

# Wat kun je lezen in dit boek?

<b>Inleiding</b>	<b>6</b>
<b>Hoofdstuk 1: Even voorstellen...</b>	<b>8</b>
Dit ben ik! 8 / Mijn familie 8 / Mijn huis 9 / Mijn school 9 / Spelen is leuk 10 / Spelen is soms moeilijk 11 / Doe niet zo gek 11 / Ik doe soms heel vervelend 12 / Ik kan ook heel boos worden 13 / Ik doe het niet expres 13	
<b>Hoofdstuk 2: Je hersenen</b>	<b>14</b>
Wat doen je hersenen? 14 / De hersenen van mensen zoals jij en ik 15 / Wat kan er gebeuren bij overbelasting? 16	
<b>Hoofdstuk 3: Wat is Tourette?</b>	<b>17</b>
Wat heb je dan? 17 / Tics 18 / Dwangmatig gedrag 20 / Drangmatig gedrag 20 / Waarom heet het eigenlijk Tourette? 21	
<b>Hoofdstuk 4: Wat is PDD-nos?</b>	<b>23</b>
Wat heb je dan? 23 / Regels en afspraken 24 / Als het niet vanzelf gaat 25 / Praten zonder woorden 26 / Praten met woorden 27 / Rare woorden en zinnen 28 / Horen, zien, voelen, ruiken, proeven 29 / Puzzelstukjes 30 / Het molletje 31	
<b>Hoofdstuk 5: Wat is ADHD?</b>	<b>32</b>
Problemen met concentratie 32 / Impulsief zijn 33 / Hyperactief zijn 34 / Door elkaar 35	
<b>Hoofdstuk 6: Waar je nog meer last van kunt hebben</b>	<b>36</b>
Problemen met slapen 36 / Problemen met spreken, lezen, schrijven 37 / Sombor of depressief zijn, in de put zitten 37 / Dysthyme stoornis 38	

## **Hoofdstuk 7: Hulpjes bedenken** **40**

Kunnen we ervan afkomen? 40 / Medicijnen 43

## **Hoofdstuk 8: Omgaan met Tourette, PDD-nos, ADHD: familie en vrienden** **45**

Wat is belangrijk? 45 / Jij bent oké! 46 / Jij snapt wat er aan de hand is 47 / Nu kun je het ook aan anderen uitleggen 48 / Hoe vertel je over Tourette en zo aan je vrienden? 48 / Proefjes 49 / Over PDD-nos kun je nog het volgende vertellen 50 / Over ADHD kun je ook nog vertellen 52

## **Hoofdstuk 9: Omgaan met Tourette en zo: broertjes en zusjes** **54**

Tourette, PDD-nos, ADHD spelen altijd een rol 54 / Ruzie 55 / Jaloers 56

## **Hoofdstuk 10: Omgaan met Tourette, PDD-nos, ADHD: begrip op school** **58**

Tourette, PDD-nos, ADHD en school 58 / Wat kun je doen om meer begrip te krijgen? 59 / Hoe kan je meester of juf jou helpen? 59 / Middelvingertic 62 / Over Tourette, ADHD en PDD-nos vertellen aan je klasgenoten 62 / Hoe lastig is het om je niet af te laten leiden? 63 / Nog een goeie tip om PDD-nos uit te leggen 64 / Wat te doen als je gepest wordt? 64 / Vertel het aan je ouders 66 / Tourette uitleggen aan vreemde mensen 68

## **Hoofdstuk 11: Omgaan met Tourette, PDD-nos, ADHD: hulpjes thuis** **69**

Het pictobord 69 / De kleurenklok 71 / Eten 73 / Spelen 74 / De stressbal 76 / Vrije tijd 76 / Vakantie 78

## **Hoofdstuk 12: Einde van dit verhaal** **81**

Langs de lijn 82

## **Wil je meer weten?** **83**

