



rijksuniversiteit
groningen

**Interventies als hulpmiddel tijdens en
voorafgaand aan de identiteitsontwikkeling van
mensen met autisme: De PEERS-training en
imaginaire exposure**

*Interventions as a tool during and before the
identity development of people with autism: The
PEERS training and imaginal exposure*

**Masterthese Klinische Psychologie
Onderzoeksverslag**

Isabelle Janssen

*S4509153
juli 2022*

Examinator: Dr. K. Greaves-Lord
Tweede beoordelaar: Dr. ing. M.M. Goedendorp
faculteit gedrags- en maatschappijwetenschappen
Afdeling Psychologie
Rijksuniversiteit Groningen

Een masterthese is een proeve van bekwaamheid voor studenten. De goedkeuring van de masterthese is het bewijs dat de student over voldoende onderzoeks- en rapportagevaardigheden beschikt om af te studeren, maar biedt geen garantie voor de kwaliteit van het onderzoek en de resultaten van het onderzoek als zodanig, en de masterthese is dan ook niet zonder meer geschikt om als academische bron te worden gebruikt om naar te verwijzen. Indien u meer wilt weten over het in deze masterthese besproken onderzoek en eventueel daarop gebaseerde publicaties, waarnaar u zou kunnen verwijzen, kunt u contact opnemen met de genoemde begeleider.

Samenvatting

Veel adolescenten ervaren stress tijdens de identiteitsontwikkeling, maar mensen met autisme ervaren naast deze stress ook vaak problemen in de identiteitsontwikkeling (Cooper, 2017). Daarnaast blijkt dat het hebben van een sociaal trauma mogelijk de zoektocht naar de identiteit in de weg kan staan. In eerder onderzoek zijn de behoeften: zelfkennis, zelfacceptatie, zelfregulatie en zelfrealisatie beschreven, die van belang zijn in de identiteitsontwikkeling van mensen met autisme (Greaves-Lord, persoonlijke communicatie, 13 april 2022). Om de identiteitsontwikkeling gemakkelijker te laten verlopen, is een interventie onderzocht die mogelijk in de behoeften kan voorzien. Hypothese 1 veronderstelt dat de PEERS-training zinvol kan bijdragen aan de identiteitsontwikkeling van mensen met autisme. Hypothese 2 veronderstelt dat imaginaire exposure randvoorwaardelijk kan zijn, voorafgaand aan interventies gericht op identiteitsontwikkeling, wanneer er sprake is van een sociaal trauma. Hypothese 1 is getoetst aan de hand van een thematische analyse en hypothese 2 aan de hand van een literatuurstudie. De resultaten laten zien dat de PEERS-training voldoende toereikend in de behoeften van zelfkennis, zelfregulatie en zelfrealisatie voorziet. In de behoefte van zelfacceptatie kan slechts ten dele tegemoet worden gekomen. Hypothese 1 kan om deze reden dan ook deels bevestigd worden. Uit de literatuurstudie blijkt tevens dat imaginaire exposure een goede methode kan zijn voor het behandelen van een sociaal trauma, zodat een persoon zich vervolgens kan richten op interventies gericht op de identiteitsontwikkeling. Hypothese 2 kan dan ook bevestigd worden. De implicaties van deze onderzoeksresultaten en de bijbehorende beperkingen worden besproken.

Trefwoorden: autisme, identiteitsontwikkeling, PEERS-training, sociaal trauma, imaginaire exposure

Abstract

Many adolescents experience stress during identity development, but people with autism often experience problems in identity development in addition to this stress (Cooper, 2017). In addition, it appears that having a social trauma may block the search for identity. Previous research has described the needs: self-knowledge, self-acceptance, self-regulation and self-realization that are important in the identity development of people with autism (Greaves-Lord, personal communication, April 13, 2022). In order to facilitate identity development, an intervention has been investigated that may be able to meet the needs. Hypothesis 1 assumes that the PEERS training can contribute meaningfully to the identity development of people with autism. Hypothesis 2 assumes that imaginal exposure can be preconditional, prior to interventions aimed at identity development, when there is a social trauma. Hypothesis 1 has been tested on the basis of a thematic analysis and hypothesis 2 on the basis of a literature study. The results show that the PEERS training sufficiently satisfies the needs of self-knowledge, self-regulation and self-realization. The need for self-acceptance can only be partially met. Hypothesis 1 can therefore be partly confirmed. The literature review also shows that imaginal exposure can be a good method for treating a social trauma, so that a person can focus on interventions aimed at identity development. Hypothesis 2 can therefore be confirmed. The implications of these research results and their limitations are discussed.

Keywords: autism, identity development, PEERS training, social trauma, imaginal exposure

Interventies als hulpmiddel tijdens en voorafgaand aan de identiteitsontwikkeling van mensen met autisme: De PEERS-training en imaginaire exposure

Bij identiteitsontwikkeling gaat de aandacht uit naar de manier waarop mensen een min of meer geïntegreerd beeld over, en gevoelsmatige houding tegenover zichzelf ontwikkelen (Verkuyten, 1999). Identiteitsontwikkeling is iets waar veel mensen met horten en stoten doorheen gaan. Met name in de adolescentie ervaart men over het algemeen moeilijkheden op het gebied van identiteitsontwikkeling. Uit de literatuur is echter gebleken dat mensen met autisme deze identiteitsontwikkeling nog wat lastiger ervaren (Cooper et al., 2017).

Identiteitsontwikkeling

In de jaren zestig werd het fenomeen identiteit gepopulariseerd door de psychoanalyticus Erikson. Volgens Erikson (1968) is identiteit het gevolg van een poging van het individu om zich los te koppelen van zijn of haar ouders. Het individu vertrouwt hierbij niet langer alleen op de beslissingen, waarden en doelen van de ouders, maar het individu gaat deze zelf vormen (Larsen & Buss, 2008). Het bereiken van een identiteit kost volgens Erikson werk en inspanning en daarnaast geldt altijd het risico dat een bereikte identiteit ongedaan zou kunnen worden gemaakt. Volgens Erikson moeten mensen continue werken aan het bereiken en behouden van hun identiteit (Larsen & Buss, 2008).

Identiteit kan volgens Erikson (1968) op verschillende manieren worden bereikt. De meeste mensen vestigen zich in een comfortabele identiteit en bereiken enige stabiliteit na een periode van exploreren. Daarentegen vinden andere mensen hun identiteit niet middels exploreren, in plaats daarvan verwerven zij een identiteit door een kant-en-klare sociale rol te accepteren en aan te nemen. Deze kant-en-klare sociale rol wordt meestal gepraktiseerd en verschaft door hun ouders of door belangrijke anderen (Larsen & Buss, 2008).

Identiteitsstatussen

Marcia (1966) heeft bij adolescenten verschillende identiteitsontwikkelingen gemeten aan de hand van een semigestructureerd interview en heeft vier identiteitsstatussen vastgesteld. Bij het vaststellen werd onderzocht of er op het gebied van werk, geloof en politieke ideologie een periode van crisis en commitment aanwezig was. Een crisis (exploreren) verwijst naar de periode waarin een individu betrokken is bij zijn of haar keuze tussen betekenisvolle alternatieven. *Commitment* verwijst naar een persoonlijke investering van een individu in een betekenisvol alternatief.

De vier identiteitsstatussen zijn: *identity achievement*, *identity diffusion*, *moratorium* en *foreclosure*. Een persoon die aansluit bij de *identity achieved* status, heeft een crisisperiode meegemaakt en heeft zich vervolgens gebonden aan één van de alternatieven. Deze persoon heeft meerdere opties overwogen, maar heeft een keuze gemaakt die aan zijn of haar voorwaarden voldoet. Een *identity diffusion* status wordt gekenmerkt door een gebrek aan inzet in de zoektocht naar betekenisvolle alternatieven. De persoon heeft geen crisisperiode meegemaakt en geen besluit genomen. Een persoon die aansluit bij de *moratorium* status is in zijn of haar crisisperiode vaag met het maken van een beslissing. Deze persoon probeert een compromis te sluiten tussen wat ouders wensen, wat de samenleving van hem of haar verwacht en wat zijn of haar eigen capaciteiten zijn. Een *foreclosure* status wordt gekenmerkt door het ontbreken van een crisisperiode, waarbij een persoon niet opzoek is gegaan naar betekenisvolle alternatieven, maar toch betrokkenheid lijkt te uiten voor een bepaalde keuze.

