

# Der berühmte Lehrermittagsschlaf

**Beitrag von „Britta“ vom 24. November 2003 08:26**

Hallo Maren,

wenn's gar nicht besser wird mit deiner Erkältung: Nimm dir mal nen Tag komplett frei - also bleib im Bett, tu dir was Gutes, mach gar nichts! Meine Erfahrung vor allem aus der Examensarbeit ist, dass du im Endeffekt auf diese Weise mehr Zeit sparst als wenn du dich durchkämpfst aber dich doch nicht richtig konzentrieren kannst. Schlaf dich mal so richtig aus, dann geht alles gleich viel besser - die Motivation steigt auch wieder.

LG und gute Besserung

Britta