

Konzentrationsschwierigkeiten

vino - 27.1.2005 um 12:02

Was macht ihr um euch gut konzentrieren zu können, wie bekommt ihr einen klaren Kopf um über alles nachdenken zu können? Geht ihr spazieren, widmet ihr euch der Meditation, macht ihr Sport, onaniert ihr, geht ihr auf ein Konzert, seht ein bisschen fern, knuddelt ihr euer Haustier oder mit eurer Freundin bzw. mit eurem Freund?

EDIT: Wehe es sagt einer ich soll meinen Wein wegstellen! ☹

quaid - 27.1.2005 um 12:05

zum konzentrieren brauchen viele ihre ruhe. ich hätte da lieber eine leise beruhigende melodie im hintergrund. das ist auch schon alles - was sollte ich auch mehr brauchen.

wenn du allerdings schon soviele möglichkeiten vor gibst, hättest du gleich ne umfrage starten können ☹

... - 27.1.2005 um 23:15

Zur Zeit reicht bei mir noch Rauchen aus und ich kann mich konzentrieren. Wenn ich es mir mal abgewöhne, werde ich es wohl mit Muskeltiefenentspannung probieren.

Gast - 28.1.2005 um 18:07

stell den wein weg...nimm schnaps..

harlequinn - 28.1.2005 um 18:31

hmm.. n kalten espresso ausser dose und ruhe ... zumindest reicht dies für die konzentration beim schreiben aus... wenn ich zB schachspiele , gehts auch mit laufendem tv etc.

vino - 28.1.2005 um 20:18

Was wenn man nirgends seine Ruhe findet? Weder zu Hause noch draussen? ☹
Überall Menschen.... sie sind einfach überall! *grummel*

harlequinn - 28.1.2005 um 20:52

geh tief in den wald

vino - 28.1.2005 um 20:58

Bei uns gibts keinen Wald, ausserdem bin ich nicht zeckengeimpft. :D
Aber echt, wenn man in der Stadt wohnt findet man nirgends Ruhe, ausser am Klo!

... - 29.1.2005 um 01:20

Dann geh´eben aufs Klo, wenn Du Ruhe brauchst.
Wofür brauchst Du denn so dringend Ruhe?
Ggf. würde ich mal über einen Wohnortwechsel nachdenken, wenn Du echt Probleme damit hast.

Gast - 31.1.2005 um 14:34

man sollte sich vielleicht erstmal fragen.. warum man sich nicht konzentrieren kann?!..
das übel an der quelle zerstören...

ruhige plätze gibt es immer .. aber wenn die innere unruhe das übertönt.. bringt das wohl auch nix!!

SonicX3 - 31.1.2005 um 18:14

hmm, "meditation" zu musik ^^ einfach entspannen, relaxen, und dann is es meistens schon egal was ich nachdenken wollte oder wozu ich mich konzentrieren wollte ^^
was lernen angeht, auch musik im hintergrund
