

Gedanken zu NACHGEDACHT 192 - Was du heute ja kannst - Qualitytime

11. September 2016 | AWQ

Gedanken zu NACHGEDACHT 192 – Was du heute ja kannst, Originalartikel zum Thema Qualitytime verfasst von Christina Lander, veröffentlicht am 11.09.16 von Osthessennews

Ich wünsche Ihnen viel Qualitätszeit in der nächsten Woche!*

Danke, ebenso!

Der AWQ-Tipp für noch mehr Qualitytime



Mindestens eine weitere Stunde Qualitätszeit pro Woche kann man gewinnen, indem man den **Gottesdienst** durch ein gemütliches Frühstück, einen Spaziergang oder eine sonstige Aktivität mit dem oder den Lieblingsmenschen ersetzt.

Denn Mitmenschen wissen Gesellschaft meist wirklich zu schätzen. Und sie können auch wirklich zuhören. Oder auf Fragen antworten. Im Gegensatz zu Göttern.

Wer sich ebenfalls immer freut, wenn man mal vorbeischaut, ist – man selbst. Denn nicht nur die Zeit, die wir mit anderen verbringen, sondern auch die Zeit, die wir uns bewusst für uns selbst nehmen, kann und sollte eine besondere Qualität haben. Und deshalb sollte sie auch mit besonderer Aufmerksamkeit wahrgenommen werden.

***Der als Zitat gekennzeichnete Abschnitt stammt aus dem eingangs genannten und verlinkten Originalartikel.**

Quelle: <https://www.awq.de/2016/09/gedanken-zu-nachgedacht-192-qualitytime/>