

Schulschlussdepression

Beitrag von „Stille Mitleserin“ vom 1. Juli 2016 09:45

Hi Josh,

bei mir trifft es der Begriff Depression nicht so ganz. Ich fühle mich zu Ferienbeginn meist völlig ausgelaugt, habe keine Kraft mehr und brauche in den ersten Ferientagen extrem viel Schlaf. Mich trifft man dann bis zu 16 Stunden am Tag in meinem Bett an.

Nach einer knappen Woche wird es dann besser, vorher brauche ich auch nicht in den Urlaub fahren.

Oft fährt auch mein Immunsystem runter und ich werde kurz vor Ferienbeginn oder zu Beginn der Ferien krank. Das ist besonders nervig.