

Psychische Probleme im Ref

Beitrag von „Liniert“ vom 29. Januar 2008 14:38

Hallo Schmeili,

an Krankschreibung habe ich auch schon gedacht. Mich stört daran die `Psychoecke`. Ich habe mir derlei Fragen in den letzten Jahren häufiger zu tun gehabt, und zwar sowohl in eigener als auch in familiärer Sache. Wenn ich mir jetzt ein Attest holte, hätte ich wohl den Eindruck, `da in diesem Leben nicht mehr raus zu kommen.` Andererseits bin ich wirklich komplett erschöpft. Ich habe seit Beginn des Refs nonstop geackert. Hab heute im Netz mehrere Burnout-Tests gemacht. Da habe ich fast in allen Bereichen die volle Punktzahl. Dennoch hadere ich mit mir gewaltig. Ich möchte endlich was schaffen!

Zitat

Original von Schmeili

Hallo Liniert,

du hast im Ref selbstverständlich auch die Möglichkeit dich krankschreiben zu lassen. Wenn du eine gewisse Zeit überschreitest (was in deinem Fall sicherlich so wäre) musst du das Ref eben verlängern - aber das "wie" ist in jedem Bundesland unterschiedlich, von daher kann ich dir dazu nix raten.

Ein Beispiel aus meinem direkten Umfeld: Meine Freundin hat ihr Ref für etwas mehr als ein halbes Jahr aus psychischen Gründen (krankgeschrieben über Arzt) unterbrochen, die Zeit hat sie intensiv für eine Therapie genutzt (heute auch noch in therapeutischer Behandlung). Sie hat ihr Ref dann um ein halbes Jahr verlängern müssen, was aber auch kein Problem war. Ihre Prüfung hat sie letztendlich psychisch relativ stabil und im 2er-bereich gemacht.

Nach deinen Schilderungen erscheint es für mich auch als wichtiger, dass du dich erstmal um dich kümmerst, um wieder in "Balance" zu kommen, bevor du dich in eine neue sehr stressige Situation zu stürzen.

LG Schmeili