Problemen tijdens de identiteitsontwikkeling

Adolescenten

Tijdens de zoektocht naar hun identiteit ervaren veel mensen stress. Berman & collega's (2004) onderzochten de relatie tussen het identiteitsproces en de mate van stress en concludeerden dat exploratie direct geassocieerd wordt met stress. Wanneer iemand

committed is neemt deze stress echter af. Personen in de moratorium identiteitsstatus ervaren de hoogste mate van stress. Zij exploreren wel, maar ervaren geen moment van *commitment*.

Een levensfase waarin veel mensen de zoektocht naar hun eigen identiteit starten en waarbij veel stress op het gebied van identiteit wordt ervaren is de adolescentie. Adolescenten bevinden zich in de levensfase waarin ze doelen en waarden voor de rest van hun leven ontwikkelen en ontdekken wat hun rol is in het leven (Erikson, 1968). Zorgen maken over geschikte levensdoelen, waarden en rollen kunnen leiden tot grotere zorgen over leven en dood. *Commitment* kan hierbij een beschermende factor zijn (Berman et al., 2006).

Mensen met autisme

Naast bovengenoemde stress tijdens de adolescentie, ervaren mensen met autisme ook vaak problemen tijdens de identiteitsontwikkeling. Allereerst ervaren mensen met autisme veelal problemen bij het opbouwen van een sociale identiteit (Cooper et al., 2017). Sociale interactie tussen mensen speelt namelijk een belangrijke rol bij het opbouwen van een sociale identiteit (Turner, 1991, geciteerd in Cooper et al., 2017). Mensen met autisme hebben echter in vele gevallen tekortkomingen in de sociale communicatie, samen met beperkte, repetitieve gedragspatronen, interesses en activiteiten. Deze tekortkomingen in de sociale communicatie kunnen een aanzienlijke impact hebben op het sociale functioneren van een individu. Daaropvolgend kunnen deze tekortkomingen zorgen voor een belemmering in het vormen van een sociale identiteit bij mensen met autisme (Cooper et al., 2017).

Ten tweede zijn er specifieke cognitieve verschillen gevonden bij mensen met autisme, die kunnen bijdragen aan moeilijkheden bij het vormen van een identiteit (Cooper et al., 2017). Zo blijkt uit onderzoek van Crane & Goddard (2008) dat mensen met autisme autobiografische geheugenstoornissen kunnen ervaren, waardoor ze moeite kunnen hebben met het onthouden van belangrijke levensgebeurtenissen. Dit verminderde vermogen om levensgebeurtenissen te onthouden kan leiden tot een minder duidelijk beeld van het

zelfconcept bij iemand met autisme en aansluitend daarop de eigen identiteit (Cooper et al., 2017).

Naast de persoonlijke tekortkomingen hebben mensen met autisme vaak ook te maken met een stigma gecreëerd door de sociaal culturele omgeving. Hierdoor hebben zij het gevoel er niet bij te horen waardoor zij extra sociale inspanning moeten leveren, wat vaak resulteert in mentale gezondheidsproblemen (Mesa & Hamilton, 2021).

Vorig onderzoek

In vorig onderzoek omtrent identiteitsontwikkeling geven mensen met autisme aan moeilijkheden te ervaren met: het aangaan van sociale contacten, zelfacceptatie en het herkennen van emoties. Verder geven ze aan een relatief laag lichaamsbewustzijn te hebben en een negatief zelfbeeld. Ook komt er naar voren dat sommige mensen met autisme last ervaren van een sociaal trauma waardoor zij moeite hebben met exploreren (Greaves-Lord, persoonlijke communicatie, 13 april 2022).

Tevens is onderzocht waar mensen met autisme ondersteuning in kunnen gebruiken tijdens de identiteitsontwikkeling. Hierbij zijn vier topics opgesteld, waarin behoeften worden beschreven die van belang zijn in de identiteitsontwikkeling (Greaves-Lord, persoonlijke communicatie, 13 april 2022). Deze topics staan centraal in een breder project waarin 26 interventies geanalyseerd worden. Na het analyseren van de interventies wordt een handreiking geschreven over de manier waarop de interventies een bijdrage kunnen leveren aan de identiteitsontwikkeling van mensen met autisme (Greaves-Lord, persoonlijke communicatie, 13 april 2022).

Huidig onderzoek

In het huidige onderzoek wordt onderzoek gedaan naar één interventie uit de lijst van 26 interventies. De interventie die onderzocht wordt betreft de PEERS-training. De PEERS-training richt zich op het aanleren van leeftijd-adequate vriendschapsvaardigheden bij

jongeren met autisme (Jagersma et al., 2018). Er wordt onderzocht in welke mate de PEERS-training aansluit op de behoeften van mensen met autisme ten aanzien van hun identiteitsontwikkeling.

Zoals eerder beschreven hebben sommige mensen met autisme last van een sociaal trauma, waardoor zij moeite hebben met exploreren. In het huidige onderzoek wordt om deze reden tevens onderzocht in hoeverre imaginaire exposure randvoorwaardelijk kan bijdragen, voorafgaand aan interventies gericht op identiteitsontwikkeling, wanneer er sprake is van een sociaal trauma.

In de eerste onderzoekshypothese wordt verondersteld dat de PEERS-training zinvol kan bijdragen aan de identiteitsontwikkeling van mensen met autisme. In huidig onderzoek zal nader worden geanalyseerd welke componenten van deze interventie gericht kunnen bijdragen. Daarnaast wordt in de tweede onderzoekshypothese verondersteld dat imaginaire exposure randvoorwaardelijk kan zijn, voorafgaand aan interventies gericht op de identiteitsontwikkeling, wanneer er sprake is van een sociaal trauma.

Methode

Onderzoekseenheden

PEERS-training. Om de eerste hypothese te kunnen toetsen, wordt door middel van een thematische analyse de PEERS-training geanalyseerd. De uit Amerika afkomstige PEERS-training (*Program for the Education and Enrichment of Relational Skills*) richt zich op het aanleren van leeftijd-adequate vriendschapsvaardigheden die nodig zijn bij het aangaan en onderhouden van vriendschappen.

Gedurende de PEERS-training komen jongeren en hun ouders veertien keer bijeen voor een negentig minuten durende bijeenkomst (Jagersma et al., 2018). Tijdens de PEERS-training wordt aandacht besteed aan de bewustwording en/of het trainen van ‘ecologisch valide gedrag’: gedrag waarvan in de realiteit is gebleken dat het succes oplevert (Laugeson et

al., 2021). In de bijeenkomsten van de PEERS-training wordt psycho-educatie aan de jongeren gegeven en iedere bijeenkomst bevat tevens een didactische les. Verder worden de jongeren, door middel van video-demonstraties en rollenspellen, getraind in het nemen van perspectief tijdens sociale situaties en daarnaast worden sociale vaardigheden aangeleerd en geoefend. Tot slot worden de nieuwe gedragingen en geleerde vaardigheden, met behulp van huiswerkopdrachten, in de thuissituatie en op school geoefend. Met als doel het nieuwe gedrag ook in het dagelijks leven in te slijten (Laugeson et al., 2021).

De veertien bijeenkomsten van de PEERS-training hebben een vaste structuur, namelijk: nabespreking van het huiswerk, didactische les, rollenspellen/video-demonstraties, gedragsoefeningen en afsluitend wordt het nieuwe huiswerk besproken en wordt afgesloten met een korte samenvatting van de bijeenkomst (Jagersma et al., 2018).

