

# **unterbrechen/abbrechen HILFE - dringend!!!**

**Beitrag von „Nuki“ vom 4. Oktober 2009 15:43**

Hallo Alexandra,

mir tut es sehr Leid, dass es Dir so schlecht geht und ich hoffe, dass Du zumindest gesundheitlich vollkommen geheilt bist?

Es klingt sehr schlimm und ich kann (ich sage mal bewusst zum Glück) nicht aus Erfahrung sprechen was eine solche Krankheit angeht.

Ich habe aber ein sehr unangenehmes letztes Schuljahr hinter mir und kann dadurch Dir den Rat geben Dich mit dem Personalrat zusammenzusetzen oder in Deinem Fall einen Termin mit der Leitung von Deinem Seminar auszumachen. Ich würde dort offen ansprechen, dass es mir nicht gut geht und ich nicht die Leistung erbringen kann, die ich erbringen möchte.

Dort kann man Dir sicher Möglichkeiten aufzeigen.

Ich kann mir vorstellen, dass es durchaus im Rahmen ist, sein Ref längere Zeit zu unterbrechen wenn es einen solchen schwerwiegenden Grund gibt. Aber gesicherte Kenntnis habe ich davon nicht.

Ich glaube es macht keinen Sinn sich da jetzt durchzuquälen sondern Du solltest vor allem nach Dir gucken und vielleicht auch eine Kur oder eine andere begleitende Maßnahme wahrnehmen. Erst wenn es Dir wieder gut geht und Du Dich dem Stress wieder gewachsen fühlst, solltest Du weitermachen.

Ich wünsche Dir alles Liebe und dass Du alles gut verarbeiten kannst und irgendwann mit frischem Elan wieder in den Beruf starten kannst.

Aus eigener Erfahrung will ich Dir mit auf den Weg geben, was meine Großtante mir immer sagt: "Man muss sich auch selber lieb haben".

Wenn man merkt es geht nicht mehr dann muss man daraus die Konsequenzen ziehen und sich nicht weiter quälen.