

# Ich kann (auch) nicht mehr

Beitrag von „misspoodle“ vom 4. Mai 2025 11:39

## [Zitat von CDL](#)

Lass dich krankschreiben und fang an in Ruhe darüber nachzudenken, wo du dich wie entlasten kannst und sei dir das dann auch wert.

Vielleicht musst zuallererst auch du es dir selbst wert sein, nicht alles perfekt für alle anderen schaffen zu müssen, während du selbst vor die Hunde gehst, sondern klare Grenzen zu ziehen.

Ich stimme voll zu und möchte ergänzen: ... auch gegenüber den lästernden Kollegen.