

Ich kann nicht mehr

Beitrag von „karuna“ vom 25. Februar 2022 21:42

[Zitat von himmelblau](#)

Es scheint ein schmaler Grad zu sein zwischen Gleichgültigkeit und zu wenig Distanz.
Ich bin nicht sicher, ob ich den treffe, wenn man von beiden Seiten schubst.

Und für solche Gespräche ist eine Lebensberatungsstelle gut. Dort findest du super ausgebildete Leute, z.B. sowas:

<https://caritas-suedniedersachsen.de/efl>

Eine schnelle Erstberatung ist dort unkompliziert möglich.

Ob eine Therapie etwas für dich ist, kannst du ja in Ruhe überlegen. Wichtig ist aber, dass sich etwas ändert, denn im ersten Berufsjahr mit einem Bein im Burnout stehen ist nicht gut. Und heulend und unkonzentriert einen Unfall zu bauen ist sicher auch nicht zuträglich für die Lebenszeitverbeamtung, weil das die Lebenszeit deutlich verkürzen könnte.