

Immer nur müde und ausgepowert...

Beitrag von „Nuffi“ vom 6. März 2012 12:01

Ach, Polly, das hätte ich auch schreiben können...

Aber die anderen haben Recht: versuche, etwas auf dich zu achten. Gönn dir mal ne Pause und wenn es nur 10 Minuten mit der Zeitung und einer Tasse Tee ist! Mach einen Spaziergang und lass die Wäscheberge und das Telefon links liegen, die laufen nicht weg. Kannst du deinen Mann mit einspannen oder hast du Eltern vor Ort, die mal helfen können?

Am Kind kannst du nicht viel reduzieren, aber eine genaue Zeiteinteilung, WAS du WANN und WIE LANGE machst, kann da schon helfen. Dann hat man nicht ständig das Gefühl, doch eigentlich noch 7 Sachen gleichzeitig machen zu müssen!

Stichwort Schulvorbereitung: Du bist noch am Anfang und es sei dir gesagt: Es wird besser! Irgendwann hat man Material, so dass man nicht jede Stunde ganz neu machen muss. Kannst du dich mit Kollegen austauschen? Oder die Klassenarbeiten etwas "rationaler" korrigieren? Ich habe da auch so einiges ausprobiert...

Ich wünsche dir viel Kraft und auch ein bißchen Zeit, nur für dich und zum Auftanken!