PERFEKTIONISMUS

— und gesundheitliche Folgen —

Eine 2006 im Journal of Health Psychology veröffentlichte Studie mit Teilnehmern über 65 Jahren zeigte, dass Perfektionisten ein um

51%

erhöhtes Sterberisiko hatten.

Untersuchungen weisen darauf hin, dass Perfektionismus die Wahrscheinlichkeit erhöht, an Depressionen und Wochenbettdepressionen zu erkranken!

Eine spanische Studie kommt zu dem Erfebnis, dass

41 Prozent

von an Magersucht erkrankten Jugendlichen perfektionistische Tendenzen aufwiesen.

copyright: Xara Business Solutions GmbH, 2018

Etwa 30% der Gesamtbevölkerung sind Perfektionisten.

Die Frage ist, ob man sich damit in guter Gesellschaft befindet.