

Kinderen en jongeren met AD(H)D

Titel Kinderen en jongeren met AD(H)D, waar help je ze mee? Een handboek voor ouders en omgeving

Auteur: Tirtsza Ehrlich

Uitgever: SWP Uitgevers, ISBN 9789085603092



Over de auteur

Tirtsza Ehrlich werkt in de kinder- en jeugd-ggz. Zij heeft ruim 20 jaar ervaring met de diagnostiek en behandeling van kinderen met AD(H)D en de begeleiding van hun ouders. In haar eerdere boeken voor kinderen en jongeren met AD(H)D zelf, legt ze uit wat AD(H)D is, hoe een behandeling eruitziet, en zijn tips en tricks opgenomen.

Dit boek is specifiek geschreven voor ouders of andere direct betrokkenen van kinderen en tieners met AD(H)D, maar zou ook niet misstaan als algemeen opvoedboek of als boek voor leerkrachten. Het biedt een breed beeld over opvoeden vanuit een sterke focus op een aantal basisassumpties onder gedrag, zoals: 1) gedrag vindt altijd in een context plaats die bepalend is voor dat gedrag; 2) gedrag is onmacht in plaats van onwil; 3) je hebt geen controle over het gedrag van je kind maar wel over je eigen gedrag; 4) eerst connectie dan correctie. Hiermee geeft dit boek de direct betrokkenen inzicht in hoe zij zelf de beste sleutel zijn tot het omgaan met het AD(H)D-gedrag van een kind of tiener en het verbeteren ervan.

Het boek begint met een hoofdstuk over opvoeden, en de bewering dat voor kinderen en tieners met ADD-gedrag de ouders of leerkracht juist extra belangrijk zijn. Deze kinderen zijn de orchideeën waarvoor de omgeving net wat preciezer ingesteld moet worden dan voor andere kinderen, de paardebloemen. Dit en de rest van het boek wordt vergezeld door quotes zoals 'Als een bloem niet bloeit, verander je niet de bloem, maar de omgeving waarin ze groeit.' Dit zorgt ervoor dat belangrijke informatie makkelijker blijft hangen.

Hierna gaat Ehrlich in een aantal hoofdstukken in op inzichten, behandelrichtlijnen en opvoeden bij AD(H)D, wederom sterk geformuleerd vanuit waar direct betrokkenen zoals ouders controle over hebben. Hierbij focust zij vooral op ADD of op anderszins ongeconcentreerd, vergeetachtig en chaotisch gedrag. Maar daarnaast komt ook regelmatig hyperactiviteit ter sprake en geeft het boek wederom veel informatie en tips die voor elke

Inzicht in hoe je zelf de sleutel bent tot omgaan met AD(H)D-gedrag

opvoeder belangrijk zijn. En anders dan schrijvers van andere boeken, spreekt Ehrlich altijd over het kind of de tiener in 'zij'- (vrouwelijke) vorm. Hiermee biedt het boek diverse ouders een leidraad om hun kind beter te begrijpen, evenals hun eigen opvoedstijl en -technieken. Het neemt ouders zelfs mee in het werken met een SGG (situatie - gedrag - gevolg) schema, wat hen helpt om te zoeken naar handvatten voor het gedrag van hun kind.

De laatste zes hoofdstukken gaan in op specifieke periodes of uitdagingen in de ontwikkeling van kinderen en tieners met ADHD, zoals de overgang naar het voortgezet onderwijs (en erna), liegen en verslavingen. Ook hierin is het boek krachtig door de focus op wat er in zo'n periode voor elke tiener verandert en hoe dit misschien extremer kan zijn voor een tiener met ADD.

Een van de sterke punten van het boek is dat het heel toegankelijk is. Doordat de belangrijkste boodschappen vetgedrukt zijn, is het ook geschikt voor ouders of mensen uit de omgeving die zelf AD(H)D hebben of moeite hebben om de kern uit een tekst op te pikken. Daarnaast is het door de vele verwijzingen naar podcasts, internettips en praktische hulpmiddelen ook zeer geschikt voor ouders die niet zo graag of makkelijk een boek lezen. Daarnaast worden er veel ervaringen van andere ouders gedeeld, waardoor een ouder veel herkenning uit het boek zal halen.

Ook door de toon van het boek is het toegankelijk. Het boek herhaalt regelmatig informatie of verwijst naar andere stukken tekst in het boek, waardoor de lezer zich ook kan beperken tot het lezen van enkele voor zichzelf relevante hoofdstukken.

Daarnaast is het boek niet belerend of veroordelend maar biedt het realistisch inzicht in hoe situaties ontstaan en in de zoektocht naar handvatten.

Ten slotte legt het boek sterk de nadruk op het bouwen aan de relatie. Veelvuldig komt co-reguleren en de-escaleren ter sprake, evenals gewelddoos verzet. Maar bovenal geeft het boek tal van concrete suggesties voor hoe je dingen bij je kind of tiener ter sprake kunt brengen op een manier die laat blijken dat je als ouder betrokken wilt zijn en je kind wilt ondersteunen, en voor hoe je een relatie kunt herstellen.

Kortom, het boek is een aanrader voor iedereen die een opvoedrelatie heeft met een kind of tiener, in het bijzonder wanneer de opvoeding wat meer hobbels kent, zoals bij AD(H)D. Tirtsa Ehrlich eindigt haar boek met dit citaat, dat de kern mooi vat:

'Haal mijn weg niet weg
onder mijn voeten.
Ook al is mijn weg
volgens jouw weg een omweg.
Maar zorg wel dat je altijd
je kind blijft volgen
en steunen op haar weg.'

Hinke Endedijk

is universitair docent Onderwijswetenschappen aan de Universiteit Leiden. Hinke is is redactielid van dit tijdschrift.