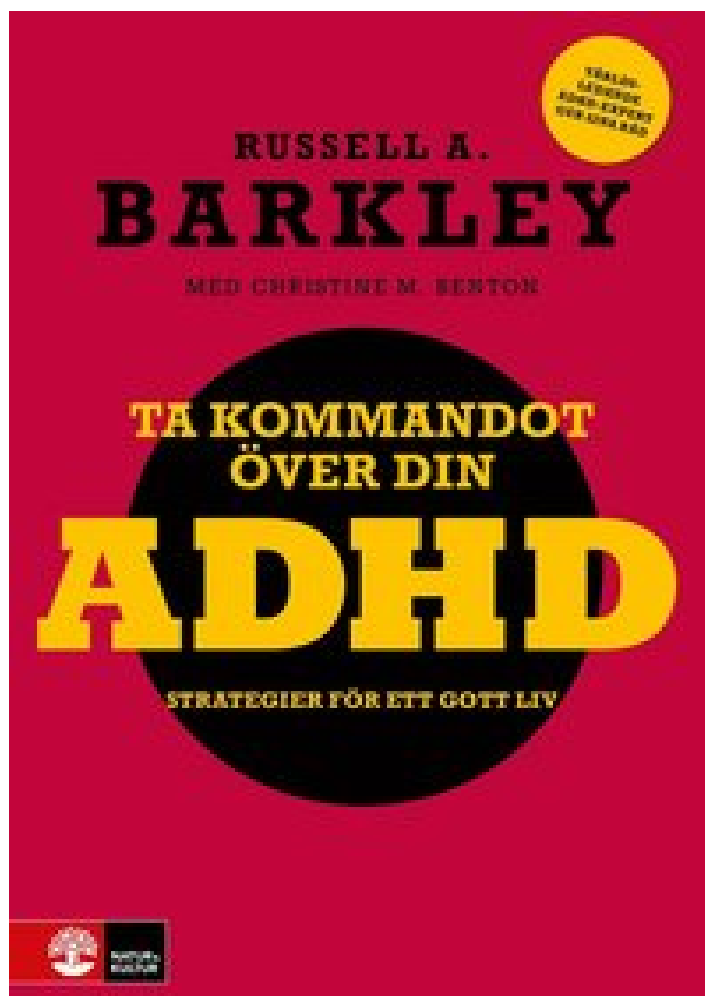


Keywords: Ta kommandot över din ADHD - strategier för ett gott liv : Strategier för e PDF pdf bok på svenska, ladda ner Ta kommandot över din ADHD - strategier för ett gott liv : Strategier för e ePUB, Ta kommandot över din ADHD - strategier för ett gott liv : Strategier för e las online, Ta kommandot över din ADHD - strategier för ett gott liv : Strategier för e download

Ta kommandot över din ADHD - strategier för ett gott liv : Strategier för e PDF

Liria Ortiz, Anna Sjölund



Det här är bara ett utdrag ur Ta kommandot över din ADHD - strategier för ett gott liv : Strategier för e bok. Du kan hitta hela boken genom att klicka på knappen nedan.



Författare: Liria Ortiz, Anna Sjölund

ISBN-10: 9789127133679

Språk: Svenska

Filesize: 4503 KB

BESKRIVNING

Ta kommandot över din ADHD är skriven av Russell A. Barkley, en av världens mest framstående forskare inom ADHD. Vad är egentligen ADHD? Hur är det att leva med diagnosen ADHD som vuxen? Och vilka verktyg finns för att skapa ordning och struktur i vardagen? Boken Ta kommandot över din ADHD är vetenskapligt baserad och presenterar strategier för hur du som har ADHD kan bygga upp dina styrkor. Den fungerar som en praktisk manual som bland annat innehåller överskådliga ADHD-tester för vuxna. Russell A. Barkley är en av världens mest framstående forskare inom ADHD. I boken Ta kommandot över din ADHD beskriver han tekniker som du lätt kan lära dig för att hantera viktiga livsområden såsom relationer, arbete, hälsa och ekonomi. Boken innehåller konkreta tester och tabeller och steg för steg vägleds du till att utveckla färdigheter som ökar möjligheterna att styra livet i den riktning du vill. Du får också svar på vanliga frågor om ADHD, mediciner och annan behandling som finns, varvat med många exempel som ger igenkänning och inspiration. Boken riktar sig till dig som har fått diagnosen, eller tror att du har ADHD. Även närstående och vårdpersonal kan ha stor nytta av boken, som är en omistlig källa till förståelse och kunskap om ADHD hos vuxna. Russell A. Barkley är en internationell förgrundsgestalt inom ADHD-området och professor i psykiatri. Han har publicerat flertalet studier och böcker, och är en ofta anlitad föreläsare världen över. Hans arbete genomsyras av en bred forskningsbaserad kunskap om och klinisk erfarenhet av både barn och vuxna med ADHD. Christine M. Benton är skribent och redaktör.

VAD SÄGER GOOGLE OMDEN HÄR BOKEN?

... hitta ett sätt att "bära" den med sig i livet, utan att den "tar över ... över din ADHD " Ta kommandot över din ADHD - strategier för ett gott ...

Start » ADHD-strategier ... tagit fram ett info-kort om ADHD, men kommer att ta fram de diagnoser ... behöver ändra eller veta mer om för att få livet att ...

Ta kommandot över din ADHD är skriven ... baserad och presenterar strategier för hur du som har ADHD kan bygga ... det på ett sätt som gör att livet känns ...

TA KOMMANDOT ÖVER DIN ADHD - STRATEGIER FÖR ETT GOTT LIV : STRATEGIER FÖR E

[Fortsätt läsa...](#)