

Lehrprobe/UB-Vorbereitung mit ADHS

Beitrag von „Quittengelee“ vom 22. November 2023 13:09

Ich habe mal "Mit ADHS erfolgreich im Beruf" von H. Lachenmeier gelesen, einem selbst betroffenen Therapeuten. Er hat viele soziale Probleme beschrieben, die man sich immer wieder einbrockt, fand ich ganz heilsam zu lesen, dass andere das auch kennen. Die Strategien sind allerdings mehr oder weniger die Selbstbeobachtung und überhaupt erkennen, warum man immer wieder an Grenzen stößt.