

Länk- och lästips

På webben:

bloggar.ur.se/orkaplugga/
tryggpanatet.telenor.se
tonarsparloren.se
surfalugnt.se
statensmedierad.se/nohate
unglivsstil.se
umo.se

Ted talks:

https://www.ted.com/talks/angela_lee_duckworth_grit_the_power_of_passion_and_perseverance?language=sv

Vetenskapens värld:

<https://www.svtplay.se/video/17656810/vetenskapens-varld/vetenskapens-varld-sasong-28-ungas-psykiska-ohalsa?start=auto&tab=2018>

I handen:

”Så funkar det! Om sömn, stress, hur hjärnan fungerar” Av: Anna Nyman (läs gärna tillsammans med din tonåring)

”Hjärnstark” Av: Anders Hansen

”Fem gånger kärlek” Av: Martin Forster