

Krankgeschriebene Lehrerin muss nach 16 Jahren erstmals zum Amtsarzt

Beitrag von „CDL“ vom 27. Oktober 2025 09:25

Zitat von Yummi

Hättest du als Berufssoldat weitergemacht?

So wie ich es rauslese war es weniger der Job an sich sondern familiäre Schicksale, deren Bewältigung durch deinen Job erschwert wurden (Krankheit und Nichtanwesenheit bei den Beerdigungen).

Das ist etwas ganz anderes als wenn jemand aufgrund seiner Tätigkeit Depression bekommt und sich dienstunfähig schreiben lässt.

Du hast eine deutlich zu eindimensionale Vorstellung von Depressionen und deren Ursachen. Was Kapa beschreibt (Danke, für deine Offenheit an dieser Stelle!) ist - angepasst an die individuelle Situation- eine sehr typische Konstellation, die man, wenn man sich beispielsweise in der Reha mit Mitmenschen unterhält oder womöglich mit den Betroffenen im eigenen Umfeld, fast immer in der einen oder anderen Weise antrifft.

Wie andere psychische Erkrankungen auch, haben Depressionen (wenn man endogene Depressionen mal ausklammert) vielfältige Ursachen. Die andauernde, belastende Situation am Arbeitsplatz führt - wenn traumatische Ereignisse keine Rolle spielen - typischerweise dann in die DU, wenn es keinen Ausgleich zu dieser Belastung im Privaten gibt, sondern weitere Belastungsfaktoren dazukommen, die Kapa gut dargestellt hat. Das muss längst nicht immer ein zu pflegender Angehöriger oder Todesfälle sein. Fehlende Möglichkeiten offen über die eigene Gefühlslage zu sprechen sind zentral. Innere Last nicht abgeben können, sondern stattdessen auch im privaten Umfeld noch mehr leisten zu müssen und vor allem auch zu wollen, nur um zunehmend am eigenen Selbstanspruch zu scheitern, weil die Kraft nicht ausreicht, was extrem beschämend ist, so dass man sich immer weiter in sich zurückzieht, statt über die Gefühle, den Selbstanspruch, die Belastungen offen zu sprechen. DAS ist eine typische Grundkonstellation in der Depressionen entstehen und auch erst einmal erhalten werden.

Rund ein Fünftel der Bevölkerung erkrankt im Laufe eines Lebens mindestens einmal an einer Depression. Wir alle haben in unserem Umfeld wenigstens eine Handvoll KuK, Nachbarinnen und Nachbarn, Familienmitglieder, Freunde, die aktuell an einer Depression leiden. In den wenigsten Fällen wissen wir davon, weil Betroffene aus Scham und Funktionswillen viel zu selten offen darüber sprechen können.

In der Reha ging es in einer therapeutischen Gruppe, in der viele der Teilnehmenden wegen Depressionen oder Burnout in der Klinik waren, um die Frage nach dem Umgang mit Depressionen und anderen psychischen Erkrankungen, also was Betroffene von Familie oder auch KuK brauchen würden, um entlastet zu werden in der Depression, statt immer weiter belastet zu werden. Wertschätzende, emphatische Kommunikation war dabei für alle Anwesenden wesentlich, um offener über die eigene psychische Erkrankung sprechen zu können, statt sich immer weiter beschämt zu fühlen und nicht selten beschämt zu werden, weil man als faul dargestellt wird (Stichwort umfassendes Sporttraining als Hilfe zur Tagesstruktur versus Sporttraining als Zeichen der Arbeitsunwilligkeit „der/die kann doch und will nur nicht“).