

**OLA PFLUMIO**

**MY  
KOBIETY  
Z ADHD**

**ATYPOWE  
NEURORÓŻNORODNE  
WSPANIAŁE**

# Spis treści

---

- 7 **Wstęp**
- 15 **Okiem psychiatrki**  
*dr Wenesa Gajos*
- 29 **To nie jest moja supermoc**  
*Hania Sywula*
- 47 **Emocjonalny rollercoaster**  
*Hela Dziekońska*
- 65 **O samoakceptacji**  
*Kari Goldyn*
- 83 **Macierzyństwo z ADHD**  
*Kasia Biernat-Stanaszek*
- 103 **ADHD, kariera i syndrom oszusta**  
*Karolina Kałużyńska*
- 123 **ADHD a niepełnosprawność**  
*Kasia Carewicz*
- 143 **ADHD a zaburzenia odżywiania**  
*Anna Trojanowska*
- 165 **ADHD a uzależnienia**  
*Agata Ossowska*
- 185 **ADHD a spektrum autyzmu**  
*Kamila Jakubas*
- 205 **Okiem psychoterapeutki**  
*Marta Cieśla*

© Wydawnictwo WAM, 2024

© Ola Pflumio, 2024

Opieka redakcyjna: Agnieszka Mazur  
Redakcja: Magdalena Koch  
Korekta: Kinga Dolczewska, Klaudia Bień  
Projekt okładki: Marcin Jakubionek  
Skład i łamanie: Karolina Korbut

Pamiętaj! Książka to bardzo ważne wsparcie,  
ale nie zastąpi terapii czy pomocy specjalisty.

ISBN 978-83-277-3679-6

MANDO  
ul. Kopernika 26 • 31-501 Kraków  
tel. 12 62 93 200  
[www.mando.pl](http://www.mando.pl)

DZIAŁ HANDLOWY  
tel. 12 62 93 254-255  
e-mail: [handel@wydawnictwomando.pl](mailto:handel@wydawnictwomando.pl)

Druk i oprawa: WYDAWNICZA • Kraków

Publikację wydrukowano na papierze iBOOK White 70 g vol. 2.0  
dostarczonym przez IGEPa Polska Sp. z o.o.