

# Wenn man doch mal nicht abschalten kann.

**Beitrag von „MarlenH“ vom 27. September 2014 23:43**

Im Grunde kann ich das ganz gut: abschalten und den Schulbetrieb nicht so persönlich nehmen. Aber trotzdem gibt es immer mal Momente (so wie grad), wo es einfach nicht geht und weit und breit kein Mensch zum reden da ist und auch sonst alle Techniken nicht funktionieren.

Wie geht ihr mit solchen Momenten um?

---

**Beitrag von „soleil3“ vom 28. September 2014 00:02**

Kenne ich von mir zu gut...

Manches nehme ich mir sehr zu Herzen, spiele es xmal gedanklich durch, rede aber wenn möglich viel darüber. Gut hilft mir Sport, speziell laufen. Aber um diese Zeit? Hier schreiben, um es loszuwerden? Bin noch wach!!

Musik anmachen, tanzen und so abschalten? Lesen?

---

**Beitrag von „MarlenH“ vom 28. September 2014 00:09**

[Zitat von soleil3](#)

Kenne ich von mir zu gut...

Manches nehme ich mir sehr zu Herzen, spiele es xmal gedanklich durch, rede aber wenn möglich viel darüber. Gut hilft mir Sport, speziell laufen. Aber um diese Zeit? **Hier schreiben, um es loszuwerden? Bin noch wach!!**

Musik anmachen, tanzen und so abschalten? Lesen?

Du hast eine pm.

---

**Beitrag von „soleil3“ vom 28. September 2014 00:14**

Natürlich!!