

Teilzeit und Versorgung

Beitrag von „Humblebee“ vom 30. September 2023 13:45

Zitat von CDL

Was hilft euch denn in solchen Momenten weiterzukämpfen, nicht aufzugeben?

Zunächst versuche ich in solchen Situationen den Kopf etwas freizubekommen, meist durch Spaziergänge, bei denen ich mich an kleinen Dingen in der Natur erfreue. Dadurch gewinne ich meist schon mal ein wenig Kraft zurück.