Imaginaire exposure. Om de tweede hypothese te kunnen toetsen, wordt door middel van een literatuurstudie imaginaire exposure onderzocht. Imaginaire exposure is een effectieve behandeling voor het behandelen van trauma's en emoties gerelateerd aan een trauma zoals: verdriet, woede en walging. Bij imaginaire exposure wordt een cliënt langdurig en herhaald imaginair blootgesteld aan zijn of haar herinneringen aan een traumatische gebeurtenis (Korrelboom & ten Broeke, 2020).

Voor de hele imaginaire exposure behandeling wordt in de meeste gevallen uitgegaan van een protocol van tien sessies van negentig minuten. Voorafgaand aan de interventie moet de cliënt aangeven hoe angstig hij of zij zich op dat moment voelt op een denkbeeldige schaal van 1 tot en met 10. Vervolgens wordt aan de cliënt gevraagd om de ogen dicht te doen en in gedachten terug te gaan naar de traumatische gebeurtenis. De cliënt moet vervolgens in het hier en nu omschrijven wat er precies gebeurt. Hierbij gaat het zowel om de objectieve gebeurtenissen, als om wat er in het hoofd en lichaam van de cliënt afspeelt. Iedere vijf minuten wordt de cliënt naar een score op de schaal van 1 tot en met 10 gevraagd. Het laatste

deel van een sessie bestaat uit een korte nabespreking van de interventie. Daarnaast wordt van iedere sessie een geluidsopname gemaakt die de cliënt dagelijks moet luisteren (Korrelboom & ten Broeke, 2020).

Design

Om de eerste hypothese te kunnen toetsen, wordt gebruikt gemaakt van een thematische analyse. Een thematische analyse is een kwalitatieve onderzoeksmethode voor het organiseren, identificeren en inzichtelijk maken van betekenisvolle patronen binnen onderzoekseenheden (Braun & Clarke, 2012). Binnen de thematische analyse wordt onderscheid gemaakt tussen twee soorten redenties: inductief en deductief.

Bij inductief redeneren wordt een *bottom-up* benadering gehanteerd, waarbij nieuwe informatie wordt gegenereerd vanuit de inhoud van de data. Aan de hand van deze data kunnen hypothesen opgesteld worden. Een tegenovergestelde redentatie betreft het deductief redeneren waarbij een *top-down* benadering wordt gehanteerd. Hierbij worden thema's ontwikkeld en getoetst aan de hand van bestaande hypothesen (Braun & Clarke, 2012).

Om de tweede hypothese te kunnen toetsen, wordt een literatuurstudie naar imaginaire exposure uitgevoerd.

Procedure

Voorafgaand aan de thematische analyse wordt de handleiding van de PEERS-training gelezen zonder vooraannames. De eerste stap van de thematische analyse betreft het deductief analyseren, waarbij gekeken wordt of de vooropgestelde topics, ten aanzien van de identiteitsontwikkeling, overeenkomen met de informatie in de handleiding van de PEERS-training.

Vervolgens wordt tijdens de tweede stap middels inductief analyseren onderzocht of er in de handleiding nieuwe informatie naar voren komt, die nog niet eerder omschreven is in de vooropgestelde topics, maar die waarschijnlijk wel goed aansluit bij de

identiteitsontwikkeling. De resultaten van de deductieve analyse worden schematisch in een tabel weergegeven.

Bij de literatuurstudie wordt aan de hand van vooropgestelde zoektermen gezocht naar kwalitatieve data, door gebruik te maken van verschillende databanken.

Materiaal

Het materiaal dat tijdens de thematische analyse gebruikt gaat worden is de handleiding van de PEERS-training. De vooropgestelde topics betreffen de vier behoeften ten aanzien van de identiteitsontwikkeling: ken jezelf, zelfacceptatie, zelfregulatie en zelfrealisatie (Greaves-Lord, persoonlijke communicatie, 13 april 2022). Tabel 1 toont de definities van de vier behoeften.

Tabel 1

Definities Behoeften Identiteitsontwikkeling

Behoeften	Definities
Ken jezelf	<i>‘‘Het bewustzijn van de eigen normen, waarden, verlangens, emoties en gedachten.’’</i> (Basham, 2012).
Zelfacceptatie	<i>‘‘Het volledig accepteren van jezelf, inclusief je tekortkomingen en fouten, en beseffen dat je als mens de moeite waard bent.’’</i> (Wenkart, 1955).
Zelfregulatie	<i>‘‘Zelfregulatie omvat vaardigheden die belangrijk zijn voor het reguleren van emoties, gedachten, gedrag en het richten van de aandacht.’’</i> (Ponitz et al., 2009).
Zelfrealisatie	<i>‘‘Zelf de baas zijn over je eigen leven en daarbij zelf beslissingen nemen en zelfstandig leven.’’</i> (Goldfarb et al., 2021).

Voorafgaand aan de literatuurstudie zijn verschillende zoektermen opgesteld. De Nederlandse zoektermen betreffen: trauma, traumatische gebeurtenissen, conflictueuze thuissituatie, emotionele verwaarlozing, pesten, buitensluiten, imaginaire exposure en

autisme. De Engelse zoektermen betreffen: trauma, traumatic events, conflicted home situation, emotional neglect, bullying, exclusion, negative life events, imaginal exposure en autism.

De databanken die tijdens de literatuurstudie gebruikt worden zijn: SmartCat, PsycINFO, PubMed en Google Scholar. De inclusiecriteria zijn: Engelse en Nederlandse literatuur en literatuur niet ouder dan 25 jaar. Deze criteria zijn opgesteld om de kwaliteit van het onderzoek te waarborgen. Literatuur ouder dan 25 jaar kan namelijk minder relevant zijn en daardoor eventueel minder van toepassing op het huidige onderzoek.

Verdeling

Omdat dit onderzoek gedeeltelijk door twee studenten wordt uitgevoerd, wordt de verdeling van het onderzoek kort toegelicht. De inleiding en methode worden grotendeels samen geschreven, waarbij Isabelle zich focust op de PEERS-training en imaginaire exposure en Anna op de Yucelmethode en EMDR. De resultaten en discussie worden afzonderlijk van elkaar geschreven en de andere student zal hierbij meeleezer zijn.

Resultaten

PEERS-training

Tijdens het uitvoeren van de deductieve analyse is allereerst gekeken naar de werkzame bestanddelen van de PEERS-training in het algemeen en vervolgens is de inhoud van iedere bijeenkomst apart bestudeerd.

Gedurende de deductieve analyse stonden de vier vooraf opgestelde topics: ken jezelf, zelfacceptatie, zelfregulatie en zelfrealisatie, ten aanzien van de identiteitsontwikkeling, centraal. De resultaten van de deductieve analyse zullen uitvoerig beschreven worden en daarnaast geeft Tabel 2 een schematische weergave van deze resultaten.

Tabel 2*Resultaten Deductieve Analyse PEERS-training*

Doelen	Inhoud PEERS-training
Ken jezelf	<ul style="list-style-type: none"> • Socratische bevragingen (bestanddeel van PEERS) • Stimuleren tot zelf nadenken (bestanddeel van PEERS) • Eigen interesses scherp krijgen (bijeenkomst 1) • Scherp krijgen bij welke sociale groep je aansluiting zou willen zoeken (bijeenkomst 4) • Aanleren van nieuwe en effectievere strategieën om treiteren tegen te gaan (bijeenkomst 10) • Inzicht krijgen in het vergroten van de eigen reputatie (bijeenkomst 11) • Inzicht in de eigen automatische neigingen/gedragingen vergroten (bijeenkomst 12)
Zelfacceptatie	<ul style="list-style-type: none"> • Eigen eigenaardigheden accepteren/normaliseren (bijeenkomst 13)
Zelfregulatie	<ul style="list-style-type: none"> • Bewustwording en/of het trainen van ‘ecologisch valide gedrag’ (bestanddeel van PEERS) • Leren van regels voor het voeren van een gesprek dat van twee kanten komt (bijeenkomst 2) • Leren humor op een gepaste wijze te gebruiken (bijeenkomst 5) • Leren van vaardigheden voor het benaderen van nieuwe mogelijke vrienden (bijeenkomst 6) • Gepast leren omgaan met een afwijzing (bijeenkomst 7) • Op een gepaste manier leren spelen, sporten en computerspellen uitvoeren (bijeenkomst 9) • Leren van vaardigheden om ruzies of onenigheid op te lossen (bijeenkomst 12)
Zelfrealisatie	<ul style="list-style-type: none"> • Didactische lessen (bestanddeel van PEERS) • Huiswerkopdrachten (bestanddeel van PEERS) • Leren van regels die gelden in een gesprek (bijeenkomst 2) • Leren van regels voor het beginnen en beëindigen van een (beeld)belgesprek (bijeenkomst 3) • Gebruik van internet leren en het omgaan met cyberpesten (bijeenkomst 3) • Leren een afspraak te organiseren met een potentiële vriend (bijeenkomst 8) • Op een gepaste manier leren spelen en sporten (bijeenkomst 9)

