

Allg. Frage: Wann geht ihr abends schlafen?

Beitrag von „Prusselise“ vom 26. Januar 2010 16:35

Ich habe ab und zu auch die Möglichkeit ein bisschen früher schlafen zu gehen.

Wenn ich aber zeitig gehe, wache ich um 1 oder 2 Uhr nachts auf und fühle mich ausgeruht.

Um sechs bin ich dann wieder müde 😞

Und wenn ich - wie jetzt- viel Stress habe, dann wache ich jede Nacht ein bis zweimal auf.

Manchmal schlafe ich wieder an, manchmal nicht.

Das ist nur in der Schulzeit so, in der unterrichtsfreien Zeit schlafe ich wie ein Stein. Immer.