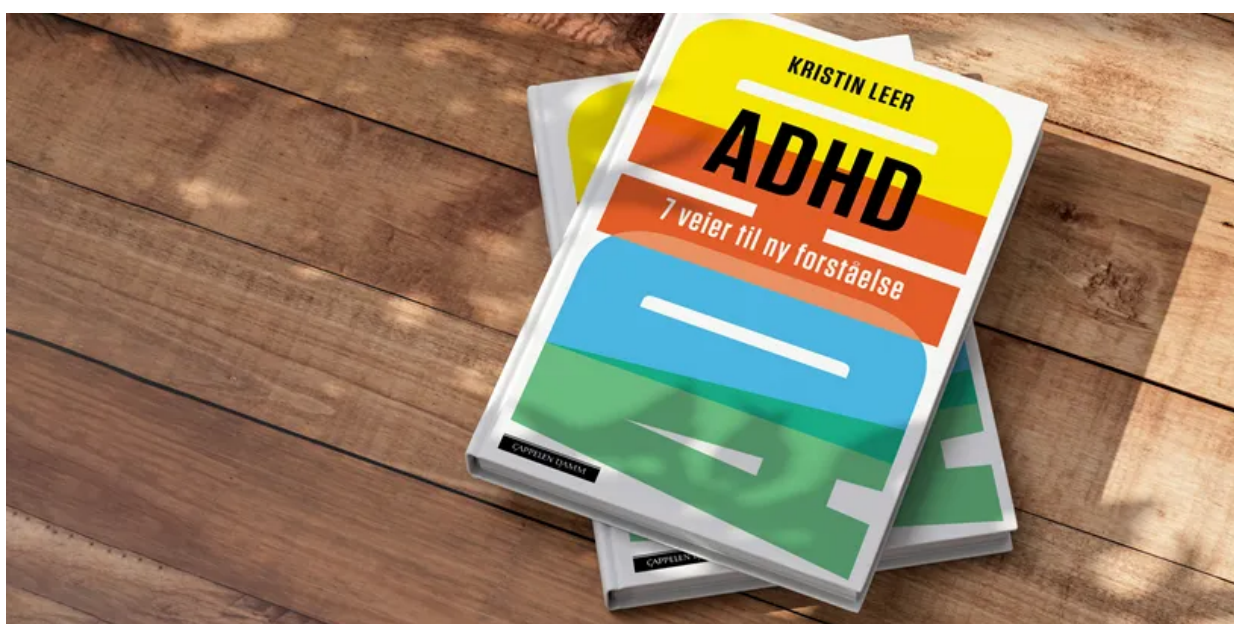


Bokomtale: ADHD 7 veier til ny forståelse

«ADHD 7 veier til ny forståelse» kan være god og nyttig lesning både for dem som lurer på om de har ADHD, de som har fått diagnosen, og for de som lever tett på noen med ADHD. Den gir en lettlest og overkommelig innføring i overraskende og uventede konsekvenser og aspekter ved et langt liv med ADHD.



Kristin er utdannet lege og fikk ikke diagnosen ADHD før hun var fylt 44 år. Hun hadde i flere år hatt en mistanke om at hun på noen områder ikke fungerte helt som normalt, men ingen trodde at en person som har fullført medisinstudiet kan ha ADHD. Da hun fikk diagnosen, falt en del brikker endelig på plass.

Til tross for at hun tydeligvis var i stand til å bestå medisinstudiet var enkelte hverdagsoppgaver nesten uoverkommelige, hun slet med å huske

avtaler, betale regninger og holde oversikt over ungenes fritidsaktiviteter.

Endelig kunne hun forstå hvorfor det var sånn, og hun kunne se områder der hun nøt godt av å ha en hjerne som fungerer litt annerledes enn det vårt moderne samfunn definerer som normalt.

“ Hadde jeg bare skjønt tidligere at årsaken til så mange utfordringer og sorger kan oppsummeres med fire enkle bokstaver, ville jeg vært spart for mange frustrasjoner og bekymringer.

Leer innleder boken sin med en forfriskende innføring i hvordan vi mennesker ofte velger å beskrive fenomener ved hjelp av begreper som normalt og unormalt, og påpeker hvordan avvik fra normalen kan gi både negative og positive utslag, kreativt, akademisk eller sportslig. Hun setter dermed tonen for en bok som ikke utelukkende fokuserer på feil og mangler hos dem med ADHD, men setter diagnosen i et samfunnsperspektiv som åpner for refleksjoner rundt de utfordringer, begrensninger og «superkrefter» som følger med den.

Leers nesten unike perspektiv som ADHD-diagnostisert lege og pårørende mor til barn med ADHD gir oss nye innfallsvinkler til den stadig mer hverdagslige diagnosen. Boka hennes byr på et bredt utvalg mestringsstrategier, praktiske råd, og variert informasjon om de ulike aspektene ved ADHD gjennom livet.



Tekst:

Kristin Lyse

Webredaktør