Deductieve analyse

Werkzame bestanddelen PEERS-training

Ken jezelf. Tijdens de PEERS-training leren jongeren zichzelf in de verschillende bijeenkomsten onder andere beter kennen, doordat er gebruik wordt gemaakt van socratische bevragingen. Hierdoor worden de jongeren aangespoord om zelf actief na te denken over de consequenties van het eigen gedrag.

Verder leren de jongeren zichzelf beter kennen door het bekijken van filmpjes waarin sociale situaties worden nagespeeld. Na afloop van de filmpjes moet worden nagedacht over de eigen gedachten, gevoelens en gedrag. Vervolgens moet het eigen gedrag worden geoefend in de vorm van een rollenspel. De jongeren leren zichzelf op deze manier beter kennen, doordat zij worden gestimuleerd om na te denken over het eigen gedrag en de gevolgen van dit gedrag.

Tevens wordt tijdens de PEERS-training gebruik gemaakt van het stellen van inlevingsvragen zoals: "Hoe was dit voor...?". Doordat de jongeren hierin op een socratische wijze worden bevraagd, worden zij aangespoord om over zichzelf na te denken. Dit heeft als gevolg dat de jongeren zichzelf, de eigen interesses en de groepen waarmee ze de meeste aansluiting vinden beter leren kennen.

Zelfacceptatie. De werkzame bestanddelen van de PEERS-training richten zich in mindere mate op de zelfacceptatie van jongeren. Tijdens de verschillende bijeenkomsten komt het thema zelfacceptatie weinig aan bod. Echter leren de jongeren zichzelf, als gevolg van de PEERS-training, toch beter te accepteren. In de PEERS-training wordt de jongeren namelijk een denkbeeldige spiegel voor gehouden en voordat de jongeren zichzelf beter kunnen leren kennen moeten zij zichzelf eerst accepteren.

Zelfregulatie. Tijdens de PEERS-training wordt met de jongeren aandacht besteed aan de bewustwording en/of het trainen van ‘ecologisch valide gedrag’: gedrag waarvan in de realiteit is gebleken dat het succes oplevert (Laugeson et al., 2021).

Een voorbeeld hiervan is het stimuleren van de sociale cognitie van de jongeren middels het stellen van vragen waarbij het perspectief van een ander ingenomen dient te worden. Jongeren met autisme zijn van nature meestal niet snel geneigd om stil te staan bij het perspectief van een ander, maar door dit stelselmatig aan te wennen, wordt dit waarschijnlijk eerst via bewuste, en daarna steeds meer geautomatiseerde processen, aangewend (Laugeson et al., 2021).

Naast dat de jongeren zichzelf hierdoor beter leren kennen, leren zij zichzelf tevens beter reguleren. De jongeren leren om het eigen gedrag beter te managen waardoor zij zichzelf in de toekomst beter kunnen reguleren.

Zelfrealisatie. De PEERS-training beoogt dat jongeren na afronding van de training gemakkelijker gelijkwaardige vriendschappen in de maatschappij kunnen opbouwen (Laugeson et al., 2021). Als gevolg hiervan kunnen de jongeren zichzelf beter realiseren en hierdoor kunnen zij meer autonomie ervaren. Aspecten die te maken hebben met de zelfrealisatie, komen dan ook veel aan bod gedurende de PEERS-training.

Zo bevat iedere PEERS-bijeenkomst een didactische les en komen er onderwerpen aan bod die voor het sociaal functioneren van de jongeren van cruciaal belang zijn. Enkele onderwerpen die tijdens de bijeenkomsten behandeld worden zijn: gespreksvaardigheden, het kiezen van geschikte vrienden, gepast gebruik van humor en omgaan met afwijzing.

Bovenstaande onderwerpen sluiten aan op de zelfrealisatie, doordat de jongeren het eigen gedrag in dergelijke situaties beter leren realiseren. Daarnaast leren de jongeren zichzelf door middel van de didactische lessen in de bijeenkomsten beter kennen, accepteren en reguleren en dit leidt uiteindelijk tot zelfrealisatie.

Daarnaast moeten de jongeren na afloop van bijeenkomst één tot en met dertien huiswerkopdrachten maken. Door middel van de huiswerkopdrachten worden de jongeren geactiveerd om zelf proactief contacten te leggen en deze uit te bouwen. Daarnaast worden ze gestimuleerd om hierin zelf de regie te nemen en niet te afwachtend te zijn. Als gevolg van deze huiswerkopdrachten wordt de zelfrealisatie van de jongeren in de toekomst vergroot.

Inhoud van de bijeenkomsten

Ken jezelf. Met betrekking tot zelfkennis leren jongeren tijdens de eerste PEERS-bijeenkomst allereerst hoe zij informatie kunnen uitwisselen met anderen. Hierbij gaat het om het uitwisselen van gedachten, ideeën en interesses. Het doel tijdens de eerste bijeenkomst is om een gemeenschappelijke interesse met iemand te vinden door middel van het uitwisselen van informatie met elkaar. Tijdens deze bijeenkomst moeten de jongeren een ander vragen stellen over hem- of haarzelf en daarnaast moeten zij zelf antwoord geven op de vragen van de ander.

Doordat jongeren informatie en interesses moeten uitwisselen met een ander, leren zij zichzelf ook beter kennen. Voordat een gemeenschappelijke interesse met iemand gevonden kan worden, moeten de jongeren zich namelijk eerst bewust zijn van de eigen interesses. Hierdoor leren de jongeren zichzelf beter kennen, doordat zij meer te weten komen over de eigen voorkeuren en interesses.

Ten tweede staat in de vierde PEERS-bijeenkomst het kiezen van geschikte vrienden centraal. De jongeren leren in deze bijeenkomst dat het belangrijk is om je vrienden op een verstandige wijze te kiezen. Daarnaast moeten de jongeren nadenken over wat zij belangrijk vinden in een vriendschap en moeten ze bedenken met welk type jongere zij meer aansluiting ervaren. Hierop aansluitend moeten de jongeren nadenken waarom zij meer aansluiting ervaren bij bepaalde mensen.

Doordat de jongeren over bovenstaande onderwerpen nadenken, leren zij zichzelf ook beter kennen. De jongeren leren wat ze belangrijk vinden bij het kiezen van vrienden en waarom zij dat belangrijk vinden. Daarnaast leren de jongeren zichzelf beter kennen doordat zij moeten nadenken in wat voor soort vriendengroep zij zouden kunnen passen.

Tevens leren de jongeren zichzelf in de toekomst ook beter kennen wanneer zij vriendschappen leren opbouwen. Door de interactie met vrienden komen de jongeren meer over zichzelf te weten, doordat anderen ze in feite een spiegel voorhouden met hun reactie. De reactie van een ander zegt namelijk iets over een eerdere actie of het gedrag van de jongere.

Ten derde leren jongeren zichzelf tijdens de tiende PEERS-bijeenkomst ook beter kennen. Gedurende deze bijeenkomst wordt gefocust op het aanleren van nieuwe en effectievere strategieën om treiteren tegen te gaan. Een belangrijke manier om de kans op getreiterd worden te verkleinen, hangt af van de eigen automatische neigingen van een persoon wanneer hij of zij getreiterd wordt.

