

Ich bin lange krank & habe Angst vor Vertragsende

Beitrag von „treasure“ vom 4. Juli 2024 21:12

Zuerst mal: wie schön, dass du deinen Burnout überwinden konntest, eine neue Arbeit hast, die dich erfüllt und du dich als glücklich beschreibst.

Deine Sorgen verstehe ich, denke aber auch, dass du ja wegen einer physischen Erkrankung mit OP absolut keinen Grund für eine Kündigung bietest (was ja eh nicht so einfach geht, wie schon beschrieben).

Ich kenne mich im Recht nicht aus, möchte dich aber ermutigen, dich mit deinen Ängsten an jemanden deines Vertrauens an der Uni zu wenden. Gibt es bei euch sowas wie einen "Vertrauenslehrer" wie in den Schulen? zB Supervision oder sowas?

Ich war 2023 wegen mehrerer OPs, zweimal Corona und einer anderen Viruserkrankung insgesamt sicher 3 Monate krank. War das schlimmste Jahr ever.

Meine Ängste, das irgendwo abzukriegen, waren hoch - bis ich mit meiner SL geredet habe. Genau über meine Ängste und über das, was war. Seitdem sind die Ängste weg, weil sie keine Basis mehr haben. Meist ist es ja doch die Angst vor der Angst - mit selbstgebauten Drehbüchern und dem Waswäre-wenn-Spiel. In der Realität ist alles meist gar nicht so schlimm.

dich tröst