

Völlig perspektivenlos und überfordert

Beitrag von „Zauberwald“ vom 13. Oktober 2021 18:53

Zitat von Fallen Angel

Ansonsten: Tue viele Sachen, die dir jetzt gut tun und dich runterkommen lassen. Das können ganz verschiedene Sachen sein, was macht dich momentan glücklich und lässt dich deine Sorgen vergessen? Sport? Bewegung an der Natur? Filme? Musik? Malen? ...

In der Reha haben sie mich an einen Lehrertisch gesetzt, die waren da nämlich gut vertreten. War witzig und hat gut getan.