

## durchgefallen. Was nun?

**Beitrag von „brasil“ vom 9. Juni 2005 20:57**

Hello Miss Pimple,

zuerst möchte ich mich den aufbauenden Worten vieler meiner Vorrednerinnen und Vorrednern anschließen - ich kann mir vorstellen, dass man nach solch einem Tiefschlag erst mal in ein riesiges Motivationsloch fällt ... dagegen hilft bestimmt nur: weiter kämpfen, weiter machen und sich nicht unterkriegen lassen! Mir half übrigens im Referendariat nach (zugegebenermaßen nicht ganz so großen) Tiefschlägen besonders, Dinge zu tun, die ich mir schon lange nicht mehr "erlaubt" hatte: Irgendein total verrücktes Wochenende planen, z.B. mit bestem Kumpel nach Paris zum Frühstück fahren, mal wieder völlig planlos - oder auch sinnlos um die Häuser ziehen ... etc. - auch wenn 's nur ein Abend oder ein Tag ist - das gibt mir immer totalen Auftrieb, ich gewinne Distanz und der Alltag erscheint mir danach "realisierbarer". Klar stehst du momentan vor nem riesigen Problemburg und die nächsten 6 Monate werden bestimmt nicht besonders angenehm für dich, aber mit einem kleinen Anti-Alltags-Programm lässt sich vielleicht auch diese Zeit leichter meistern? Tipp: Mach dir ne Liste mit nem kleinen "Verwöhnprogramm". Erfüll dir jeden noch verbleibenden Tag bis zum Examen einen (zeitlich) realisierbaren Wunsch aus dieser Liste ... und aus mancher Zitrone lässt sich dann doch etwas Limonade gewinnen!

Keep goin'



, brasil