

Mujeres Con Trastornos Por Déficit De Atención: Cómo aceptar sus diferencias y transformar su vida (Spanish Edition)

Sari Solden

Mujeres Con Trastornos Por Déficit De Atención: Cómo aceptar sus diferencias y transformar su vida (Spanish Edition) Sari Solden

MUJERES CON TRASTORNOS POR DÉFICIT DE ATENCIÓN

Acepte sus diferencias y transforme su vida

Descripción: Mujeres con trastornos por déficit de atención, un libro innovador escrito por la psicoterapeuta Sari Solden, MS, LMFT, explica cómo cada año millones de niñas retraídas y mujeres crónicamente agobiadas no son diagnosticadas con el Trastorno por Déficit de Atención por no encajar en un perfil estereotipado: no hablan rápido, no son hiperactivas ni inatentas y no son hombres.

Este libro pionero, publicado originalmente en inglés en 1995, ha ayudado a cientos de miles de mujeres de todo el mundo, atormentadas y generalmente no diagnosticadas, que no se ajustaban al estereotipo del TDAH, a llegar a entender finalmente sus problemas específicos, así como a apreciar sus talentos únicos.

Mujeres con trastornos por déficit de atención, un libro querido por las mujeres de todo el mundo, explora las opciones de tratamiento y terapia, utiliza historias de casos de la vida real para examinar los desafíos específicos que enfrentan las mujeres con TDAH y retrata de un modo conmovedor la vergüenza que sienten las mujeres cuando se les dificulta cumplir con las expectativas sociales y de género. Solden explica que el TDAH afecta a tantas mujeres como a hombres y suele conducir a la depresión, la desorganización, la ansiedad y el bajo rendimiento. Hay tres pasos que fortalecen a la mujer para que tome control de su vida y disfrute el éxito por sí misma: reestructurar su vida, renegociar las relaciones y redefinir la imagen propia.

Mujeres con trastornos por déficit de atención, un clásico en el campo del TDAH en adultos, está ahora disponible por primera vez en español y sólo en formato digital. En inglés, su formato electrónico ha sido un best seller constante desde su lanzamiento en 2012.

Lo que han dicho los expertos en esta materia:

"Sari Solden ha utilizado su experiencia personal y profesional para iluminar el oscuro clóset habitado por demasiadas mujeres con TDAH... Sari fortalece a las mujeres con TDAH dándole validez a sus vivencias como seres humanos útiles que se esfuerzan a pesar de sus graves problemas de organización en muchas áreas de su vida". (Kate Kelly y Peggy Ramundo, autoras de *You Mean I'm Not Lazy, Stupid, or Crazy*.)

"Lo que me encanta del enfoque de Sari es que es personal, humilde, divertido y real. Ella capta el espíritu del TDAH desde la perspectiva de una mujer y ofrece un enfoque positivo y práctico para mejorar la vida. Disfruto su humor, su sensibilidad y su amabilidad". (Dr. Edward Hallowell, coautor de *Driven to Distraction*)

Descargar y leer en línea Mujeres Con Trastornos Por Déficit De Atención: Cómo aceptar sus diferencias y transformar su vida (Spanish Edition) Sari Solden

Format: Kindle eBook

Download and Read Online Mujeres Con Trastornos Por Déficit De Atención: Cómo aceptar sus diferencias y transformar su vida (Spanish Edition) Sari Solden #02BSYC5PUXO

Leer Mujeres Con Trastornos Por Déficit De Atención: Cómo aceptar sus diferencias y transformar su vida (Spanish Edition) by Sari Solden para ebook en línea Mujeres Con Trastornos Por Déficit De Atención: Cómo aceptar sus diferencias y transformar su vida (Spanish Edition) by Sari Solden Descarga gratuita de PDF, libros de audio, libros para leer, buenos libros para leer, libros baratos, libros buenos, libros en línea, libros en línea, reseñas de libros epub, leer libros en línea, libros para leer en línea, biblioteca en línea, greatbooks para leer, PDF Mejores libros para leer, libros superiores para leer libros Mujeres Con Trastornos Por Déficit De Atención: Cómo aceptar sus diferencias y transformar su vida (Spanish Edition) by Sari Solden para leer en línea. Online Mujeres Con Trastornos Por Déficit De Atención: Cómo aceptar sus diferencias y transformar su vida (Spanish Edition) by Sari Solden ebook PDF descargar Mujeres Con Trastornos Por Déficit De Atención: Cómo aceptar sus diferencias y transformar su vida (Spanish Edition) by Sari Solden Doc Mujeres Con Trastornos Por Déficit De Atención: Cómo aceptar sus diferencias y transformar su vida (Spanish Edition) by Sari Solden Mobipocket Mujeres Con Trastornos Por Déficit De Atención: Cómo aceptar sus diferencias y transformar su vida (Spanish Edition) by Sari Solden EPub
02BSYC5PUXO02BSYC5PUXO02BSYC5PUXO