



# AUTISM in CONTEXT

from neurodiversity to neuroharmony

## H.A.P.P.Y.

### Happiness in Autism Personal Project for Young people

#### Wat is H.A.P.P.Y. ?

Ieder van ons wil gelukkig zijn. Mensen met autisme ook. En jij als ouder van een kind met autisme wil dat jouw kind gelukkig is.

Ook met autisme kan je gelukkig zijn. Het is voor de meeste kinderen met autisme wel wat moeilijker. Het pad naar 'autistisch gelukkig' zijn kent obstakels. En op kruispunten is het soms moeilijk kiezen welke weg je best neemt. En soms lijkt het alsof er geen pad is. Dat je niet weet wat te doen om jouw kind gelukkig te maken.

Hierbij kan ik je ondersteunen en inspireren. Ik kan jou helpen om een **geluksplan** te maken voor jouw dochter of zoon met autisme.

Uiteraard heb ik geen magische formule. Ik heb ook geen recept voor geluk.

Wat ik wel kan doen, is ideeën aanreiken die het welbevinden en goed gevoel van jouw kind kunnen vergroten. Neen, geen lijstje met 10 tips die het ultieme geluk beloven in 30 dagen. Wel strategieën die gebaseerd zijn op wetenschappelijk onderzoek (zogenaamde **evidence based** strategieën). En uiteraard maak ik deze strategieën **autismevriendelijk**.

Geluk is iets zeer persoonlijks. Wat de ene persoon gelukkig maakt, werkt niet voor een andere persoon. Bovendien is wat werkt voor kinderen zonder autisme niet altijd gelukmakend voor kinderen met autisme.

Daarom geen algemene, universele tips. De tips en ideeën die ik je zal geven zullen op maat van jouw kind zijn en wat jij voor jouw kind wil.

***Dat is H.A.P.P.Y. : Ik inspireer en ondersteun jou om een uniek geluksplan te maken voor jouw kind.***



## Hoe werkt H.A.P.P.Y. ?

Om te beginnen stuur ik je een **vragenlijst**. Die peilt naar het huidige welbevinden van jouw kind (of het tekort aan welbevinden). Daarnaast zijn er ook vragen over jouw kind en zijn of haar levenssituatie. En tenslotte een paar vragen over de dromen die jij als ouder hebt voor jouw kind.

Op basis van de informatie die je me via de vragenlijst geeft, ontwikkel ik een uniek en gepersonaliseerd **werkboek** met daarin ideeën, tips en strategieën. Een geluksplan op maat van jouw kind.

In een **videochat** bespreek ik met jou de strategieën uit het geluksplan. Ik verduidelijk het werkboek en hoe er mee aan de slag te gaan. En er is ruimte om vragen te stellen.

Daarna ga jij als ouder aan de slag met het werkboek.

Ik bied tevens de optie van **opvolggesprekken**. Tijdens die gesprekken bekijken we samen wat er werkt en wat eventueel aangepast moet worden aan het plan. Je kan me dan ook vragen stellen en om adviezen en andere tips vragen.

## Hoeveel kost het?

Inschrijven is **gratis**.

Na registratie krijg je een document met de verschillende opties van H.A.P.P.Y., de prijzen en de betaalmogelijkheden.



# H.A.P.P.Y.

**Happiness in Autism Personal Project for Young people**