Om erachter te komen hoe je beter kunt reageren op treiteren, is het handig om eerst na te denken over de reden waarom mensen treiteren. Doordat de jongeren moeten nadenken over de reden waarom zij getreiterd kunnen worden, komen zij meer over hun eigen gedrag te weten en hierdoor leren zij zichzelf uiteindelijk ook beter kennen.

Ten vierde leren jongeren zichzelf beter kennen tijdens de elfde PEERS-bijeenkomst. In deze bijeenkomst krijgen de jongeren mogelijkheden aangeboden om een slechte reputatie te kunnen veranderen. Doordat de jongeren zich bezig houden met het veranderen van hun reputatie komen ze erachter wat anderen van hun denken en hierdoor leren zij zichzelf tegelijkertijd beter kennen.

Afsluitend leren jongeren zichzelf ook beter kennen tijdens de twaalfde PEERS-bijeenkomst. Gedurende deze bijeenkomst leren jongeren vaardigheden die hen helpen om ruzies en onenigheid met leeftijdgenoten op te lossen. Sommige jongeren ontbreekt het aan de

vaardigheden om ruzies op te lossen en zij beëindigen hierdoor soms onnodig een vriendschap (Laugeson et al., 2021). Doordat de jongeren vaardigheden leren om ruzies op te lossen, leren zij zichzelf ook beter kennen. Bijvoorbeeld doordat zij nadenken over het voorkomen van misverstanden in de toekomst en over hetgeen wat zij belangrijk vinden bij het oplossen van een ruzie. Doordat de jongeren bovenstaande aspecten leren, leren zij zichzelf tevens ook beter reguleren in desbetreffende situaties.

Zelfacceptatie. Tijdens de dertiende PEERS-bijeenkomst wordt aandacht besteed aan de zelfacceptatie. In deze bijeenkomst krijgen de jongeren handvatten aangereikt om beter om te kunnen gaan met situaties waarin zij het doelwit zijn van geruchten en geroddel. Tijdens deze bijeenkomst leren de jongeren onder andere dat het geen zin heeft om een confrontatie aan te gaan met de verspreider van de geruchten. De jongeren leren zichzelf tijdens de bijeenkomst te accepteren en daarnaast leren de jongeren zichzelf ook beter kennen doordat ze zich focussen op zichzelf en doordat ze leren dat de geruchten en roddels niet op hen van toepassing zijn.

Zelfregulatie. Met betrekking tot zelfregulatie leren jongeren allereerst tijdens de tweede PEERS-bijeenkomst de regels die gelden in het voeren van een gesprek dat van twee kanten komt. Naast een didactische les bevat de bijeenkomst een aantal rollenspellen zodat de jongeren kunnen oefenen met het voeren van een gesprek. Daarnaast wordt een aantal video's gepresenteerd aan de jongeren. Eerst is er aandacht voor video's van een gesprek dat op de verkeerde manier verloopt, daarna worden video's gepresenteerd waarin een gesprek op de juiste manier verloopt.

Door bovenstaande technieken leren de jongeren om zichzelf te reguleren in het voeren van een gesprek. Zo leren de jongeren om een gesprek te voeren dat van twee kanten komt, zodat de jongere zelf informatie kan uitwisselen en tevens informatie van een ander

ontvangt. De jongeren leren bijvoorbeeld om niet alle eigen informatie in één keer te vertellen, maar ze leren om ook tussendoor te luisteren naar de informatie van een ander.

Ten tweede wordt tijdens de vijfde PEERS-bijeenkomst ook aandacht besteed aan de zelfregulatie van de jongeren. In deze bijeenkomst leren de jongeren humor op een gepaste wijze te gebruiken. Voor sommige jongeren is het gepast leren gebruiken van humor van groot belang voor het ontwikkelen van vriendschappen. In de bijeenkomst leren de jongeren de regels voor het gepast gebruik van humor en daarnaast leren ze om zich te focussen op humorfeedback. Door aandacht te besteden aan bovenstaande onderwerpen leren de jongeren om zichzelf te reguleren en balanceren in het gebruik van humor in een gesprek.

Ten derde wordt er aandacht besteed aan de zelfregulatie tijdens de zesde PEERS-bijeenkomst. In deze bijeenkomst leren jongeren vaardigheden die essentieel kunnen bijdragen bij het benaderen van nieuwe mogelijke vrienden. De jongeren leren de basisstappen voor het benaderen van leeftijdsgenoten. Er wordt gefocust op de manier waarop de jongeren zich in een gesprek met leeftijdsgenoten kunnen mengen. Ze leren om te kijken, te luisteren, te wachten en uiteindelijk mee te doen in een gesprek. Hierdoor leren de jongeren om zichzelf te reguleren bij het benaderen van nieuwe leeftijdsgenoten en daarnaast leren zij hoe zij op een gepaste manier contact kunnen maken met anderen. Het op een gepaste manier contact kunnen maken met anderen komt de zelfrealisatie van de jongeren tevens ten goede in de toekomst.

Ten vierde komen tijdens de zevende PEERS-bijeenkomst aspecten van de zelfregulatie aan bod. Tijdens deze bijeenkomst leren jongeren hoe ze gepast om kunnen gaan met een afwijzing tijdens pogingen om leeftijdsgenoten te benaderen. De jongeren leren onder andere concrete strategieën om met afwijzing van leeftijdsgenoten om te gaan bij pogingen om zich in een gesprek te mengen. Doordat de jongeren bovenstaande aspecten leren, leren zij zichzelf vervolgens ook beter reguleren in desbetreffende situaties.

Afsluitend wordt er tijdens de negende PEERS-bijeenkomst aandacht besteed aan de zelfregulatie. In deze bijeenkomst leren jongeren hoe ze op een gepaste wijze sporten en (computer)spellen kunnen uitvoeren met leeftijdsgenoten. Veel jongeren zullen denken dat winnen het belangrijkste doel is bij het spelen en sporten. Terwijl ze graag aardig gevonden willen worden door anderen, vinden ze een goed en sportief samenspel vaak minder belangrijk (Laugeson et al., 2021).

In deze bijeenkomst wordt om deze reden benadrukt dat het een beter doel is om een leuke tijd met anderen te hebben dan om te winnen. De jongeren leren hierbij om de drang om erg doelgericht te zijn te onderdrukken en in plaats daarvan meer relatiegericht te zijn bij samenspel met anderen. Bovenstaande komt de zelfrealisatie van de jongeren tevens ten goede in de toekomst.

Zelfrealisatie. Gekeken naar de zelfrealisatie leren de jongeren tijdens de tweede PEERS-bijeenkomst allereerst de regels die gelden in een gesprek. De jongeren leren regels als: betrek de ander in een gesprek, stel open vragen en luister naar de ander. Door middel van de regels krijgen de jongeren handvatten en leren zij regels die zij nodig hebben bij het uitvoeren van een gesprek. Als gevolg hiervan kunnen de jongeren zelf gesprekken uitvoeren en dit draagt positief bij aan de zelfrealisatie.

Ten tweede wordt tijdens de derde PEERS-bijeenkomst aandacht besteed aan de zelfrealisatie. In deze bijeenkomst leren jongeren regels voor het beginnen en beëindigen van een (beeld)belgesprek en regels voor het opstellen van tekstberichten, chatberichten en e-mailberichten. Daarnaast leren jongeren in deze bijeenkomst het gebruik van internet en het omgaan met cyberpesten. Doordat de jongeren in deze bijeenkomst regels en tips leren die van belang zijn tijdens het communiceren met anderen, kunnen zij in de toekomst hun eigen wensen beter realiseren. Bovengenoemde komt de zelfrealisatie van de jongeren in de toekomst ten goede.

Ten derde komen de aspecten van de zelfrealisatie tijdens de achtste PEERS-bijeenkomst ook aan bod. Gedurende deze bijeenkomst leren de jongeren hoe zij een afspraak kunnen organiseren met een potentiële vriend. Jongeren die sociaal geaccepteerd worden spreken regelmatig af met vrienden en doen op deze manier succeservaringen op (Laugeson et al., 2021).

