

Prokrastination und mangelnde Arbeitsorganisation überwinden

Beitrag von „Conni“ vom 28. April 2025 21:48

Zitat von Sonnenblume24

meine Selbstzweifel mich lähmen und ich Angst habe eine schwere Depression zu entwickeln.

Bei ADHS sind Selbstzweifel übrigens auch häufig und komorbid weitere psychische Erkrankungen: Depressionen, Angsterkrankungen und Essstörungen sehr häufig.