Niksen

niederländische Wort für „Nichtstun“

- beispielsweise Musik hören
- beispielsweise einfach aus dem Fenster zu sehen
- beispielsweise auf eine Bank sitzen und die Umgebung beobachten
- beispielsweise im Zug aus dem Fenster starren
- beispielsweise ein Spiel auf dem Smartphone
- beispielsweise Entspannende Aufgaben wie Basteln
- beispielsweise den Sternenhimmel betrachten
- beispielsweise den Wolken beim Vorbeiziehen zusehen
- beispielsweise Musik hören
- beispielsweise Spazieren
- beispielsweise auf der Couch liegen

niederländische Wort für „herumhocken“

- **Modewort**
- sinnvollen Zeitverschwendung
- Begriff lange negativ besetzt
- propagierten entspannten Lebensstil
- zu tun, ohne etwas zu tun
- nichts zu tun
- untätig
- Zeitinseln schaffen
- Kreativitätsschub
- keine Realitätsflucht
- Absicht Zeit nehmen
- es inspiriert
- glücklicheres Leben
- Stressreduktion
- Lifestyletrend
- die Langsamkeit genießen
- „The Idler“ - to idle = untätig / müßig sein

Dr. Kleinhirn.eu

Quelle: Niksen: Methode zum Stress reduzieren aus Holland überfordert Japaner - Business Insider Deutschland