

Gesund bleiben bzw. werden

Beitrag von „MilaB“ vom 15. Mai 2019 18:15

Trotzdem müsste sie die Kinder aus dem Hort abholen, weil der Mann wahrscheinlich nicht um 17 Uhr zu Hause ist.

Ich trau mich schon kaum noch was zu schreiben, weil ich befürchte, dass ich als absolute Rollenverfechterin dastehe, was ich echt gar nicht bin... Ich will nur ein paar kritische Aspekte einbringen...

In der Realität ist es doch letztlich fast immer so, dass die Frauen doppelt belastet sind, sich so fühlen, oder wenn nicht, ein schlechtes Gewissen haben. Kann anders sein, ist dann auch toll, aber nicht alltäglich.

Auf jeden Fall braucht man Zeit für sich selbst. Einen gesunden Egoismus wahrscheinlich. Und den Tipp, sich nicht über Aufgaben zu ärgern, sondern sie bewusst zu erledigen und wahrzunehmen, fand ich auch gut. Hab ich heute umgesetzt: war außerhalb unterwegs mit schwerer Tasche 30 Minuten zu Fuß zum Bahnhof und anstatt mich darüber zu ärgern, hab ich mich gefreut , Zeit für mich zu haben und über das schöne Wetter.