interventies een verkeerde boodschap'



Commentary on Social Skills Training Curricula for Individuals with ASD: Social Interaction, Authenticity and Stigma door Kristen Bottema-Beutel. Scan de QR-code voor de publicatie.

Wat is een sociale vaardigheidstraining?

Doel van sociale vaardigheidstrainingen is om mensen makkelijker te laten navigeren in het sociale leven. Ze worden vaak aangeboden aan kinderen of jongeren die extreem verlegen zijn, te afwachtend, sociaal angstig of juist agressief. Onderwerpen die tijdens de training aan bod komen zijn onder meer: hoe begin je een gesprek? Hoe maak je oogcontact? Hoe werk je goed samen? Hoe ga je om met pesten? Uit onderzoek blijkt dat het veel mensen met autisme niet goed lukt om de tijdens een sociale vaardigheidstraining geleerde vaardigheden toe te passen in het dagelijks leven. Bij kinderen en jongeren met autisme bestaat bovendien vaak weinig motivatie om de training vol te houden.

Lees ook het artikel over camoufleren en de negatieve gevolgen daarvan in dit magazine vanaf pagina 24.