

Schulfreier Tag möglich?

Beitrag von „lamaison2“ vom 17. Januar 2018 20:12

Zitat von Krabappel

Genau genommen heißt Achtsamkeit, dass man das, was man tut, bewusst tut, ohne an etwas anderes zu denken. Auch die Arbeit könnte man achtsam begehen...

Zum anderen Teil der Frage: selbstverständlich sollte man einen zusätzlichen freien Tag nehmen, wenn man Teilzeit arbeitet, sonst kann man sich die Teilzeit sparen.

Ich arbeite Vollzeit und mache samstags garnix für Schule. Da ist sowieso Putz- und Einkaufstag 😊

Ich will gepflegt rumhängen und mit meiner Familie was machen. Ab und an komplett Abzuschalten finde ich lebenswichtig.

Ich brauche nichts zu formulieren, denn ich mache es ganz genau so. Also samstags mache ich nix für die Schule. Aber erst seit ein paar Jahren. Und ich genieße es, bewusst nichts für die Schule zu tun. Man muss sich auch vornehmen, dass man kein schlechtes Gewissen haben darf, dann klappt es.