

Nicht-Impfthread (alles Ausgelagerte aus dem Impfthread)

Beitrag von „chemikus08“ vom 14. Mai 2021 18:20

[Zitat von O. Meier](#)

Ich mag die Formulierung nicht

Ich eigentlich auch nicht, habe jedoch in einer eigenen Reha Maßnahme genügend drüber nachdenken können und erst Mal beschlossen sie zu übernehmen. Das steht ja nicht nur Egoismus sondern gesunder Egoismus. Dieser Begriff sollte nicht negativ besetzt sein. Das ist nämlich einer der häufigsten Teufelskreise in die Menschen in einer Krise geraten. Eigentlich müsste ich jetzt zum Arzt gehen. Aber dem O. Meier geht's ja auch nicht gut und der bleibt wegen sowas nicht zu Hause, und dann muss der auch noch wegen mir Vertretung machen.

Da fängt der Teufelskreis an. Gesunder Egoismus:

Mein Körper sagt mir, es geht nicht mehr. Wenn ich jetzt zum Arzt gehe ist das arbeitsrechtlich okay U d entspricht meiner Verfassung. Ob O.Meier deswegen jetzt ganz zusammenbricht interessiert mich zwar menschlich, aber es darf meine Entscheidung nicht beeinflussen. Denn O.Meier kann ja auch zu Hause bleiben. Wenn er jedoch meint, er müssen Helden spielen, bitteschön, deswegen mach ich mich nicht kaputt.

Das ist dss, was ich meine und einer der ersten Sachen, die Du in einer psychochsomatischen Reha lernst. Achtsam mit sich selber sein und auf Hilferufe des Körpers reagieren, auch wenn die berufliche Situation es vermeintlich nicht zulässt.