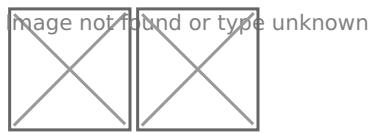


# Ich kann nicht mehr. Wer macht mir Mut?

**Beitrag von „sisterA“ vom 23. Juni 2004 17:49**

Hallo.

Verschaffe dir Durchblick, dann mußt du nicht so von UB in Ub stolpern!  
mir hilft Ref in Happen, indem ich mir bewusst UB Phasen über die 2 Jahre verteilt gelegt habe!  
dann hatte ich Phasen -kürzlich sogar Monate ohne UB und konnte mich erholen!  
FL meckern selbst bei superguten UB noch ne Stunde  
ich umgehe den Frust , indem ich sie -nach all dem Gemecker - noch einmal um eine  
Zusammenfassung ihrer Meinung bitte - die ist dann meist positiver als das ganze blabla zu  
beginn!



wie weit bist du denn?

Isa