

# Schriftliche Subtraktion

**Beitrag von „karuna“ vom 14. Februar 2022 20:19**

## Zitat von Conn

Ausflippen geht an meiner Klasse nahezu spurlos vorüber. Die sind da zu 90% resistent. Das ist nur schlecht für meinen Blutdruck. Manchmal fange ich an, in Singsang zu verfallen ("Alle haben einen Bleiiistift. JA, ihr nehmt den Bleiiistift.") oder ich setze mich an den Schreibtisch, halte mich fest und atme ruhig und konzentriert.

Gut, danke, es beruhigt mich, wenn du das schreibst. Das lässt hoffen, dass ich die Blutdruckkontrolle durch konzentrierte Atmung noch lernen kann. Paar Jahre hab ich ja noch zum Üben 