

# **hektisch- und müüüde!**

## **Beitrag von „carla“ vom 26. Februar 2006 10:17**

ist jetzt ein völlig unmotiviertes Posting, und passt damit genau zu meinem Zustand, ich bin nämlich seit Tagen einfach nur noch müde, und dass trotz ca. 7 Stunden Schlaf pro Nacht (am WE mehr) und einem völlig verpennten Samstag Nachmittag und einem faulen Fernsehabend - immerhin war ich zwischendurch eine Stunde laufen, sonst würde ich mich jetzt nur noch als couchpotato fühlen.

Aber seit ich (gerade mal vier Wochen, kommt mir viel länger vor) mit ganzer Stelle an einer Schule bin, bekomme ich irgendwie meine 'Spannungs-/Entspannungsphasen' nicht so ganz auf die Reihe. Zwar laufen die U-Vorbereitungen, vor denen ich einen gehörigen Bammel hatte, erstaunlich schnell und ich bin i.d.R. auch mir den Stunden ganz zufrieden, aber zum einen haben sich einige Nebenbaustellen aufgetan (Fortsbildung, AGs etc.) und zum anderen neige ich wohl mal wieder dazu, mich selbst zu überholen: das, was ich machen will (und auch mache) plus dem, was mir noch im Kopf und auf der to-do-Liste herumspukt steht in einem ungünstigen Verhältnis zur vorhandenen Energie, aber so richtig bremsen kann ich mich zur Zeit auch nicht, denn ich möchte ja noch *unbedingt xyz erledigen, anfangen, planen.....*

Dabei wäre ja auch noch (ein bisschen) Zeit für Entspannung, aber statt dessen stresse ich dann auch noch in der Freizeit (oder an meinen sowieso viel zu kurzen Pendlerwochenenden) herum und verbreite Hektik oder verplane die nächste Zeit: "Die Fortbildung am überüber... nächsten Wochenende würde ja noch passen..."

War jetzt wohl kein konstruktiver Beitrag zum Thema Zeitmanagement.... :O

Viele Grüße

carla