

# Was tun in den langen Ferien außer Urlaub?

**Beitrag von „DanielRIng“ vom 7. August 2025 19:55**

## Zitat von Maylin85

Ich genieße an den Ferien sehr, dass man Zeit und Muße für sich selbst hat und mag in diesen Wochen meistens auch gar nicht so viele Leute treffen oder feste Termine machen. So richtig verstehe ich Leute nicht, die ständig etwas zu tun brauchen und ihre Zeit zwanghaft mit Dauerbeschäftigung füllen - wirkt auf mich immer ein bisschen wie eine Flucht davor, sich allzu intensiv mit sich selbst befassen zu müssen. Dazu passt auch "Checklisten-Reisen", wo in kurzer Zeit möglichst viele möglichst spektakuläre Programmpunkte abgehakt werden, aber letztlich ist es unterm Strich nur ein oberflächliches Durchrauschen ohne echtes Verweilen und ohne einen Ort einfach mal in Gänze über längere Zeit wirken zu lassen. Gerade unsere langen Ferien finde ich prima, um - auf Reisen, aber auch zu Hause - morgens in mich reinzuhorchen und jeden Tag einfach spontan zu entscheiden, wonach mir gerade ist. Deswegen buche ich auch nie lange im Voraus und auch selten direkt mit Rückreise - wer weiß schon, wohin es einen verschlägt, wenn man erstmal losgefahren ist ☺

Was - für mich - generell immer geht, ist Wandern. Wir haben im ganzen Land wunderbare Wanderwege und Natur, dafür braucht man nicht zwingend über Kontinente fliegen und findet auch im Nahraum immer wieder neue, tolle Optionen für Tagestouren. Ich laufe am liebsten alleine und über mehrere Tage, wenn es sich organisieren lässt. Nirgends findet man so viel Ruhe und Einklang mit sich selbst, wie wenn man mal 3 Tage einsam vor sich hin wandert. Ich empfinde das als sehr erdend. Danach bin ich dann auch wieder ausreichend aufgeladen, um wieder Menschen zu treffen, am sozialen Geschehen zu partizipieren oder mich mit irgendwelchen Unterhaltungsreizen trivial zu bespaßen ☺

Grundsätzlich merke ich, ich brauche etwa 3 Wochen Auszeit und freien Kopf von Verpflichtungen, bis ich mental wieder komplett "bei mir" bin. Ich habe früher sehr gerne und viel geschrieben, das kann ich nebenbei im Schuljahr nicht mehr. Nach 3 Wochen Abschalten fließen aber oft auch wieder Ideen und Kreativität, das nutze ich dann ganz gerne, um in der zweiten Ferienhälfte ein bissi zu schreiben.

...und renovieren/umgestalten geht auch immer. So alle 2-3 Jahre langweilt es mich, wenn alles immer gleich aussieht. Ich hab in diesen Ferien schon Wände umgestrichen, Möbel abgeschliffen und umgestaltet, Moosbilder gebastelt, Pflanzenarrangements gemacht, zwei Fensterbänke mit Holz verkleidet.. jetzt überlege ich, ob ich es wohl schaffe, das Sofa neu zu beziehen (hab die Farbe über). Aber auch hier nix geplant,

sondern ich warte auf spontane Eingebungen.

So wie sich der TE liest, würde ich vorschlagen, einfach mal versuchsweise aufzuhören vor sich selbst wegzulaufen und bewusst Langeweile mit sich selbst zu ertragen - das könnte die wahre Herausforderung für einen Getriebenen sein ☺

Alles anzeigen

Da ich HSP bin und mehr reflektiere und mich selbst kenne als jeder andere, ist das bei mir schon lange erledigt. Gerade das macht Hochsensible aus: die ganze Zeit denken, reflektieren, alles immer wieder in Endlosschleifen. Und genau deshalb brauche ich auch ständig Futter und Reize und einem wird schnell langweilig.