

Vardagen med ADHD



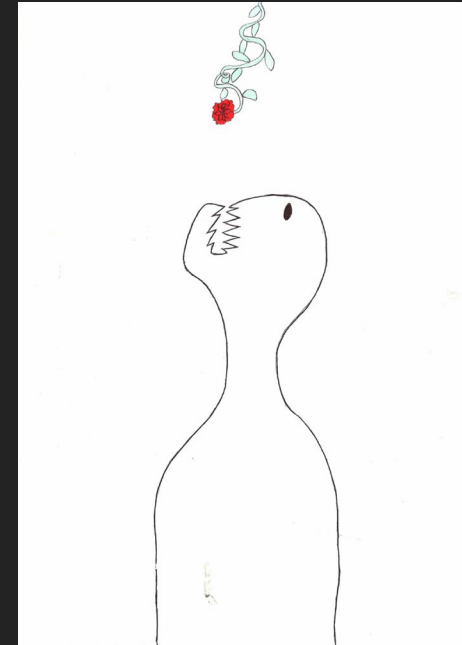


Marion Norrgård-Långbacka

- Född 1988, Vörå
- Blev mamma 2012 och 2013
- Son med utvecklingsstörning och dotter med ADHD, bonusbarn med ADHD, inlärningssvårigheter och trolig ADD
- Egen ADHD-diagnos 2022

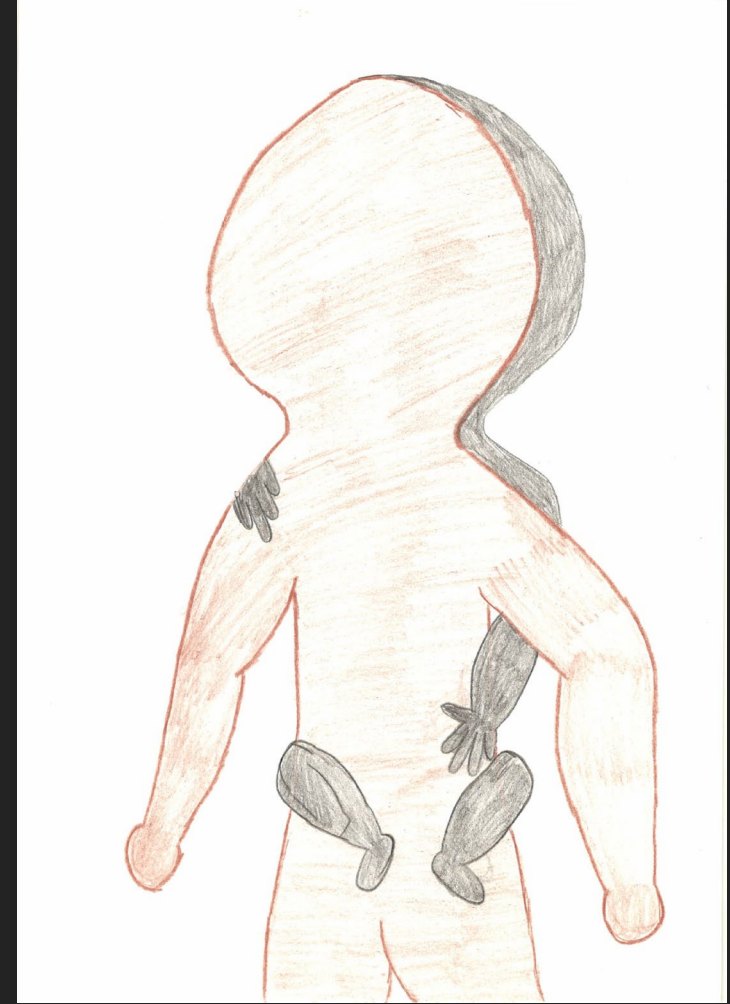
Barndomen & Tonåren

- Annorlunda än andra barn
- Snabb att lära mig och lätt i skolan
- Sociala sammanhang “jobbiga”
- Mobbad, men hade vänner
- Ångest, depression, destruktiv



