

Krankgeschriebene Lehrerin muss nach 16 Jahren erstmals zum Amtsarzt

Beitrag von „CDL“ vom 27. Oktober 2025 09:49

Zitat von Kapa

Das trifft es gut mit der Beschämung.

Selbst für meine Eltern war es kurzzeitig schwer damit umzugehen, denn bei uns spricht man nicht offen über Probleme sondern löst sie einfach.

Das kenne ich nur zu gut. Das hat sich inzwischen geändert, weil ich mich geändert habe, gelernt habe besser über meine Gefühle zu sprechen. Das hatte einen Effekt auf die Menschen, die mich lieben, die sich daraufhin schrittweise ebenfalls geändert haben, weil sie helfen wollten. Auch das ist schließlich eine Form der Problemlösung.

Zitat von Kapa

Ich hab den Fehler einmal gegenüber einigen Kollegen gemacht und das genau so offen wie hier angesprochen als es zu dem Thema kam. Seit dem rede ich nicht mehr offen mit Kollegen darüber es sei denn morbide bekannt, das sie eine andere Sicht darauf haben.

Ich muss mich jetzt nicht zwingend mit „ach gottchen, jetzt hab dich mal nicht so“ belegen lassen.

Ich kenne leider genug Leute die ihre Depression oder Burnout aussitzen unter den Teppich kehren und ich kenne leider noch mehr, die so etwas klein reden weil sie selbst nicht betroffen sind.

Das dürfte wohl die Geschichte von jeder und jedem in einer psychosomatischen Reha sein: Mitmenschen, die mit Unverständnis reagieren, Druck aufbauen, einen beschämen, Sprüche, „man solle sich nicht so haben“ und natürlich viel zu lange der Selbstversuch das irgendwie aushalten und aussitzen zu wollen oder mit reinen „Pflastern“ zu heilen, bis das nicht mehr funktioniert, genau wie man selbst, so dass man andere Wege gehen lernen muss.