

Verschlafen im Referendariat / nach dem Referendariat?

Beitrag von „Dudelhuhn“ vom 27. Februar 2005 18:00

Mach Dich doch wegen so etwas im Moment noch nicht verrückt! Das klappt von ganz alleine (ich bin auch Nachtmensch!).

Ich würde auch sagen, daß Du das Ausschlafen im Moment noch genießen solltest. Leg Deinen Wecker weit vom Bett weg und zwing Dich dadurch, aufzustehen, um ihn aufzumachen. Klappt bei mir seit einem Monat prima. [Blockierte Grafik: <http://www.cosgan.de/images/smilie/muede/g060.gif>] [Blockierte Grafik: <http://www.cosgan.de/images/smilie/muede/n020.gif>]

Und wenn's Dich beruhigt: Du hast nicht unbedingt immer zur ersten Stunde!

Sport und ein guter Schlafrhythmus sollen übrigens helfen, damit man morgens fitter ist.