

# Inhoud

I	Introductie op het begrip Theory of Mind	7
II	Visie op de behandeling van de mens met autisme	9
III	Overzicht van de ToM-behandeling	13
IV	Programma ToM-behandeling	15
V	Gebruik van het werkboek	17
	<b>Sessie 1</b>	19
	Introductiebijeenkomst	
	<b>STADIUM I</b>	22
	<b>Sessie 2</b>	25
	Thema: Mijn lichaam: de fysieke buitenkant	
	<b>Sessie 3</b>	25
	Thema: Mijn lichaam: de fysieke binnenkant	
	<b>Sessie 4</b>	27
	Thema: Betekenis van tijd en ruimte	
	<b>Sessie 5</b>	29
	Thema: Besef van de eigen gevoelswereld	
	<b>Sessie 6</b>	31
	Thema: Zelfbesef en zelfbeeld	
	<b>STADIUM II</b>	34
	<b>Sessie 7</b>	35
	Thema: Tijd en ruimte in relatie tot de ander	
	<b>Sessie 8</b>	39
	Thema: Imiteren	
	<b>Sessie 9</b>	41
	Thema: Ontdekken van het onderscheid tussen eigen mentale representaties en die van de ander	
	<b>Sessie 10</b>	43
	Thema: Vuistregels in het sociale verkeer	

## 6 ToM EEN KWESTIE VAN BEWUST-ZIJN

STADIUM III	46
Sessie 11	49
Thema: Denken over denken	
Sessie 12	53
Thema: Humor: spelen met perspectieven	
Sessie 13	55
Thema: Vervreemding en angst	
Sessie 14	59
Thema: Terugblikken en vooruitkijken: naar een verandering in attitude	
Bijlage bij sessie 1	60
Bijlage bij sessie 13	61

# I

## Introductie op het begrip Theory of Mind

Wat is Theory of Mind (ToM)? We verstaan hieronder het vermogen om voorstellingen te maken van onze eigen gedachten en gevoelens, én van de gedachten en gevoelens van anderen.

ToM heeft affectieve en cognitieve aspecten. Een affectieve ToM gaat over het herkennen en begrijpen van emoties. Een cognitieve ToM heeft betrekking op het denken over gedachten, overtuigingen en intenties. Zowel een affectieve ToM als een cognitieve ToM kan gaan over eigen emoties, gedachten, overtuigingen (intrapersoonlijke ToM) en over die van een ander (interpersoonlijke ToM). Kort gezegd geeft een affectieve ToM inzicht in het eigen gevoelsleven. Een affectieve ToM maakt het ook mogelijk dat emoties van anderen gelezen worden in (non-)verbaal gedrag (op basis van dialoog, houding en gezichtsuitdrukkingen). Dankzij een affectieve ToM zijn wij in staat ons in te leven in de ander. Een cognitieve ToM maakt het mogelijk te denken over gedachten, overtuigingen, bedoelingen en intenties. Dankzij ons vermogen om een cognitieve ToM te vormen zijn wij in staat waar te nemen wat de ander voelt, denkt en bedoelt, maar ook te begrijpen *waarom* de ander voelt wat zij voelt en doet wat zij doet. Een cognitieve ToM is kort gezegd het kunnen lezen van de gedachten van onszelf en van de ander.

De activiteit van het vormen van een ToM noemen we mentaliseren. Mentaliseren is een mentale activiteit waarbij wij gedrag van onszelf en/of van anderen kunnen waarnemen en interpreteren. Wij zijn door middel van mentaliseren in staat om onze emoties, onze gedachten, onze overtuigingen en onze intenties te herkennen en ons een voorstelling te maken van emoties, gedachten, overtuigingen en intenties van anderen, waardoor we ons eigen gedrag en dat van anderen kunnen navoelen en begrijpen. Dit ToM-vermogen vormt de basis van onze communicatie en onze sociale vaardigheden.

Bekend is dat er bij mensen met autisme sprake is van stoornissen in het vermogen om een ToM te vormen. Dit minvermogen ligt ten grondslag aan stoornissen in de communicatie en sociale interactie. Immers, wanneer het moeilijk is je een voorstelling te maken van je eigen binnenwereld en die van de ander, dan is het ook moeilijk om gedrag van mensen te begrijpen.



## III

# Visie op de behandeling van de mens met autisme

De ToM-behandelingsmethode vindt zijn vertrekpunt in de opvatting dat ieder mens uniek is in wie hij of zij als persoon is. Het gaat bij deze methode om het ontwikkelen van het besef van deze onvervreembare eigenheid. Parallel hieraan stimuleren we het besef dat deze eigenheid onderscheiden is van anderen met eenzelfde unieke eigenheid. Het ontwikkelen van dit besef verloopt via de methode van reflectie op mijzelf, op mijn gevoelens, ervaringen, gedachten en gedrag om vanuit deze reflectie op mijzelf bekend te worden.

Bij mensen met de diagnose autisme komt het vaak voor dat zij zichzelf als 'anders dan anderen' ervaren, dat zij de ervaring hebben af te wijken van wat gewoon is, van wat de alledaagse norm is. Hierdoor hebben zij het gevoel er niet bij te horen of niet te weten hoe erbij te horen. De diagnose autisme kan soms zelfs ervaren worden als een stigma dat veroorzaakt tot het behoren tot een aparte categorie in de samenleving. Dit kan gepaard gaan met gevoelens van schaamte.

