

Gefühle nach dem Ref.

Beitrag von „MrsPace“ vom 5. August 2022 11:37

Gibt es einen Job, den du lieber machen würdest?

Nein? Also. Irgendwas muss man arbeiten. Versuche dich emotional von deiner Arbeit zu distanzieren. Du machst das, um deine Brötchen zu verdienen und nicht, um dich darin selbst zu verwirklichen oder die Erfüllung zu finden.

Such dir ein Hobby oder ein Ehrenamt. Stärke deine Sozialkontakte. Das ist eher was, bei dem man „glücklich“ werden kann.