

Erschöpfungsdepression nach schwerer Erkrankung

Beitrag von „Neuro66“ vom 14. Dezember 2024 17:36

Danke für die Antwort. Ich bin in Österreich angestellt und Kündigung bedeutet im Bundesland Berufsverbot. Nun ja, mir wurde subtil und direkt immer Druck gemacht und als ein ehrgeiziger Mensch, bin ich auf den Zug von Schuldgefühlen und ich muss es schaffen aufgesprungen. Zudem wollte ich bei Besserung nicht dauerhaft im Haus isoliert eingesperrt werden, damit ich mich bewegen kann. Wie erholt man sich mental, wenn man dauerhaft alleine eingesperrt wird ohne soziale Kontakte?

Zudem verkaufe ich weder mein Haus noch setze ich meine Existenz aufs Spiel. Da würde ich eher den Job wechseln.

Gegenfrage, Warum werden Leute bei Burnout oder Depressionen krankgeschrieben und starten danach genesen ein Neustart in einem anderen Umfeld?

Soll man weiterarbeiten bis man kollabiert. Härtere Medikamente als die ich bekommen hatte, würde ich ja kaum bekommen noch wollen. Ich finde das System krank.