

Sozialer Akku gefühlt immer leer

Beitrag von „Der Referent“ vom 6. Februar 2024 09:48

Zitat von Kapa

Und deswegen attestierst du gleich mal ne Depression?

Ich mag Menschen nicht besonders, deswegen meide ich außerhalb der Arbeit Menschen die ich nicht sehen möchte (also quasi fast alle). Soziale Interaktion ist mir oftmals einfach zu anstrengend...und das hat nicht mit Depression sondern mit introvertiert sein zu tun.

Den/Die TE kennst du nicht, daher Vorsicht mit solchen Ferndiagnosen.

Lies nochmal genauer nach. Ich habe gesagt, dass die selben Methoden, die bei Depressionen helfen würden, auch hier Anwendung finden können.

Außerdem geht es nicht um dich, sondern um die Frage von Schokozwerg.