



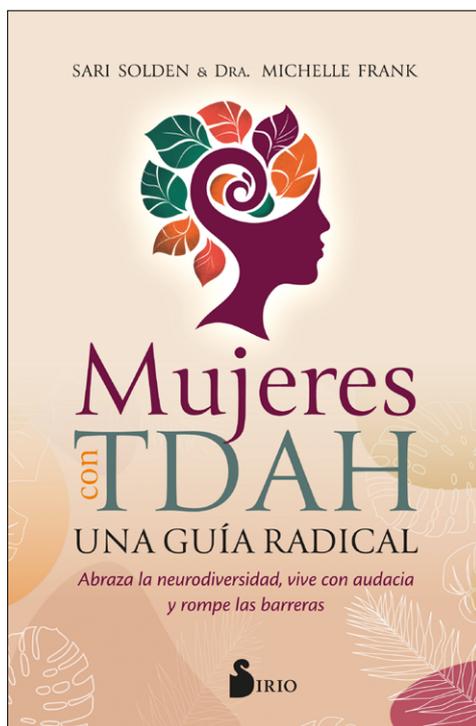
TRADUCIDO A MÁS DE 10 IDIOMAS. GUÍA IMPRESCINDIBLE PARA MUJERES CON TDAH QUE BUSCAN DEJAR DE ESCONDERSE Y EMPEZAR A BRILLAR



Las autoras

Sari Solden es psicoterapeuta y lleva treinta años asesorando a personas adultas con trastorno por déficit de atención/hiperactividad (TDAH). Es pionera en el estudio del TDAH en las mujeres.

Michelle Frank es psicóloga clínica, especializada en el diagnóstico, tratamiento, educación y capacitación de personas con TDAH, y miembro de la junta de la ADDA, la única organización sin ánimo de lucro dedicada en exclusiva a ayudar a personas adultas con TDAH.



Título: *Mujeres con TDAH. Una guía radical*
Subtítulo: *Abraza la neurodiversidad, vivir con valentía y romper todas las barreras*
Autores: Sari Solden y Dra. Michelle Frank
P. sin IVA: 15,34 € PVP: 15,95 €
Tamaño: 15 x 23 cm Nº págs: 312
THEMA: JMMJ BISAC: SEL044000
Encuadernación: Rústica Categoría: A
ISBN: 9788410335714



CLAVES DE VENTA

- ✓ **Para quién:** lectoras de Brené Brown, Silvia Congost, Marian Rojas, Glennon Doyle o Gabor Maté.
- ✓ **Éxito internacional** demostrado: traducido a más de 10 idiomas.
- ✓ El **diagnóstico** de TDAH en mujeres adultas ha **crecido** exponencialmente en los últimos años.
- ✓ Las mujeres son diagnosticadas de forma tardía y faltan recursos adaptados a su experiencia vital, este libro **llena un vacío**.
- ✓ Combina tres temas de **máxima actualidad:** feminismo emocional, salud mental y neurodiversidad.
- ✓ Ayuda a las lectoras a entender su mente sin patologizarlas y, ofreciendo **herramientas prácticas**.

TAGS

NEURODIVERGENCIA // SALUD MENTAL
AUTOESTIMA // CEREBRO FEMENINO
TDAH ADULTO // ATENCIÓN PLENA // DISLEXIA
CRECIMIENTO PERSONAL // TDAH MUJER
MUJERES NEURODIVERGENTES // TEA
TRASTORNO OBSESIVO-COMPULSIVO
ANSIEDAD // DEPRESIÓN // ALTAS CAPACIDADES
ALTA SENSIBILIDAD // NEURODIVERSIDAD
NEUROTÍPICO // NEUROINCLUSIÓN
CEREBRO ATÍPICO // COGNICIÓN NO LINEAL
PENSAMIENTO DIVERGENTE

Sinopsis

¡Vive con valentía como mujer con TDAH! Esta guía radical te mostrará cómo cultivar tus aptitudes, honrar tu neurodivergencia y aprender a comunicarte con claridad y confianza. Si eres una mujer con trastorno por déficit de atención con hiperactividad (TDAH), probablemente has sabido toda tu vida que eres diferente. Es hora de cambiar esto. Esta guía radical es el primer cuaderno de trabajo para mujeres con TDAH cuyo propósito es romper el ciclo de la vergüenza y el diálogo interno negativo que nacen de entender las diferencias cerebrales como defectos del carácter. En esta magnífica guía encontrarás un enfoque innovador que combina el tratamiento tradicional del TDAH con métodos de tratamiento contemporáneos, como la terapia de aceptación y compromiso (ACT), para que puedas desenredarte de la maraña de creencias que te han impedido alcanzar tu potencial en la vida.

Libros relacionados:

