

Schulschlussdepression

Beitrag von „Kronos“ vom 2. Juli 2016 09:30

Zitat von Stille Mitleserin

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

Diesen Fall kurz vor Schulschluss erlebe ich öfters, ich weiß nicht, ob das Immunsystem dann anfälliger ist, wenn man sich sagt "Bald sind Ferien" - jedenfalls kurz vor den Ferien zu erkranken, trifft mich meistens auch mit voller Härte. Zusätzlich ist es ja auch so, dass man schon einmal ein paar Vorbereitungen für das nächste Schuljahr treffen muss, ehe sich alle KollegInnen erst in der Vorbereitungswöche sehen.

Mir hat zu Beginn der Ferien das Entrümpeln geholfen - es ist wie eine psychische Reinigung von den Altlasten. Erst dann kann ich in die Ferien starten.