

Overprikkeling voorkomen PDF

Barbara de Leeuw



Deze site bevat slechts een fragment uit het boek. U kunt de volledige versie van het boek downloaden via de onderstaande link.



Schrijver: Barbara de Leeuw

ISBN-10: 9789088505317

Taal: Nederlands

Bestands grootte: 3517 KB

OMSCHRIJVING

Een groot deel van de mensen met een autismespectrumstoornis (ASS) en/of AD(H)D kampen gedurende hun hele leven met een overgevoeligheid voor prikkels. Overgevoeligheid kan leiden tot serieuze lichamelijke en/of psychische klachten, zoals vermoeidheid, labiliteit, hoofdpijn, paniekaanvallen en in ergere gevallen burn-out of hartklachten. Welke klachten dat zijn en welke situaties aanleiding tot overprikkeling geven, is, net als de overgevoeligheid zelf, per persoon verschillend. Overprikkeling voorkomen is een nieuwe methodiek die zeer praktisch toepasbaar is. Met behulp van de methodiek kunnen overgevoelige mensen zelf signalen en symptomen van overprikkeling herkennen en traceren. Daarna kunnen de diverse vormen van overprikkeling worden aangepakt door daar adequaat op te reageren. Na een verhelderende theorie over de prikkelverwerking en waarneming bij autisme wordt door middel van tips en oefeningen uitgelegd welke stappen er noodzakelijk zijn voor het voorkomen van overprikkeling. De methodiek is stapsgewijs opgebouwd en kan mensen met overgevoeligheid voor prikkels leren hier beter mee om te gaan. Uiteraard is dit boek ook zeer geschikt voor coaches en begeleiders die mensen extra goed kunnen helpen beter om te gaan met hun overprikkelende klachten en reacties. Barbara de Leeuw is autismecoach en pedagoog en werkt vanuit haar praktijk Praktisch Autisme voornamelijk met (jong)volwassenen met ASS/AD(H)D. Zelf heeft zij PDD-NOS en ADHD.

WAT ZEGT GOOGLE OVER DIT BOEK?

Leer de signalen van overprikkeling bij je dat je hooggevoelig, hoogesensitief kind herkennen, weet wat je kunt doen en voorkom hysterische buien.

In mijn zoektocht naar oplossingen voor de gedragsproblemen van Ryan was het opmerken van zijn overprikkeling de eerste doorbraak.

4 maart 2015 kwam mijn boek Overprikkeling Voorkomen in de winkels. Inmiddels is van dit boek al de 4e druk beschikbaar. De 4e druk is aangevuld met een extra deel ...

OVERPRIKKELING VOORKOMEN

[Lees verder...](#)