Om jongeren te helpen met het maken en houden van vriendschappen is het om bovenstaande reden belangrijk om hen vaardigheden te leren die zij nodig hebben bij het organiseren van afspraken met vrienden. Als gevolg hiervan kunnen de jongeren in de toekomst zelf een afspraak organiseren en dit draagt positief bij aan de zelfrealisatie.

Inductieve analyse

Uit de inductieve analyse blijkt allereerst dat jongeren tijdens de PEERS-training erkenning krijgen van anderen, wat een positieve bijdrage kan leveren aan de identiteitsontwikkeling. In verschillende bijeenkomsten leren de jongeren om vrienden te maken en met vrienden af te spreken. Tijdens de interactie met leeftijdsgenoten worden zij als persoon erkent. Als gevolg van deze erkenning voelt een persoon zich waarschijnlijk begrepen zoals hij of zij is en dit kan een positieve invloed hebben op de identiteitsontwikkeling.

Daarnaast kan het besef van een zinvolle toekomst een positieve invloed hebben op de identiteitsontwikkeling. Door naar de toekomst te kijken kunnen jongeren verwachtingen en doelen opstellen die zij zouden willen bereiken en dit heeft een positief verband met de identiteitsontwikkeling. Tijdens de bijeenkomsten van de PEERS-training wordt onder andere gewerkt met huiswerkopdrachten en in de laatste bijeenkomst wordt vooruit gekeken naar de toekomst.

Imaginaire exposure

Onderzoek van Hoover (2015) laat zien dat traumatische gebeurtenissen zoals pesten, geweld en misbruik vaak voorkomen bij zich normaal ontwikkelende kinderen en minstens even vaak bij kinderen met autisme. Kinderen met autisme zijn echter kwetsbaarder voor het oplopen van een trauma vanwege hun tekortkomingen in sociale communicatie en emotieregulatie (Hoover, 2015).

In literatuur van Stöf sel (2020) wordt beschreven dat wanneer het voor iemand te belastend of beangstigend is om zich aan niet verwerkte schokkende ervaringen bloot te stellen, diegene deze blootstelling zal gaan vermijden. In de eerste plaats wordt dit toegepast als strategie om te overleven wanneer iemand zich nog bevindt in de nare situatie. Wanneer een dergelijke situatie langer duurt, wordt men heel goed in het vermijden en wegdrücken van nare gevoelens die tot herbelevingen kunnen leiden. Als gevolg hiervan gaan mensen alle mogelijke gebeurtenissen vermijden die tot herbeleving kunnen leiden (Stöf sel, 2020). Zoals eerder beschreven kan dit voor mensen met autisme betekenen dat zij bijvoorbeeld sociale situaties gaan ontwijken, wanneer er eerder in dergelijke situaties een trauma is opgelopen.

Imaginaire exposure is een effectieve behandeling voor het behandelen van trauma's en emoties gerelateerd aan een trauma zoals bijvoorbeeld: verdriet, woede en walging. Bij imaginaire exposure wordt een cliënt langdurig en herhaald imaginair blootgesteld aan zijn of haar herinneringen aan een traumatische gebeurtenis (Korrelboom & ten Broeke, 2020).

Daarnaast zorgt imaginaire exposure ervoor dat iemand nadenkt over onderdrukte en opzettelijk vermeden herinneringen. Middels imaginaire exposure kan nieuwe informatie over een trauma worden verkregen. Aan de hand van deze nieuwe informatie kan soms een bredere en objectievere betekenis aan een trauma worden gegeven (Marzillier, 2014).

Imaginaire exposure is vooral goed toepasbaar bij volwassenen voor het verwerken van vroegkinderlijke trauma's. De methode is daarnaast ook toepasbaar voor alle andere

schokkende gebeurtenissen, mits er een verschil gemaakt kan worden tussen de cliënt als volwassene in het nu en het moment waarop de cliënt de schokkende gebeurtenis onderging (Stöfssel, 2020).

Uit onderzoek van Van Minnen et al. (1997) is gebleken dat imaginaire exposure zeer effectief is voor de behandeling van klachten gerelateerd aan een eerder opgelopen trauma. In het onderzoek werden patiënten met uiteenlopende achtergronden, wat betreft hun traumatische verleden, behandeld met langdurige imaginaire exposure. Uit het onderzoek blijkt dat imaginaire exposure een effectieve behandeltechniek is voor de behandeling van klachten gerelateerd aan een posttraumatische stressstoornis (PTSS). Naast de significante vermindering van PTSS-klachten, zijn na afloop van de imaginaire exposure ook klachten zoals depressie, angst en woede aanzienlijk verminderd (Van Minnen et al., 1997).

Uit onderzoek van Sieh en Lange (2007) blijkt dat imaginaire exposure tevens kan bijdragen aan het verminderen van negatieve gevoelens die bij een eerder trauma zijn opgelopen. Het onderzoek betreft een gevalstudie naar een man die in zijn jeugd jarenlang extreem werd gepest en onderdrukt door zijn broer en zus. Sinds het pesten heeft de man weinig tot geen positieve gevoelens jegens zijn broer en zus. Daarnaast heeft hij sinds een aantal jaar het contact met hen verbroken en ziet hij erg op tegen gepland familiecontact (Sieh & Lange, 2007).

De resultaten van het onderzoek laten zien dat imaginaire exposure behandeling bij de man heeft geleid tot gevoelens van vergevingsgezindheid in plaats van vijandigheid. De man geeft aan veel minder pijn te ervaren wanneer hij aan zijn broer en zus denkt en daarnaast is hij niet meer bang om ze tegen te komen. De resultaten van het onderzoek geven daarnaast weer dat de behandeling met imaginaire exposure ervoor heeft gezorgd dat de man zich sterk genoeg voelt om over zijn verleden heen te stappen en weer meer contact met anderen te zoeken (Sieh & Lange, 2007).

Discussie

In deze studie is allereerst onderzocht in welke mate de PEERS-training aansluit op de behoeften van mensen met autisme, ten aanzien van hun identiteitsontwikkeling (Greaves-Lord, persoonlijke communicatie, 13 april 2022). Naast bovenstaande onderzoeksvraag is tevens onderzocht in hoeverre imaginaire exposure randvoorwaardelijk kan bijdragen, voorafgaand aan interventies gericht op de identiteitsontwikkeling, wanneer er sprake is van een sociaal trauma.

In hypothese 1 werd verondersteld dat de PEERS-training zinvol bijdraagt aan de identiteitsontwikkeling van mensen met autisme. De resultaten die betrekking hebben op deze onderzoekshypothese laten zien dat de inhoud van sommige onderdelen van de PEERS-training voldoende aansluit op de behoeften van mensen met autisme, ten aanzien van de identiteitsontwikkeling. Hypothese 1 kan om deze reden dan ook deels bevestigd worden, waarbij de kanttekening geplaatst dient te worden dat aan de behoefte van zelfacceptatie slechts ten dele tegemoet wordt gekomen.

In hypothese 2 werd verondersteld dat imaginaire exposure randvoorwaardelijk kan bijdragen, voorafgaand aan interventies gericht op de identiteitsontwikkeling, wanneer er sprake is van een sociaal trauma. De resultaten die betrekking hebben op deze onderzoekshypothese laten zien dat imaginaire exposure een goede methode kan zijn voor het behandelen van een sociaal trauma, zodat een persoon zich vervolgens kan richten op interventies gericht op de identiteitsontwikkeling (Marzillier, 2014). Hypothese 2 kan om deze reden dan ook worden bevestigd.

Interpretatie van de resultaten

PEERS-training

Ken jezelf. De resultaten van de deductieve analyse laten zien dat de PEERS-training goed aansluit op het vooropgestelde topic: ken jezelf, met betrekking tot de

identiteitsontwikkeling. Tijdens de PEERS-training leren jongeren zichzelf namelijk beter kennen doordat er gebruik wordt gemaakt van socratische bevragingen, didactische lessen, psycho-educatie, rollenspellen, bekijken van beeldmateriaal en door het uitwisselen van informatie en interesses met anderen. Uit bovenstaande resultaten blijkt dat de PEERS-training voldoende toereikend in de behoefte van zelfkennis, ten aanzien van de identiteitsontwikkeling, voorziet.

