

Völlig perspektivenlos und überfordert

Beitrag von „Zauberwald“ vom 13. Oktober 2021 18:51

Ich war auch einmal in einer ähnlichen Situation mit vielen körperlichen Symptomen einhergehend, weshalb ich auch Ängste entwickelte. Mir haben ein Rausziehen aus der Umgebung und ein 4wöchiger Aufenthalt in einer Rehaklinik gut getan. Allerdings war das in den Sommerferien. Vorher war ich schon ein paar Wochen krank geschrieben und habe danach ein Jahr lang eine ambulante Therapie gemacht. Ist fast 10 Jahre her. Es geht mir wieder gut diesbezüglich.

Vielleicht gehst du noch zu einem anderen Arzt. 2 Meinungen sind manchmal besser. Gleich entlassen lassen würde ich mich auch nicht. Das kann sich alles nochmals total verändern.