

schleppende Korrektur - Gehirn hat sich abgeschaltet

Beitrag von „*mariposa*“ vom 12. Dezember 2008 07:38

Hello!

Hast Du einen Ausgleich, wo Du wirklich mal runterkommen kannst?

Ein Hobby, Sport, irgendwas, das Dir jetzt Spaß macht?

Lieber Mal etwas liegen lassen, sich gedanklich richtig frei machen, und sich dann konzentrierter und produktiver wieder für ein-zwei Stunden an die Arbeit setzen, also sich frustriert die Nächte um die Ohren zu schlagen. Das ist zumindest die Strategie, die ich für mich nutze.

Gestern habe ich Plätzchen gebacken - ich hasse es normalerweise, aber das hat richtig Spaß gemacht, weils einfach mal ganz was anderes war 😊