

HELP!

IK HEB HUISWERK!

≡ EERSTE HULP BIJ HUISWERKSTRESS ≡

Jordí Bos
Lina Jaber

Coverontwerp: kimmie

ISBN: 9789403806969

© 2025 Bos/Jaber

INHOUD

Intro: Huiswerk is &*#@% (maar je kunt het overleven)

1: Waarom je geen zin hebt – en dat dat normaal is

2: De Grote Uitsteltactieken – en hoe je jezelf herkent

3: Eerste hulp bij “ik heb niks gedaan”

4: Tactieken die wél werken (voor normale mensen)

5: De huiswerk-hackgids – voor slimme luijaards

6: De planning die wél werkt (voor luie planners)

7: Als het echt niet lukt (en dat gebeurt ook)

Slotwoord en nog een paar bijlagen

De mini mini-gids voor ouders die het ook niet meer snappen

De Grote Huiswerkcoach Test – Oudereditie

Huiswerk is &*#@% (maar je kunt het overleven)

Oké. Laten we even eerlijk zijn.

Huiswerk is niet leuk!

Soms is het saai. Soms is het verwarrend. Soms is het gewoon... te veel.

En dan moet je het óók nog doen terwijl je hoofd al vol zit met toetsen, groepsapps, deadlines, sport, je moeder die zegt dat je kamer opgeruimd moet worden en oh ja, je telefoon die net een melding geeft dat je 7 uur op TikTok hebt gezeten (maar je was echt alleen maar even aan het kijken, toch?).

Je bent niet de enige. Echt niet.

En nee, je bent **niet lui, niet dom en zeker geen mislukkeling** als het je niet lukt om je huiswerk op tijd af te krijgen.

Iedereen heeft weleens van die dagen (of weken) waarop het gewoon niet lukt.

Omdat je moe bent. Omdat je het niet snapt. Of gewoon omdat je er geen zin in hebt.

En dat is niet gek. Je bent een mens, geen robot.

Dit boek is er niet om jou op je kop te geven.

Je hoeft hier geen perfecte planner te worden.

En we gaan je ook niet vertellen dat je *gewoon even je telefoon uit moet zetten en aan de slag moet*. (Alsof dat ooit gewerkt heeft!)

Wat we wél gaan doen?

Jou een beetje helpen.

Met slimme trucjes. Grappige herkenning. En ideeën die wél werken (ook als je het liefst op de bank ligt met chips en uitstelgedrag).

Zonder te doen alsof alles makkelijk is.

Zonder dure woorden.

Gewoon: eerlijk. En een beetje gezellig.

Dus. Heb je huiswerk?

Geen stress.

Pak dit boek erbij (en misschien iets te snacken) en laten we samen kijken hoe jij het allemaal nét iets makkelijker kunt maken.

Je hoeft het niet perfect te doen.

Je hoeft het alleen maar te proberen.

En daar gaan wij jou bij helpen.

Hey ho, let's go!

Jordí Bos
Lina Jaber

1. Waarom je geen zin hebt (en dat dat normaal is)

Of: Motivatie is geen magisch unicornbeest

Eerst even een testje.

Kies wat je nú liever zou doen:

- a) Een paragraaf over lineaire formules in je wiskundeboek maken
- b) Een filmpje kijken waarin iemand een watermeloen opblaast met elastiekjes
- c) Op de bank liggen met chips en je hoodie over je hoofd

...

Was het niet a?

Okee dan. Jij bent normaal.

Iedereen heeft weleens geen zin

Ook de mensen die altijd een 9 halen.

Ook de mensen die een planner hebben met stickertjes, kleurcodes en 8 verschillende gelpennen.

Ook je mentor (die doet soms net alsof ze áltijd overzicht heeft maar die is ook weleens te laat met iets inleveren, geloof ons maar).

Niemand is de hele dag gemotiveerd.

De enige wezens die altijd zin hebben om te werken zijn werkpaarden. En zelfs die krijgen af en toe hooi en rust. Dus nee: geen zin hebben, betekent niet dat je slap bent of dat je het niet aankunt.