

# **Woher kommt eure Kraft?**

**Beitrag von „maik“ vom 7. Dezember 2008 19:35**

Wir sind uns da ja alle einig, dass wir irgendwoher unsere kraftreserven auftanken müssen.Klar, das gilt für viele Berufe. Mich würde mal interessieren, was euch antreibt, wie ihr auch mal stress vergessen könnt und was frust wieder ausgleicht.

Hier im Forum wird ja schon viel genannt: Für manche der Mittagsschlaf ohne den gar nix geht oder zumindest abschalten nach der schule für eine weile. Viele setzen sich grenzen (zeitlich, räumlich...). Hobbys, was für sich tun, Sport und Zeit für die Familie...alles sehr wichtige Dinge, die auch ich neu für mich entdeckt habe. Aber ich meine eher so Dinge, die euch vor der Klasse aussöhnen. Ein toller gelesener Satz von einem Erstklässler, ein warmer Händedruck, wenn man mal traurig aussieht,spüren, wie viel die Kinder gelernt haben, ein nettes Elterngespräch... gerade in der Grundschule machen wir ja spezielle Erfahrungen mit Kindern, die uns sehr viel Kraft wiedergeben. Mit Kleinigkeiten. Aber auch an alle anderen: was könnt ihr erzählen?

Der Gedanke ging mir so durch den Kopf, vielleicht habt ihr lust zu erzählen.

Lg  
maik