

# Überlastung

**Beitrag von „Tia“ vom 29. April 2025 22:00**

Hallo KreideSpuren,

Du hast in den letzten Tagen so viel geschafft. Du hast nicht nur in einem Forum um Hilfe gebeten, Du hast Dich auch überzeugen lassen, dass Du weitere Hilfe brauchst (zum Glück!). Du hast Deinen Hausarzt aufgesucht (ehrlich gesagt - den würde ich übrigens sofort wechseln, seine Aussagen gehen gar nicht) und bist offen für ein Beratungsgespräch bei der Adiposithilfe. Ich finde das alles absolut bewundernswert!! Dass es Dir graust vor der Terminfindung bei einer Therapeutin ist absolut nachvollziehbar, da werden sicherlich einige Anrufe nötig sein. Aber auch das wirst Du schaffen!

Wenn Du es nicht schaffst, die Schule aus dem Kopf zu bekommen (verständlich...allerdings ist es bei Dir schon wirklich ungesund ausgeprägt) habe ich vielleicht noch eine - achtung, etwas provokante! - Sichtweise. Bitte versteh sie nicht falsch!!

Der Arzt hat Dir ja anscheinend trotz seines blöden Verhaltens Vertrauen geschenkt, dass es Dir definitiv nicht gut geht und eine Krankschreibung angebracht ist. Und jetzt willst Du aber während Deiner Krankschreibung zu Hause weiter arbeiten. Was glaubst Du denn, was der Arzt dazu sagen würde? Und was glaubst Du, was die Kollegen sagen würden, die Dich vertreten? Ich lasse jetzt extra die Antworten weg, damit es Dich nicht weiter runterzieht. (Und ich muss sagen: was ich hier diesbezüglich schreibe, ist eigentlich auch nicht ganz korrekt.) Aber vielleicht hilft es Dir ein bisschen, das mal von der anderen Seite zu sehen? Wie schon gesagt, es ist ein etwas provokativer Ansatz, entschuldige das bitte gleichzeitig.

Hast Du schon mal versucht, aus der Außenperspektive Deinen Fall anzuschauen? Stell Dir mal vor, Du bist nicht Du, sondern Deine beste Freundin. Und dann lies Dir am besten die von Miss Müller (13. April) so hervorragend geschriebene Zusammenfassung an. Würde Dir Deine beste Freundin so etwas berichten (und dann gleichzeitig schreiben, dass sie jetzt zwar vernünftigerweise krankgeschrieben ist, aber zu Hause weiterarbeitet)...was würdest Du der Freundin sagen? Lass Dir wirklich Zeit für die Antwort, vielleicht hilft Dir dieser Perspektivenwechsel!

Ich freue mich sehr, dass Dein gestriger Tag in großen Teilen so positiv war. Ich finde es ganz toll, dass Du gekocht hast und Spazieren warst und vor allem, dass die Schmerzen gestern besser waren! Auch die lieben Nachrichten der KuK freuen mich sehr für Dich. Denk daran, sie wollen, dass Du wieder ganz gesund wirst, was heißt: sich Zeit für die Genesung nehmen!

Ich wünsche Dir, dass Du Dich dafür jetzt weiterhin so stark einsetzt, wie Du es in den letzten Tagen schon gemacht hast.

Alles Liebe, Tia