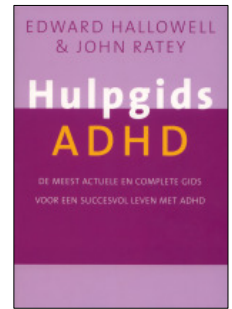




**Auteur(s):** Edward Hallowell en John Ratey  
**Titel:** Hulpguids ADHD  
**Uitgeverij:** Nieuwezijds / EPO  
**Plaats:** Amsterdam / Berchem  
**Jaar:** 2007 (derde oplage)  
**Pagina's:** 345  
**ISBN-13:** 978-90-5712-211-8



Deze *Hulpguids ADHD* heeft als (prestigieuze) ondertitel *De meest actuele en complete gids voor een succesvol leven met ADHD*. Het is niet aan mij om na te gaan of dit effectief zo is, maar voor mij is het toch één van de meest uitgebreide en veelzijdige boeken die ik over ADHD of ADD – want daar gaat dit boek ook over – gelezen heb.

Na een korte inleiding schetsen de auteurs in het eerste deel hoe het is om AD(H)D te hebben. Het eerste hoofdstuk uit dit deel is als het ware een samenvatting van het hele boek. De auteurs raden aan om dit hoofdstuk te lezen als je het hele boek niet kunt lezen. De andere hoofdstukken gaan meer in de diepte. Ze geven een antwoord op de volgende vragen:

- Hoe voelt het aan om AD(H)D te hebben?
- Wat is de kern van het probleem? Kan ik het niet of wil ik het niet?
- Wat zegt de wetenschap?
- Waarom kan ik mezelf niet beheersen?

Deze informatie wordt nog aangevuld met een vragenlijst voor volwassenen en met een hoofdstuk over de eigenschappen van volwassenen met AD(H)D die succes hebben. Dit laatste komt zeker goed van pas nu het handelingsgericht werken en de handelingsgerichte diagnostiek in het onderwijs heel wat terrein hebben gewonnen.

In het tweede deel worden drie concrete verhalen verteld over mensen met AD(H)D. Deze verhalen zijn zeer volledig: niet alleen de sensationele aspecten komen aan bod, maar ook de dagdagelijkse problemen, gevoelens van de persoon met AD(H)D en zijn omgeving, hun zoektocht naar oplossingen en dergelijke meer. Deze verhalen worden becommentarieerd en geduid waar nodig.

Het derde deel staat helemaal in het teken van het stellen van een goede en juiste diagnose. De auteurs leggen uit welke stappen naar een diagnose leiden en staan stil bij nieuwe onderzoeksmiddelen die kunnen gebruikt worden bij de diagnose. Ze geven ook tips om aan een kind te vertellen dat het AD(H)D heeft en gaan onder andere dieper in op de vraag of AD(H)D nu erfelijk is of niet. Zeer interessant in dit deel is ook het hoofdstukje over de andere stoornissen die met AD(H)D gepaard kunnen gaan. In een afzonderlijk hoofdstukje gaan ze dieper in over het verband tussen AD(H)D en leesmoeilijkheden en dyslexie. Heel belangrijk is ook het hoofdstuk waar men dieper ingaat op het verschil tussen AD(H)D en een bipolaire stoornis. De laatste hoofdstukken van dit deel gaan dieper in op de (vermeende) rol van de opvoeding bij AD(H)D en het thema van de verslaving.

Het vierde en laatste deel staat in het teken van de behandeling van AD(H)D. De auteurs hangen dit deel op aan de volgende acht stappen:

- Stap 1: diagnose en onderkenning van talenten en sterke punten
- Stap 2: talenten en sterke punten bevorderen
- Stap 3: educatie
- Stap 4: verandering van leefgewoonten
- Stap 5: structuur
- Stap 6: begeleiding
- Stap 7: therapieën die de werking van medicatie ondersteunen of vervangen
- Stap 8: medicatie indien gewenst



## Nieuwsbrief Leren - Boekbespreking Lieven Coppens

Eerder verschenen op: <http://boeketje-onderwijs.skynetblogs.be>

---

Dit deel is zeer uitgebreid. Ik beperk me in deze bespreking tot een aantal aspecten dat ik extra wil benadrukken. Het eerste aspect daarvan is de uitdrukkelijke opdracht om naar de positieve eigenschappen van de persoon met AD(H)D op zoek te gaan en deze te stimuleren. Een belangrijk “werktuig” hiervoor is de cyclus van verbondenheid-spel-oefening-beheersing-erkenning die, eens hij opgebouwd is, als een *perpetuum mobile* doorheen het ganse leven aanwezig kan zijn. Een ander aspect dat goed uitgewerkt is, is dat van het studeren met AD(H)D. Hier dient een levensecht verhaal als uitgangspunt voor een heleboel praktische tips en aanbevelingen. In verschillende hoofdstukken geven de auteurs nog inzicht in de tegenwoordig gangbare behandelingsvormen, gaande van *omega 3 vetzuren* tot *medicatie*. De stukken over *SPINnen* en *SLIDE* bevat heel wat nuttige informatie over het negatief omgaan met AD(H)D. Ze moeten dan zeker ook door iedereen gelezen worden. Dit vierde deel is ook zeer waardevol omdat het onder andere ingaat over de impact van AD(H)D op de persoon en zijn leven in alle aspecten, maar ook over de impact van AD(H)D op zijn omgeving.

Een boek dat op zijn minst in elke professionele bibliotheek zou moeten aanwezig zijn.

[2008-07-25]