Ein gutes Gefühl
Fragenkatalog zur Podcast-Folge TEil 1

Wichtig vorab:
Die Symptome sollten sich durch das Leben ziehen und nicht nur gelegentlich auftauchen.

Fühlst Du Dich häufig angespannt und getrieben?

Kannst Du nur schwer still sitzen und warten?

Brauchst Du immer Aktion und hasst Du Langeweile?

Kannst Du abends schwer abschalten, weil Du so viele Gedanken im Kopf hast.

Triffst Du Entscheidungen öfter ohne die Konsequenzen zu bedenken?

Kannst Du Aufgaben, die keinen Spaß machen, nur schwer anfangen und zu Ende bringen?

Sagst Du öfter etwas, womit Du andere verletzt, ohne dass Du das wolltest?

Ein gutes Gefühl
Fragenkatalog zur Podcast-Folge TEil 2

Hast Du Probleme damit Ordnung zu halten?

Hast Du Probleme damit, Wichtiges und Unwichtiges zu unterscheiden?

Bist Du häufig vergesslich oder musst viel suchen?

Bist Du schnell gekrankt, verletzt oder fühlst Du Dich schnell angegriffen?

Hast Du nur eine kurze Konzentrationsspanne?

Bist Du schnell abgelenkt?

Bist Du vergesslich?

Kannst Du Dich auf Aufgaben konzentrieren, die Dir Spaß machen?