

# Lifehacks voor meiden met autisme

## Handige tips voor dagelijkse problemen

In de periode van 8 tot 18 jaar kan het leven behoorlijk ingewikkeld zijn. Als meisje met autisme kun je je handen vol hebben aan alle uitdagingen van het dagelijks leven.

*Lifehacks voor meiden met autisme* is een eigentijds en vlot geschreven boek voor meisjes en meiden met autisme. Het geeft informatie, tips en soms eenvoudige oefeningen voor allerlei thema's waar deze meisjes in hun (dagelijks) leven tegenaan kunnen lopen: samenwerken, huiswerk maken, roddelen, keuzestress, overprikkeling, ingewikkelde gevoelens, puberteit, kleding, make-up, verliefdheid en seksualiteit. Het boek bestaat uit ruim veertig korte hoofdstukken over afgebakende onderwerpen. Ze beginnen steeds met het verhaal van een basisschoolmeisje en een middelbareschoolmeisje met autisme. Daarna volgen informatie en weetjes, worden er tips gegeven voor de meisjes zelf, maar ook voor hun vriendinnen, ouders en leerkrachten. Dit zijn de zogenaamde 'lifehacks' die het leven wat makkelijker maken.

Ook hulpverleners kunnen dit boek goed gebruiken om meisjes inzicht en handvatten te geven hoe om te gaan met hun autisme in specifieke situaties. En het helpt bestaande opvattingen over autisme bij meisjes te verhelderen en waar nodig te nuanceren.

De auteurs van dit boek zijn ervaringsdeskundigen met autisme en/of behandelaren van meisjes met autisme. De redactie wordt gevormd door drie bestuursleden van het Female Autism Network of The Netherlands (FANN), allen werkzaam als psycholoog in het autismeveld.



**ISBN:** 9789088509797

**Auteurs:** Els Blijd-Hoogewys, Marleen Bezemer, Audrey Mol

**Prijs:** € 28,00

[www.swpbook.com/2255](http://www.swpbook.com/2255)