

? Übermäßige Anwesenheitszeiten an Ganztagsschulen

Beitrag von „state_of_Trance“ vom 9. Mai 2025 10:23

Vom Schlaftyp „Nachtigall“ habe ich übrigens noch nie etwas gehört. In der Regel spricht man von Eulen oder Lerchen. Ich tendiere ja stark zur Eule.

Wer Spaß dran hat: Es gibt wohl auch eine differenziertere Aufteilung, nämlich in Löwen, Wölfe, Bären und Delfine 😅

<https://www.helsana.ch/de/blog/koerpe...chlaftypen.html>

Nach dem Modell wäre ich wohl ein Wolf. Vor Mitternacht bin ich (außer bei extremer Krankheit) seit meiner Jugend nicht ins Bett gegangen. Aber bis 11 schlafe ich nun auch nicht.