

Perfektionismus beim ethisch korrekten Einkaufen

Beitrag von „Huepferli“ vom 2. November 2018 17:17

Hallo allerseits,

dieses Thema hat jetzt mal mit Schule rein gar nichts zu tun 😊

Und zwar liegt mir die Umwelt am Herzen und ich versuche im Alltag möglichst Vieles (alles?) ethisch korrekt zu machen - möglichst plastikfrei einkaufen, bio, regional, saisonal, fair-trade, wenig Fleisch und dann nur Gutes (anderthalb Jahre vegan habe ich auch hinter mir, aber das hat mir gesundheitlich nicht gut getan 😊 , selten Klamotten-Kaufen und dann meistens second hand, möglichst nicht in Urlaub fliegen und wenig Autofahren, unsere Hochzeitsringe sind nur aus ethisch vertretbarem Altgold usw. und so fort. Und ich finde das alles ja richtig - aber ich setze mich da glaube ich öfter ganz schön unter Druck. z.B. habe ich schon ein schlechtes Gewissen und fühle mich richtig schlecht, wenn ich einfach mal in stinknormale Schokokekse hineinbeiße. Das ist auf Dauer unglaublich anstrengend... Wie macht ihr das so oder habt ihr einen Tipp für mich?

Liebe Grüße =)