

Stress/Burnout und Unachtsamkeit

Beitrag von „neleabels“ vom 16. Dezember 2008 14:16

Zitat

Original von klöni

Mir ist gestern ähnliches passiert: ich dachte, ich gönn mir mal was Schönes, geh in die Sauna und erhole mich von einem zermürbenden Korrektur-Wochenende. Doch kaum dort angekommen, schaute ich auf die Uhr, ohgott, schon so spät, wollte doch noch fertig korrigieren. Ich springe also in die Saunakabine und kippe - weil es ja schnell gehen soll - den halben Eimer Saunaguss auf die Steine, nach den 5 Minuten schwitzen bei Extremtemperaturen habe ich mich natürlich nicht im Wellness-Bereich erholt, sondern bin nach Hause geeilt, um mich wieder an den Schreibtisch zu schmeißen.

Ich weiß ja, dass Lehrer zu allem imstande sind, aber sowas Bizarres habe ich schon lange nicht mehr gehört! 😅 :tongue: Sich mit dem Saunieren zu beeilen, weil man in Eile ist!?!
Es gibt aber sicher noch andere Möglichkeiten, seinen Kreislauf kaputtzukriegen...

Nele