

Ringe mit mir selbst

Beitrag von „Friesin“ vom 19. Oktober 2019 12:55

Zitat von tabularasa

Meine Eltern machen sich Sorgen. Man kann es ihnen nicht verdenken.

deine Eltern machen sich Sorgen.

Das sind zunächst einmal **ihre** Sorgen.

Nicht deine.

Mach dir das immer wieder klar. Ihre Sorgen liegen in ihrer Verantwortung. Nicht in deiner.

Ich vermute mal, sie würden sich immer Sorgen machen, (fast) egal, was du tust. Also nimm innerlich Abstand von ihren Sorgen. Das ist ihr Schuh. Mach ihn dir nicht passend!

VII kannst du mit diesen Überlegungen etwas Druck rausnehmen.