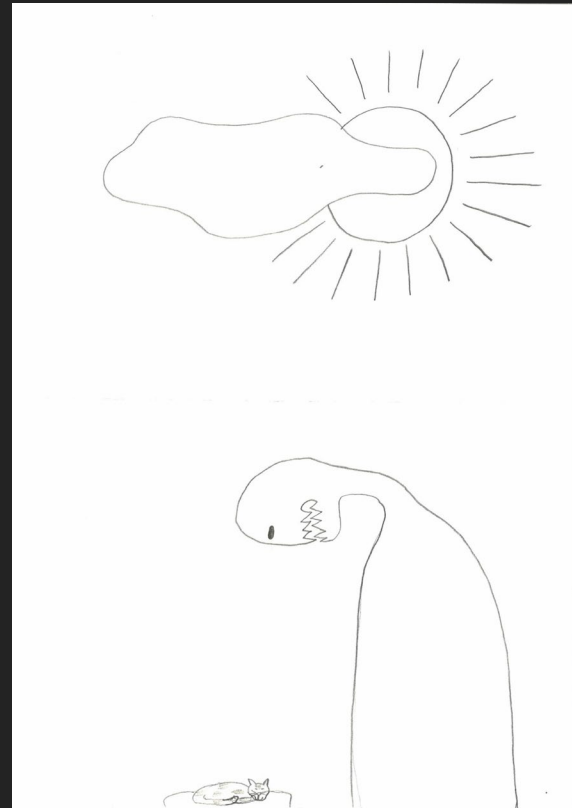
Vuxenlivet

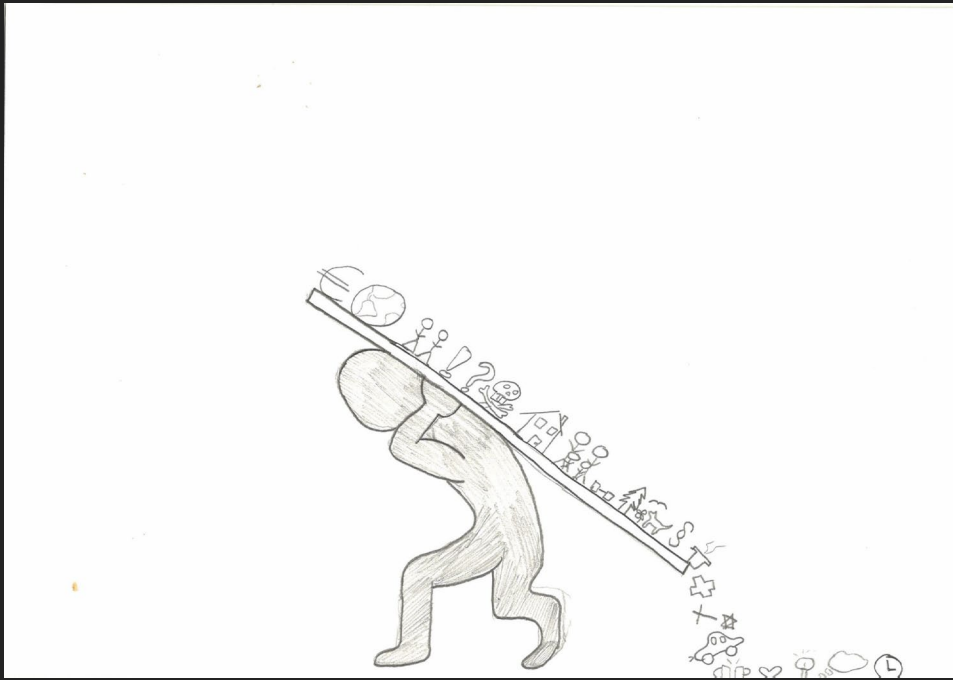
- Självmedicinering
- Ville passa in, ville vara omtyckt
- Vem är **jag**?
- Impulsiv och rastlös
- Emotionell och intuitiv
- Löften är heliga



Barnen lika mig

- Impulsiva och emotionella
- Specialintressen
- Starka viljor
- Genomsnälla
- Tonåringar





Förväntningar

- “Hur det borde vara”
- “Good enough”
- Egna lösningar



Tack för att du
lyssnade!

Marion Norrgård-Långbacka
marionnorr@gmail.com