

Perfektionismus beim ethisch korrekten Einkaufen

Beitrag von „Huepferli“ vom 2. November 2018 22:24

Danke für eure Antworten! Das hilft mir schon mal, das alles ins rechte Licht zu rücken. Manches sehe ich vielleicht zu eng, weil ich wie gesagt über ein Jahr vegan gelebt habe und manche (!) Leute in solchen Kreisen noch krasser drauf sind als ich (ja, das geht tatsächlich!



Zu deiner Frage, Friesin:

Zitat von Friesin

Huepferli, das sind selbst auferlegte Auflagen.

Was bewegt dich dazu, so streng mit dir selbst zu sein?

Warum dieses Perfektionsstreben? Hast du das in anderen Bereichen auch?

Auf diese und ähnliche Fragen würde ich an deiner Stelle gucken wollen, dann merkst du, welche Mechanismen da bei dir am Werk sind und wie du nachsichtiger mit dir selbst umgehen kannst 😊

Gute Frage... ganz ehrlich, ich glaube das hängt mit meiner Erziehung zusammen. Ich war familiär bedingt als Kind in einer sehr streng-fundamentalistischen, evangelikalen Kirchengemeinde, in der jede noch so kleine "Sünde" gleich etwas ganz Schlimmes war und einen "das ewige Leben" kosten konnte. Egal ob man z.B. nur in Gedanken kurz auf jemanden neidisch war oder ob man jemanden umbrachte (hab ich natürlich nicht 😊, beides galt als gleich schlimm und das schlechte Gewissen und Selbstverurteilung wurde zum ständigen Begleiter. Heute bin ich Atheistin und habe soweit eigentlich (rational) hinter mir gelassen, aber in manchen Situationen (siehe Schokokekse 😊 ist die Selbstverurteilung doch noch da. Ich arbeite dran 😊

Und warum Umwelt? Ich bin gerne draußen in der Natur und mir ist es einfach wichtig, unseren Kindern eine lebenswerte Welt zu überlassen...

Aber ihr habt ja Recht - ich denke ich sollte es wie in der Schule beim Unterricht-Planen auch machen: besser mit 20% des Aufwands 80% des Ergebnisses erhalten als mit unheimlich anstrengenden 120% des Aufwands irgendwie 90% zu erreichen... 😊

Und bei 82 Millionen Menschen alleine in Deutschland ist der Unterschied zwischen 80 und 100% bei einer Einzelperson eigentlich vernachlässigbar. Image not found or type unknown