

- **Geringeres Schlafbedürfnis** (allgemein: veränderter Schlafrhythmus)
- **Ideenflut**
- Egozentrisches Gefühl, **Selbstüberschätzung**, alles können, alles wissen; „Ich bin ein Star“
- Allen helfen wollen
- **Distanzlosigkeit**
- Putzwahn/-manie, exzessives Aufräumen
- SV beim Essen (da unkonzentriert); gestörte Feinmotorik
- **Unkonzentriertheit**
- **Intensivere Gefühle**, intensiveres Erleben
- **Intensivere, erweiterte Wahrnehmung** (Natur)
- **Exzessiv Sport treiben**
- **Erhöhte Kaufbereitschaft**, auch unsinnige Käufe
- Große **Aktivität** und **Kreativität**
- Notlügen
- Erhöhte **Kommunikation** (Telefon, SMS, Briefe...)
- Getrübtes **Erinnerungsvermögen**, Dinge vergessen
- Schnelle **Entscheidungen** – wesensfremd und untypisch
- **Frühes Aufstehen**
- **Arbeiten** zu unüblichen Zeiten (früh morgens), **keine Pausen**
- **Gereiztheit**
- **Gedankenflut, Sprachfluss / Rededrang, erhöhtes Sprachvermögen, Stimmklang** ändert sich (auch bzgl. Lautstärke)
- Viele Dinge anfangen, nichts zu Ende bringen
- Erhöhte **Flirtbereitschaft**
- Ordnungssysteme
- Erhöhte (Wahrnehmungs-) **Empfindlichkeit** (z.B. Geräusche, Temperatur)
- Fehlendes Gefühl für das richtige Maß
- Erstarrendes Erregungsniveau
- „sich fremdbestimmt fühlen“, „fremdgesteuert“
- **Drogen, Alkohol (erhöhter Konsum)**
- **Lebensfreude, Glücksgefühl, Energie, Durchsetzungsvermögen**
- Überforderung
- **Druck/Tatendrang/Dinge nachholen, Gehetztheit (von außen so wahrnehmbar), Ungeduld**
- Erhöhte **Risikobereitschaft, kaum bis keine Angst mehr**
- Erhöhte Religiosität
- **Nichts mehr Essen** (aus Zeitmangel), aber auch nichts mehr essen müssen
- **Unzuverlässigkeit**
- Sammeln (z.B. Faltblätter)
- **Aussehen** (Blick, Körperhaltung, Gewicht)