

# Wie haltet ihr euch wach/ stellt ihr eure Leistungsfähigkeit wieder her?

Beitrag von „Melosine“ vom 7. September 2005 18:24

Hallo,

ich frag mich grad, wie ich es schaffen soll mit dem Schlafmangel die Woche Prüfungsvorbereitung durchzustehen 😞

Ich bin jetzt schon so ko und müde, hab aber noch einiges vor mir.

Kann mich auch kaum noch konzentrieren, was die Sache nicht besser macht.

Kaffe vertrage ich nicht, das Rauchen hab ich mir abgewöhnt und lange Ruhepausen kann ich nicht einlegen, weil ich sonst nicht fertig werde.

Habt ihr irgendwelche Geheimtipps, damit ihr nicht irgendwann mit dem Kopf auf die Computertastatur fällt?

Kann auch nicht mehr sitzen und überhaupt... \*jammer\*

LG,

Melosine