

THEMA: Warum schmerzt es im Urlaub so

Häufig erleben wir im Urlaub „Freude – Spass – Tollerei“ und dennoch empfinden wir irgendwie eine unerfüllte Sehnsucht, einen tiefen inneren Schmerz.

Paul Watzlawick nennt es: „Wenn unser bunter Kern an der grauen Schale reibt“, die wir uns als Erwachsene aufgebaut haben.

Vielfach ist alles der Karriere untergeordnet. Es wird Raubbau am eigenen Körper betrieben, und die Zeit wird der Arbeit zu Lasten der Familie, der Freude und der Gesundheit geopfert. Es ist Schick, sehr vernünftig und emotionsfrei zu sein. Damit schneiden wir quasi einen Teil unseres Selbst ab.

Da lässt es sich – nur weil Urlaub ist – so schnell nicht anders zu Leben.

Mein Tipp:

Schaffen Sie sich Übergänge. Achten Sie auch während der Arbeitszeit auf Lebensqualität, Liebe, Lachen, L...



Paul Lürzer KG
Weinbergstiege 2
5201 Seekirchen am Wallersee
Coaching- & Mediationsraum
Mayrwiesstraße 2, 5300 Hallwang/Salzburg

Telefon: 0043 (0) 664 4108140
E-Mail: office@luerzer-training.at
Website: <http://www.luerzer-training.at>
Xing: https://www.xing.com/profile/Paul_Luerzer
Skype: luerzerpaul