Zelfacceptatie. In de resultaten van de deductieve analyse komt het vooropgestelde topic: zelfacceptatie, het minst naar voren. Ondanks dat het accepteren van jezelf tijdens de inhoud van de bijeenkomsten weinig aan bod komt, leren de jongeren zichzelf als gevolg van de PEERS-training toch beter te accepteren. De jongeren wordt tijdens de bijeenkomsten namelijk een denkbeeldige spiegel voor gehouden en voordat de jongeren zichzelf beter kunnen leren kennen moeten zij zichzelf eerst accepteren. Op basis van bovenstaande resultaten kan geconcludeerd worden dat de PEERS-training wel bijdraagt aan de behoefte van zelfacceptatie, ten aanzien van de identiteitsontwikkeling, maar op zichzelf staand niet toereikend genoeg is.

Een interventie zoals *Acceptance and Commitment Therapy (ACT)* zou eventueel beter kunnen aansluiten op de behoefte van zelfacceptatie. Binnen ACT wordt namelijk gefocust op het accepteren en omarmen van gedachtes en gevoelens van een individu (Korrelboom & ten Broeke, 2020).

Zelfregulatie. De resultaten van de deductieve analyse laten zien dat de PEERS-training goed aansluit bij het vooropgestelde topic: zelfregulatie, ten aanzien van de identiteitsontwikkeling. De jongeren leren zichzelf onder andere beter reguleren doordat tijdens de PEERS-training aandacht wordt besteed aan de bewustwording en/of het trainen van ‘ecologisch valide gedrag’: gedrag waarvan in de realiteit is gebleken dat het succes oplevert (Laugeson et al., 2021).

Tijdens de PEERS-training leren jongeren zichzelf onder andere beter reguleren tijdens het gebruik van humor, het voeren van een gesprek, het spelen met anderen en tevens leren de jongeren vaardigheden die essentieel kunnen bijdragen bij het benaderen van nieuwe mogelijke vrienden. De jongeren leren tijdens de PEERS-training niet alleen om het eigen gedrag op de gewenste manier uit te voeren, maar bovenal leren ze om het eigen gedrag te managen. Uit bovenstaande resultaten blijkt dat de PEERS-training voldoende toereikend in de behoefte van zelfregulatie, ten aanzien van de identiteitsontwikkeling, voorziet.

Zelfrealisatie. De resultaten van de deductieve analyse laten zien dat de PEERS-training goed aansluit bij het vooropgestelde topic: zelfrealisatie, ten aanzien van de identiteitsontwikkeling. Aspecten die te maken hebben met de zelfrealisatie van jongeren, komen gedurende de PEERS-training veel aan bod. Zo bevat iedere bijeenkomst bijvoorbeeld een didactische les waardoor de jongeren zichzelf beter leren kennen, accepteren, reguleren en uiteindelijk realiseren.

Daarnaast is de zelfrealisatie van de jongeren een uitkomst van de PEERS-training. De PEERS-training beoogt dat jongeren na afronding van de training gemakkelijker gelijkwaardige vriendschappen kunnen opbouwen (Laugeson et al., 2021). Als gevolg van het realiseren van vriendschappen kunnen jongeren meer autonomie ervaren. Wanneer de PEERS-training met succes doorlopen is, heeft de jongere namelijk een prille vriendschap gerealiseerd. Deze vriendschap draagt bij aan de sociale identiteit van de jongere, doordat mensen zichzelf mede definiëren door de banden die ze hebben met anderen (Cooper et al., 2017). Uit bovenstaande resultaten blijkt dat de PEERS-training voldoende toereikend in de behoefte van zelfrealisatie, ten aanzien van de identiteitsontwikkeling, voorziet.

Inductieve analyse. De resultaten van de inductieve analyse laten zien dat er, naast de vooropgestelde topics, tevens andere aspecten in de PEERS-training aan bod komen die van belang kunnen zijn tijdens de identiteitsontwikkeling. Allereerst krijgen jongeren tijdens de

PEERS-training erkenning van de trainers, groepsgenoten en bij succes ook van leeftijdsgenoten. Er bestaat een sterke relatie tussen sociale erkenning en de identiteitsformatie. Wanneer de jongeren erkenning van anderen krijgen, zal dit de identiteitsontwikkeling positief kunnen beïnvloeden (Van Leeuwen, 2003).

Daarnaast heeft de PEERS-training als gevolg dat de jongeren een beter besef hebben van een zinvolle toekomst. In de PEERS-training worden doelen opgesteld, die concreet en op korte termijn haalbaar zijn. Het gevoel daar constructief mee bezig te zijn, kan bijdragen aan de motivatie om het nieuwe gedrag vol te houden. Als gevolg hiervan kan het besef van een zinvolle toekomst bij de jongeren worden vergoot. Het besef van een zinvolle toekomst kan een positieve invloed hebben op de identiteitsontwikkeling, doordat doelen en idealen worden opgesteld waar een individu motivatie uit kan halen (Larsen & Buss, 2008).

Imaginaire exposure

De resultaten uit de literatuurstudie laten zien dat imaginaire exposure een goede methode kan zijn voor het behandelen van een sociaal trauma, zodat een persoon zich vervolgens kan richten op interventies gericht op de identiteitsontwikkeling. Uit de literatuur blijkt namelijk dat imaginaire exposure een effectieve behandeling is voor het behandelen van een sociaal trauma en emoties gerelateerd aan het trauma zoals bijvoorbeeld: verdriet, woede en walging (Korrelboom & ten Broeke, 2020).

Daarnaast komt in de literatuur naar voren dat imaginaire exposure ervoor zorgt dat iemand nadenkt over onderdrukte en opzettelijk vermeden herinneringen. Door na te denken over deze vermeden herinneringen, kan nieuwe informatie over het trauma verkregen worden. Aan de hand van deze nieuwe informatie kan soms een bredere en objectievere betekenis aan het trauma worden gegeven (Marzillier, 2014). In onderzoek van Van Sieh en Lange (2007) naar een sociaal trauma wordt dit bevestigd, doordat wordt aangetoond dat een persoon na

afloop van imaginaire exposure vergevingsgezinde gevoelens in plaats van vijandige gevoelens ervaart.

Zoals eerder beschreven blijkt uit de literatuur dat wanneer het voor iemand te belastend of beangstigend is om zich aan niet verwerkte schokkende ervaringen bloot te stellen, diegene deze blootstelling zal gaan vermijden en hier dus ook geen lering uit kan trekken (Stöfösel, 2020). Uit de resultaten blijkt dat het in dergelijke gevallen nuttig zou zijn om voorafgaand aan interventies gericht op de identiteitsontwikkeling, eerst een behandeling met imaginaire exposure toe te passen.

Implicaties

De resultaten uit dit onderzoek wijzen erop dat de PEERS-training voldoende aansluit bij de behoeften: ken jezelf, zelfregulatie en zelfrealisatie, ten aanzien van de identiteitsontwikkeling, zoals geformuleerd door mensen met autisme (Greaves-Lord, persoonlijke communicatie, 13 april 2022). Wanneer iemand met autisme moeite ervaart met de identiteitsontwikkeling, kan het volgen van de PEERS-training bijdragen aan deze ontwikkeling.

Met betrekking tot de behoefte van zelfacceptatie zou een interventie als *Acceptance and Commitment Therapy* (ACT) eventueel kunnen bijdragen, daar waar de PEERS-training niet toereikend genoeg in deze behoefte voorziet.

Tevens geven de resultaten van dit onderzoek weer dat imaginaire exposure, voorafgaand aan een interventie gericht op de identiteitsontwikkeling, nuttig kan zijn voor het verwerken van een sociaal trauma. Imaginaire exposure zorgt er in dergelijke gevallen voor dat een sociaal trauma behandeld wordt, zodat een persoon zich vervolgens open kan stellen voor een interventie gericht op de identiteitsontwikkeling.

