

In meiner Situation Lehramt studieren?

Beitrag von „Winterblume“ vom 14. Januar 2023 13:14

Hallo zusammen,

genau, die Frage nach dem Umgang mit möglichen Rückfällen und hilfreichen Skills war auf den Schulalltag bezogen. Außerhalb dieses Kontexts habe ich natürlich mit den Jahren gelernt, wie ich mir helfen kann und was wichtig ist, um stabil zu bleiben (Tagesstruktur, Grübelstopp etc.)

Lieben Gruß