

Keywords: Mitt liv med panikångest & ocd PDF pdf bok på svenska, ladda ner Mitt liv med panikångest & ocd ePUB, Mitt liv med panikångest & ocd las online, Mitt liv med panikångest & ocd download

Mitt liv med panikångest & ocd PDF

Kenth Åkerman



Det här är bara ett utdrag ur Mitt liv med panikångest & ocd bok. Du kan hitta hela boken genom att klicka på knappen nedan.



Författare: Kenth Åkerman

ISBN-10: 9789175652801

Språk: Svenska

Filesize: 4654 KB

BESKRIVNING

En självbiografi skriven av Angelique Skröder, hon skriver om sitt liv med panikångest och ocd. Ni får läsa om hennes uppväxt och om hennes liv som tonåring hand i hand med sin ångest. Hur det känns att få en attack, om alla saker hon kände sig tvungen att göra för att inget hemskt skulle hända. Boken avslutas med hur Angelique övervann sina sjukdomar och vart hon står idag."För att orka hela dagen i skolan måste jag vara stark. Jag måste tro på mig själv och inte låta ångesten smyga upp bakom ryggen på mig. Ibland tar jag några djupa andetag och nyper mig själv lite försiktigt i fingrarna. Ibland kliar jag mig på armar och bröstet. Jag vet inte riktigt varför jag gör så, jag tror jag vill "känna" av mig själv kanske. Det var som när jag var liten, då nöp jag mig ofta i armarna för att se så jag verkligen var vaken. Tillslut blev det något jag alltid var tvungen att göra, jag hade ibland stora märken på armarna."

VAD SÄGER GOOGLE OMDEN HÄR BOKEN?

Det finns ett forum där en kvinna med OCD ändrade ... till ännu fler saker att undvika i mitt liv så ... för att få panikångest och jag höll ...

Jag har aldrig i hela mitt liv tänkt på ... Går till en kurator nu som säger att det bara är tvångstankar och att panikångest kan ha ... Forumindex-> OCD med ...

... (OCD) och panikångest ... och inte behöva dela dig med OCD! Lycka till! Med vänliga ... I tv-serien Mina två liv intervjuar hon andra personer med samma ...

MITT LIV MED PANIKÅNGEST & OCD

[Fortsätt läsa...](#)