

# **Sozialer Akku gefühlt immer leer**

**Beitrag von „Paraibu“ vom 31. Januar 2024 11:31**

Mir geht es persönlich ähnlich. Ich war aber immer schon mehr introvertiert und und zudem noch "Early Bird", ein ausgeprägter Frühaufsteher, und abends entsprechend früh müde.

Ich bin froh, wenn ich einfach mal allein sein kann. Kann ich aber so gut wie nie (- arbeiten beide in Vollzeit, haben ein 5jähriges Kind, pflegebedürftiger Schwiegervater in der Nachbarschaft).