

# Erschöpft und müde auch in den Ferien?! - Was macht ihr?

Beitrag von „Pet“ vom 15. Oktober 2010 11:44

Zitat

*Original von putzmunter*

Tja, also ich hab' zu korrigieren, das mach ich in täglichen Portionen. Außerdem Gartenarbeit, das ist nämlich überfällig und schafft außerdem deutlichen seelischen Abstand und Befriedigung. Ja, bisschen putzen und Keller aufräumen, weil man da kaum noch einen Fuß vor den anderen kriegt. Hört sich nicht an wie tolle Erholung. Ist es aber, weil man nämlich im Gegensatz zur schulischen Arbeit SICHTBAR WAS GESCHAFFT kriegt und das löst Befriedigung aus, und die regeneriert mich! Kostet alles nichts, sieht als Erfolg nach was aus - und ich fühl mich besser!

putzi

Stimmt, solche Dinge schaffen bei mir auch eine Befriedigung, weil man das Resultat direkt sieht!