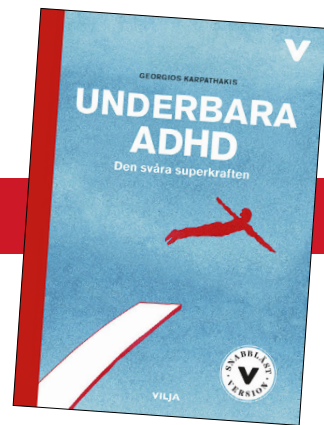


Underbara adhd



DISKUTERA

Ljuvliga jävla adhd *sidan 7*

Författaren skriver om att han aldrig kan vara lagom.
Hur är man när man är lagom?

Barndomen *sidan 9*

Att inte kunna sitta stilla ibland och ibland vara helt koncentrerad och uppslukad av något.
Känner du igen det, från dig själv eller någon annan? Diskutera.

Vem var jag? *sidan 11*

Författaren beskriver att det var väldigt stor skillnad på honom i skolan och hemma.
Vad kan det bero på, tror du?

Drogerna *sidan 16*

Drogerna blev ett sätt för Georgios Karpathakis att orka med. Diskutera riskerna med det.

Räddad av familjen *sidan 21*

Författaren berättar om hur viktig familjen har varit för honom.
Diskutera hur du tror det är att ha en person med adhd i familjen.

Äntligen en diagnos *sidan 23*

Varför är det viktigt att få en diagnos?

För dig som älskar någon med adhd *sidan 29*

Diskutera punkterna i kapitlet. Vad är svårt? Hur kan man göra?

Skolan *sidan 30*

Vad skulle man kunna göra i skolan för att underlätta för personer med adhd?





Missbruk och kriminalitet *sidan 32*

Det är inte bara personer med adhd som kan ha svårt att hantera alkohol. Hur bör personer i omgivningen tänka för att hjälpa dessa personer?

Diskutera pratbubblan på sidan 37.

Mer om diagnosen *sidan 38*

Om adhd är ärftligt betyder det att flera i samma familj kan ha diagnosen. Vad kan det innebära?

Behandling och hjälp *sidan 42*

Hur skulle man kunna hjälpa en person med adhd med att planera aktiviteter och komma ihåg saker?

Arbete *sidan 44*

Vilka arbeten tror du passar för personer med adhd?

Semester och fritid *sidan 46*

Diskutera punkterna på sidan 47. Hur är det när du ska läsa en bok?

Saker i vardagen som är svåra för oss som har adhd *sidan 48*

Gå igenom punkterna på sidan 48. Tänk på varje punkt efter om det finns något man kan göra för att hjälpa till.

Georgios Karpathakis har grundat och driver organisationen Underbara ADHD.

Gå in på underbaraadhd.se och ta reda på vad de gör.