De ToM-behandeling heeft als doel zowel het besef als de ervaring te bevorderen dat ik een uniek persoon ben, onderscheiden van maar gelijkwaardig aan ieder ander in de samenleving waartoe wij allen behoren. Wij gaan van de visie uit dat ieder mens een eigen unieke persoonlijkheid heeft die beschouwd kan worden als een kapstok. Ieder mens heeft aan deze kapstok rugzakjes hangen. Mensen met autisme hebben het rugzakje 'autisme' te dragen. Dat rugzakje bepaalt de last die gedragen wordt, maar bepaalt niet de kapstok oftewel de identiteit van de persoon. Tijdens de vorming van een zelfbeeld en eigen identiteit is van belang dat rugzakjes gekend en herkend worden. Je doet ze als het ware open. Het openen van het rugzakje autisme leidt ertoe dat je meer vertrouwd raakt met de moeilijke kanten van autisme. Hierdoor kun je je beter verhouden tot jezelf en je omgeving. De ToM-behandeling richt zich niet op veranderen in een andere persoon, maar op 'het andere' in mijzelf naar voren laten komen. Op grond hiervan kan ik mijn eigenheid ervaren en respecteren.

Door het hele traject van de ToM-behandeling te doorlopen kan een accepterende en waarderende houding groeien naar wie we als persoon zijn. Zo kan de 'vervreemding' ten aanzien van de omringende wereld verbleken en veranderen in een gevoel van 'een eigen plaats innemen' om van daaruit met een grotere toegankelijkheid die omringende wereld tegemoet te gaan.

Een van de deelnemers aan de ToM-behandeling verwoordde haar veranderende visie op zichzelf als mens met autisme als volgt:

## Overleven als autist

### **Ik heb autisme, ik ben soms**

*Afwijzend*

*Uit balans*

*Traag van begrip*

*In mezelf gekeerd*

*Storend*

*Moe*

*Egocentrisch*

### **Maar ook mens,**

*Moedig*

*Eigenwijs*

*Nieuwsgierig*

*Slim*

### **Ik probeerde te overleven door,**

*Observeren*

*Vragen te stellen*

*Eigen grenzen te overschrijden*

*Reactie te vermijden*

*Lief te zijn voor anderen*

*Emoties te bestuderen*

*Vergeten wie ik zelf ben*

*Eigen te maken wat ik zag*

*Normaal te willen zijn*

**Maar als autist ben ik mezelf,**

*Anders*

*Uniek*

*Trouw*

*Interessant (soms irritant)*

*Slim*

*Te gek!*

*Suzanne*





# III

## Overzicht van de ToM-behandeling

### Stadium I

#### Ontsluiten van de opgesloten belevingswereld



Dit stadium volgt het ontwikkelingsbeloop van de fase van 0 tot 18 maanden in het separatie-individueelproces. Het beslaat de symbiotische fase en de practicing fase.

Voor wat betreft de ToM-ontwikkeling valt dit stadium samen met ToM-fase I van intersubjectiviteit.

Centraal staat: ontwikkeling van het zelfbewustzijn: het Zelf in fysiek en mentaal opzicht.

### Stadium II

#### Differentiëren van het Zelf ten opzichte van de omgeving



Dit stadium volgt het verdere beloop van differentiatie tussen het Ik en de Ander en loopt parallel aan de fase van 18 tot 48 maanden in het separatie-individueelproces. Het beslaat de rapprochement fase en de object constan-tiefase.

#### Sessie 1

#### Introductiebijeenkomst

- Sessie 2** Thema: Mijn lichaam: de fysieke buitenkant
- Sessie 3** Thema: Mijn lichaam: de fysieke binnenkant
- Sessie 4** Thema: Betekenis van tijd en ruimte
- Sessie 5** Thema: Besef van de eigen gevoelswereld
- Sessie 6** Thema: Zelfbesef en zelfbeeld

- Sessie 7** Thema: Tijd en ruimte in relatie tot de ander
- Sessie 8** Thema: Limiteren
- Sessie 9** Thema: Ontdekken van het onderscheid tussen eigen mentale representaties en die van de ander
- Sessie 10** Thema: Vuistregels in het sociale verkeer

Voor wat de ToM-ontwikkeling betreft valt dit stadium samen met ToM-fase II van opkomend zelfbewustzijn.

Centraal staat: ontwikkeling van het zelfbewustzijn: het Zelf in relatie tot de Ander in fysiek en mentaal opzicht.

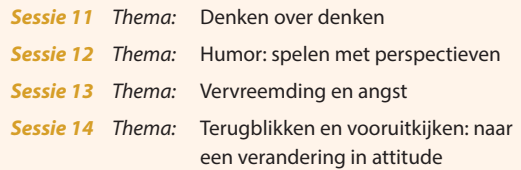
### Stadium III

#### Verdere integratie en verdieping van het Zelf als gevolg van een rijpere ToM



Dit stadium sluit aan bij ToM-fase III van eerste-orde ToM en ToM-fase IV van tweede-orde ToM die loopt van 4 tot 11 jaar.

Centraal staat: de toepassing van het begrip dat er meerdere perspectieven naast elkaar kunnen bestaan.

- 
- Sessie 11* Thema: Denken over denken
  - Sessie 12* Thema: Humor: spelen met perspectieven
  - Sessie 13* Thema: Vervreemding en angst
  - Sessie 14* Thema: Terugblikken en vooruitkijken: naar een verandering in attitude