uitgeverij SWP

Nog steeds druk en dromerig

Werkboek voor tienermeiden met ADHD

Nog steeds druk en dromerig geeft een kijkje in het leven van Kiki, een tiener met ADHD. Ze kan heel druk zijn én heel dromerig. In dit boek vertelt ze over haar belevenissen, die vaak leuk, grappig en spannend zijn en soms vervelend. Haar leven is nooit saai! In haar dagboek schrijft ze hoe ze zich voelt en wat ze denkt, wat ze goed kan en wat haar moeite kost. Hoewel ze het niet altijd gemakkelijk vindt om ADHD te hebben, komt het haar ook goed van pas!
Dit boek is bedoeld voor tienermeiden met (kenmerken van) ADHD. Mét en zónder de H! Met andere woorden: voor meiden die druk én/of dromerig zijn. Deze meiden kunnen veel herkennen in de belevenissen van Kiki.

Met de korte hoofdstukken, opdrachten en tips in dit boek ontdek je hoe ADHD er bij jou uitziet, waar je goed in bent (jouw kwaliteiten en talenten) en wat je lastig vindt. Het helpt je om te vertellen wat je denkt, voelt en wat je nodig hebt. Je leert om te gaan met de lastige kanten van ADHD en vooral gebruik te maken van je kwaliteiten. Thema's die aan bod komen zijn onder andere school, vriendinnen, impulsiviteit, plannen, reizen, feesten en drugs en alcohol. Je hoeft het boek niet van begin tot eind te lezen, je kunt het lezen op de manier die bij jou past!

Jacqueline van de Sande schrijft uit eigen ervaring. Zij was zelf een meisje met (toen nog ongediagnosticeerde) ADHD en werkt inmiddels ruim 25 jaar in de jeugdzorg. Eerder schreef zij voor ouders en leerkrachten het eveneens op biografische gegevens gebaseerde *Druk en dromerig: ADHD bij meisjes* en het werkboek voor meisjes van 8-13 jaar *Druk en dan weer dromerig: Doeboek voor meisjes met ADHD.*

1. **Liedje: Druk en Dromerig (ADHD, daar kun je wat mee!).** Dit liedje is geschreven voor de gelijknamige boekenserie van auteur en ervaringsdeskundige Jacqueline van de Sande. Het liedje is te beluisteren via YouTube.

In de media

2. Maart 2021. Interview Ouders.nl. Meisjes met ADHD: zo kun je het herkennen
3. Podcast Pedagogisch Verantwoord. ADHD bij meisjes: symptomen en vooroordelen (met Jacqueline van de Sande)



ISBN:
9789085600923

Auteur:
Jacqueline van de Sande

Prijs:
€ 28,90

Meer info:
swpbook.com/2291