

Stress/Burnout und Unachtsamkeit

Beitrag von „Micky“ vom 16. Dezember 2008 16:58

genau - alleine die Sommerferien sind Erholung - aber 6 Wochen am Stück würde ich gerne aufspalten, damit ich im Dezember oder so auch mal ein bisschen abschalten kann.
den Stress kenne ich - das geht dann immer zu Kosten des Kreislaufs oder des Kopfes - ich mache mir dann bei einem Citybummel oder so immer Gedanken um die Schule und dann gerate ich in Stress und erschrecke, dass es schon so spät ist. Ätzend!