

Stress Vermeidung Schwangerschaft

Beitrag von „Musikmaus“ vom 27. Februar 2005 10:44

Hallo!

Danke für deine Antwort. Ich fürchte du hast Recht damit, dass ich mich unbewusst unter Druck setze. Mein Mann sagt das auch immer. Ehrlich gesagt weiß ich aber noch nicht so richtig wie ich das ändern kann. Aber zumindest ist mir nach deiner Antwort mal bewusst geworden, dass es wirklich so sein könnte. Vielleicht war das schon der erste Schritt.

Ich bin grundsätzlich mal sehr perfektionistisch veranlagt und will alles immer 100%ig machen. Schließlich bin ich meinen Schülern auch verpflichtet. Diese Woche war ich krank geschrieben. Da kam prompt am dritten Tag ein Brief von meinem Siebtklässler: "Gute Besserung und bitte, bitte, bitte kommen sie schnell wieder!" Bei solchen Botschaften fällt es mir dann wirklich schwer nur an mich und Knirpsi zu denken und da egoistisch zu sein. Aber ich hab geschafft und bin am Donnerstag NICHT in die Schule gegangen, obwohl ich den Schultag vermutlich eingiermaßen überstanden hätte.

Auf jeden Fall danke nochmal für den Denkanstoß!

Gruß, Musikmaus