

# Schulschlussdepression

**Beitrag von „Meerschwein Nele“ vom 4. Juli 2018 17:09**

So ein Gefühlszustand ist ein Symptom von Überarbeitung. Die Work-Life-Balance stimmt nicht, du musst im Alltag weniger arbeiten und mehr die wirklichen Werte des Lebens verfolgen: Beziehung, Familie, Freunde, Haustiere, Hobbies, Sport, Erholung... Das Leben halt.

Wenn du so arbeitest, kannst du übrigens auf Dauer auch kein guter Lehrer sein - weil dir nämlich nichts Kreatives mehr einfällt und du zunehmend von deinen Schülern angenervt werden wirst.