

Verbeamtung und (selbstgezahlte) Psychotherapie

Beitrag von „CDL“ vom 20. Februar 2020 22:55

Ich glaube, dass du dir vor allem etwas "verbaust" wenn du dir nicht endlich erlaubst die Hilfe zu erhalten, die du benötigst. Alles andere kannst du danach mit neuer Kraft und vor allem neuem Mut und Zuversicht angehen für dich. Du hast eingangs selbst geschrieben, dass du u.a.mit diversen Ängsten zu kämpfen hast. Genau diese Ängste lese ich massiv heraus bei deinen Überlegungen dir selbst notwendige Hilfe zumindest vorerst zu versagen. Lass nicht der Angst das letzte Wort, gib ihr nicht länger soviel Macht über dein Leben, sondern wage den ersten Schritt zu mehr mentaler Gesundheit, indem du dich dazu entschließt stärker zu sein als deine Ängste und erforderliche Hilfe anzugehen und anzunehmen. Ich weiß aus eigener Erfahrung wie groß dieser erste Schritt ist, ich weiß auch, wieviel heller, schöner und gesünder das Leben wird, wenn man sich endlich erlaubt Hilfe zu suchen und anzunehmen. Ich wünsche dir alles Gute und hoffe, es gelingt dir gut für dich zu sorgen. 😊 😊