

PTBS und Panikstörung nach Dienstunfall

Beitrag von „Emerald“ vom 13. März 2025 16:08

Zitat von CDL

Sieh es so, dass dir die Zeit gegeben wird, erst einmal etwas stabiler zu werden, ehe ein Amtsarzt viel zu früh draufschaut

Das ist ein guter Denkanstoß, danke dir!

Ich glaube schon, dass es mir jetzt besser geht als vor zwei Monaten. (Auch wenn ich gleichzeitig unter der Ungewissheit leide und einfach ein ungeduldiger Mensch bin.)

Zitat von grungy

Ich würde mir da keinen Stress machen, denn du wirst die Situation nicht beeinflussen können!

Und du kannst auch damit rechnen, dass deine Geduld noch weiter gefordert wird...

Ich versuche es.

Vielleicht versuche ich einfach mal, von einer Wiedereingliederung im Sommer/ neuen Schuljahr 'auszugehen'. Aktuell stresse ich mich selbst total damit, dass ich mir eine Versetzung und Wiedereingliederung mitten im Schuljahr als schwer umsetzbar empfinde. Ich war sehr von (spätestens) Februar ausgegangen.