

# Nur Überbelastung oder Burn out oder Depression?

**Beitrag von „O. Meier“ vom 8. Februar 2023 09:54**

## Zitat von CatelynStark

Und die Elternemails würde ich nicht beantworten. Einfach automatische Antwort einstellen.

Ich läse die schon nicht. Lass' einfach den dienstlichen Mail-Account unbearbeitet liegen. Postfach läuft irgendwann über.

Ich fänge auch keine Diskussionen mit irgendwem an, ob man nun Aufgaben schicken müsse. Einfach nicht machen. Nichts erklären, nicht reagieren. Nicht agieren. Einfach krank sein.