



Coördinator Gerd Claes legt de basisprincipes van mindfulness uit in de huiselijke therapieruimte.

SJO

Alles over

- Schilde

SCHILDE - Psychotherapiecentrum De Kanteling viel in de prijzen met zijn unieke project 'mindfulness voor jongeren met autisme'. Het kreeg de publieksprijs van BNP Paribas Fortis Foundation.

De Kanteling, een groepspraktijk voor personen met een beperking of chronische ziekte, sleepte de publieksprijs van BNP Paribas Fortis Foundation in de wacht.

Mindfulness

Met de felbegeerde cheque ter waarde van 5.000 euro organiseert de vereniging dit jaar drie mindfulnesscursussen voor drie groepjes van telkens acht jongvolwassenen met autisme. Coördinator Gerd Claes is opgetogen.

'Mensen met autisme vormen bij ons een belangrijke doelgroep', vertelt ze. 'Vaak hebben zij het gevoel van een andere planeet te komen omdat hun manier van denken en informatieverwerking verschilt van anderen. Tijdens de lessen mindfulness reiken twee psychotherapeuten hulpmiddelen aan om beter om te gaan met stress, piekeren en prikkelbaarheid.'

Hoewel deze methode al langer in volle ontwikkeling is, pioniert de Kanteling in een training op maat voor mensen met een autismedoornis, gebaseerd op bevindingen van de Nederlandse klinisch psychologe Annelies Spek.

'Dankzij de financiële steun van de Foundation kunnen we de kostprijs van deze cursus beperken tot slechts 200 euro', aldus Claes. 'Daarvoor bieden wij intensieve training op maat in een huiselijke omgeving, in bewust kleine groepjes onder leiding van twee deskundigen.'