Beperkingen en vervolgonderzoek

Bij het interpreteren van de resultaten van dit onderzoek moet rekening gehouden worden met een aantal factoren. Allereerst is de PEERS-training specifiek gericht op jongeren met autisme in de leeftijd van twaalf tot en met achttien jaar. Het zou kunnen zijn dat de resultaten voor mensen in een andere leeftijdsgroep verschillend zijn.

Daarnaast is de PEERS-training ontwikkeld voor jongeren met autisme die gemotiveerd zijn om vriendschappen te sluiten en te onderhouden (Laugeson et al., 2021). Om ervoor te zorgen dat de PEERS-training het beoogde effect heeft, is het van belang dat er sprake is van enige motivatie bij een individu. Aansluitend hierop moet een individu tijdens de PEERS-training bereid zijn om geconfronteerd te worden met zichzelf en gemotiveerd zijn om aan zichzelf te werken. In eventueel vervolgonderzoek zou onderzocht kunnen worden of de PEERS-training om bovenstaande redenen voor bepaalde mensen beter aansluit dan voor anderen.

Verder moet er rekening worden gehouden met het feit dat het onderzoek door één enkele student is uitgevoerd. Dit kan de betrouwbaarheid van de resultaten verminderen. Om de betrouwbaarheid van het onderzoek toch zo hoog mogelijk te maken, is het onderzoek tussentijds doorgelezen door een medestudent. Daarnaast is ieder hoofdstuk van het onderzoek tussentijds beoordeeld door de begeleidster van het onderzoek.

Gekeken naar de resultaten die betrekking hebben op imaginaire exposure, moet rekening worden gehouden met het feit dat er geen literatuur is gevonden die specifiek aansluit op mensen met autisme. In een proefschrift van Vuijk (2022) wordt wel kort beschreven dat imaginaire exposure positieve uitkomsten kan hebben bij mensen met autisme. Echter is in deze studie nog niet specifiek genoeg onderzocht wat de werking van imaginaire exposure bij mensen met autisme is, wanneer er sprake is van een sociaal trauma. In eventueel

vervolgonderzoek zou onderzocht kunnen worden of de resultaten van imaginaire exposure, voor de behandeling van een sociaal trauma, ook gelden voor mensen met autisme.

Conclusie

Gekeken naar de resultaten kan geconcludeerd worden dat de PEERS-training voldoende aansluit op de vooropgestelde topics: ken jezelf, zelfregulatie en zelfrealisatie, ten aanzien van de identiteitsontwikkeling. In de behoefte van zelfacceptatie kan slechts ten dele tegemoet worden gekomen. Hierop aansluitend kan het voor een persoon met autisme van belang zijn om de PEERS-training te volgen, wanneer hij of zij moeite ervaart met de identiteitsontwikkeling. De vaardigheden die geleerd worden, kunnen mensen met autisme met name helpen bij het opbouwen van een sociale identiteit (Cooper et al., 2017).

Daarnaast kan op basis van de onderzoeksresultaten geconcludeerd worden dat imaginaire exposure, voorafgaand aan een interventie gericht op de identiteitsontwikkeling, nuttig kan zijn voor het verwerken van sociale trauma's. In dergelijke situaties kan imaginaire exposure helpen om een sociaal trauma te verwerken, zodat een persoon zich vervolgens kan openstellen voor een interventie gericht op de identiteitsontwikkeling.

Concluderend kan gesteld worden dat de PEERS-training en imaginaire exposure elk hun bijdrage kunnen leveren in de identiteitsontwikkeling van mensen met autisme. In het bredere project kunnen nog 25 andere interventies geanalyseerd worden, zodat uiteindelijk een handreiking geschreven kan worden over de specifieke toepassing van de verschillende interventies.

Literatuurlijst

- Basham, L. M. (2012). Transformational leadership characteristics necessary for today's leaders in higher education. *Journal of International Education Research (JIER)*, 8(4), 343–348. <https://doi.org/10.19030/jier.v8i4.7280>
- Berman, S.L., Montgomery, M.J., Kurtines, W.M. (2004). The development and validation of a measure of identity distress. *Identity: An International Journal of Theory and Research*, 4(1), 1-8. https://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(3), pp. 303-310. <https://doi.org/10.1007/s10964-006-9032-y>
- Braun, V., & Clarke, V. (2012). Thematic analysis. *APA handbook of research methods in psychology, Vol 2: Research designs: Quantitative, qualitative, neuropsychological, and biological.*, 57–71. <https://doi.org/10.1037/13620-004>
- Cooper, K., Smith, L. G. E., & Russell, A. (2017). Social identity, self-esteem, and mental health in autism. *European Journal of Social Psychology*, 47(7), 844–854. <https://doi.org/10.1002/ejsp.2297>
- Crane, L., & Goddard, L. (2007). Episodic and Semantic Autobiographical Memory in Adults with Autism Spectrum Disorders. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 38(3), 498–506. <https://doi.org/10.1007/s10803-007-0420-2>
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and Crisis*. W. W. Norton.
- Goldfarb, Y., Golan, O., & Gal, E. (2021). A self-determination theory approach to work motivation of autistic adults: A qualitative exploratory study. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 1–14. <https://doi.org/10.1007/s10803-021-05185-4>

- Hoover, D. W. (2015). The Effects of Psychological Trauma on Children with Autism Spectrum Disorders: a Research Review. *Review Journal of Autism and Developmental Disorders*, 2(3), 287–299. <https://doi.org/10.1007/s40489-015-0052-y>
- Korrelboom, K., & Ten Broeke, E. (2020). *Geïntegreerde cognitieve gedragstherapie*. Coutinho.
- Larsen, R., & Buss, D. (2008). *Personality Psychology: Domains of Knowledge About Human Nature*. McGraw-Hill Education.
- Laugeson, E. A., Frankel, F., & Greaves-Lord, K. (2021). *PEERS sociale vaardigheidstraining voor jongeren met ontwikkelings- en autismespectrumstoornissen*. Hogrefe.
- Marcia, J. E. (1966). Development and validation of ego-identity status. *Journal of Personality and Social Psychology*, 3(5), 551–558. <https://doi.org/10.1037/h0023281>
- Marzillier, J. (2014). *The Trauma Therapies*. Oxford University Press.
- Mesa, S., & Hamilton, L. G. (2021). “We are different, that’s a fact, but they treat us like we’re different-er”: understandings of autism and adolescent identity development. *Advances in Autism*, 8(3), 217–231. <https://doi.org/10.1108/aia-12-2020-0071>
- Ponitz, C. C., McClelland, M. M., Matthews, J. S., & Morrison, F. J. (2009). A structured observation of behavioral self-regulation and its contribution to kindergarten outcomes. *Developmental Psychology*, 45(3), 605–619. <https://doi.org/10.1037/a0015365>
- Sieh, D., & Lange, A. (2007). Een eenmalige imaginaire exposuresessie tijdens een cursus: de rol van de omgeving en het ondernemen van actie. *Dth*, 27(2), 63–66. <https://doi.org/10.1007/bf03056846>
- Stöfösel, M. (2020). *Trauma en Verwerkingstechnieken*. Bohn Stafleu van Loghum.
- Van Leeuwen, B. (2003). *Erkenning, identiteit en verschil*. Acco.

Van Minnen, A., Hopman, I., Hagedaars, M., Verbraak, M., & Methorst, G. (1997).

Langdurige imaginaire exposure als behandelmethode voor PTSS: effectiviteit en mislukkingen. *Dth*, 17(4), 142–149. <https://doi.org/10.1007/bf03060182>

Verkuyten, M. (1999). *Etnische identiteit*. Het Spinhuis.

Vuijk, R. (2022). *Adults with autism spectrum disorder: Diagnostic assessment, personality (pathology), and psychotherapy*. [Proefschrift], University of Amsterdam.

Wenkart, A. (1955). Self-acceptance. *The American Journal of Psychoanalysis*, 15(2), 135-143. <https://doi.org/10.1007/BF01874637>