

# Was tun gegen Stress?

**Beitrag von „Lindbergh“ vom 21. September 2020 19:41**

## Zitat von Zauberwald

Ich arbeite auch viel mit Belohnungssystemen, runterzählen (wobei ich eigentlich gar nicht weiß, was ich mache, wenn ich bei null ankomme und es ist immer noch Chaos)... das Letztere funktioniert also.

Erinnert mich an die Eltern, die beim Zählen irgendwann bei Zweieinhalb sind und hoffen, dass sie noch genug Bruchzahlen zwischen 2 und 3 finden, dass das Kind doch zur Vernunft kommt, ohne dass man selbst inkonsequent wirkt 😊.