

... die Knie plötzlich schlottern?

Beitrag von „Gast“ vom 9. Februar 2018, 17:03

Zitat von Ben;317510

Was gebt ihr dem User mit? Habt ihr selbst ähnliche Erfahrungen gemacht? Wie bekämpft ihr Angst?

PS: Ich hoffe der User und andere User mit ähnlichen Anliegen werden in Zukunft den Mut finden solche Themen selbst zu eröffnen, weil wir ihnen durch sachliche und wertvolle Beiträge beweisen, dass hier niemand Angst davor haben muss solche Themen anzusprechen.

Dem User kann ich nur sagen: Mut ist, wenn man trotz dieser quälenden Angst weiter macht! Und den hast Du für mich EINDEUTIG bewiesen. Kenne das Gefühl, nichts wofür man sich schämen müsste. Einfach eine Programmierung aus Urzeiten, um sich selbst zu schützen.

Das kann man trainieren, indem man sich immer wieder solchen Situationen stellt. Hört sich vielleicht hart an, funktioniert aber. Es ist dazu z.B. von Vorteil, in einer Gruppe wie Feuerwehr, THW, RK uä. zu sein.