

## Psychisch gesunde Perfektionisten

von Dr. Wolfgang Hinz



Prinzipientreue Perfektionisten verspüren den inneren Zwang, Unordnung in Ordnung zu überführen. Mit Komplexität können sie nicht umgehen. Hier findet man Besserwisser, Rechthaber, Weltverbesserer, Moralapostel, Pedanten, Prinzipienreiter, Nörgler, Puritaner, Ordnungssüchtige, Putzsüchtige, Kritiker. Perfektionisten werden psychisch gesund, wenn sie lernen, ihre Stärken mit heiterer Gelassenheit und Lebensfreude zu verbinden. Auf diesem Weg lernen sie, das Leben so anzunehmen, wie es ist. Sie werden realistischer und ausgeglichener, gehen mit ihren Mitmenschen nachsichtiger um. Je mehr sie von ihrem Wahn loslassen, vollkommen sein zu müssen, desto häufiger begegnet ihnen Vollkommenheit im Sinne von Ganzheit und Balance in der wundervoll komplexen Ordnung des Lebens.

# Psychisch gesunde Perfektionisten



**Perfektionisten werden psychisch gesund, wenn sie ihre Balance im Denken, Fühlen und Handeln finden. Auf diesem Weg lernen sie, ihre Stärken mit heiterer Gelassenheit und Lebensfreude zu verbinden.**

**Bei Peter Perfekt fällt sein Vollkommenheitswahn und seine Kritiksucht sofort ins Auge. Aus dem Musterkind ist ein nörglerischer Rechthaber, Besserwisser und Weltverbesserer geworden.**