

# Verbeamtung und (selbstgezahlte) Psychotherapie

**Beitrag von „Kreacher“ vom 20. Februar 2020 20:37**

Liebes Forum,

mich plagt schon seit Jahren ein Thema: in Bälde werde ich mein Lehramtsstudium beenden und dann sollte eigentlich laut Plan dieses Referendariat anstehen. Davon abgesehen, dass ich zum gegenwärtigen Zeitpunkt gerade überhaupt nicht mehr weiß, ob ich das Ref unmittelbar nach dem Studium gleich angehen soll (und in erster Linie überhaupt kann und will), kämpfe ich gerade akut wieder mit leichten psychosomatischen Beschwerden (für die nicht so fachkundigen: das sind Beschwerden, für die es keine körperlich/organischen Ursachen gibt, aber dennoch vorhanden sind - man nennt sie auch funktionelle Störungen). So eine Phase hatte ich vor 4 Jahren schon einmal durch. Tief in mir weiß ich schon seit vielen Jahren, dass es da einiges gibt, was alles mal auf den Tisch gehört und in Form einer Psychotherapie mal angegangen gehört - so auch meine ab und an auftretenden (hypochondrischen) Angstneigungen, auch Zukunftsängste, Prüfungsängste und Versagensängste sind dabei.

Wenn ich ehrlich zu mir selber bin (und da wir es ja auch gerade von Ängsten haben), habe ich auch Angst vor dem Referendariat. Einerseits wegen der ganzen Horrorgeschichten, die man nicht nur liest, sondern mir auch von meinem Umfeld berichtet werden und andererseits da ich tief in mir merke, dass ich in diesem Zustand, mit diesen Ängsten, Selbstzweifel, Selbstunsicherheiten so eine psychisch-belastende Ausnahmesituation wie das Ref NIE packen würde. Die Ausgangsbedingungen sind also momentan nicht gerade optimal, meine Fächerkombination (Deutsch & Englisch) erst Recht nicht, noch dazu die Tatsache, dass ich mit der ganzen Berufswahl ohnehin schon immer gezweifelt habe und ursprünglich eigentlich immer in die Medienbranche wollte, aber (und erneut kommen hier wieder die Ängste und Unsicherheiten zum Vorschein) mir die Medienbranche zu "unsicher" und zu risikoreich war und ich etwas "sicheres", stabiles wollte.

Ausgangslage nun: aufgrund meiner momentanen, akuten Beschwerden, die etwas an einen Reizdarm erinnern (Verdauungsbeschwerden), entschloss ich mich im Gegensatz zu vor 4 Jahren die Sache nicht erneut wieder auszusitzen, sondern dieses Mal endlich etwas zu unternehmen, um mein Leben umzukrempeln. Nach ärztlichen Untersuchungen, bei denen organisch nichts festgestellt wurde, die Beschwerden aber dennoch anhielten, entschloss ich mich, zur psychosomatischen Ambulanz der Uniklinik meiner Stadt zu gehen.

Diesen Schritt habe ich jahrelang gemieden wie der Teufel das Weihwasser, weil man mir immer eingebläut hat, dass alles in Richtung Psyche leider Gottes auch heutzutage immer noch mit Risiken und Nachteilen behaftet ist. Und ein wenig Googlen gerade zeigte mir, dass dies wohl aktuell immer noch der Fall ist.

Was also tun? Ich habe bei der Anmeldung in der Ambulanz Selbstzahlung angegeben. Ein Unterfangen, das sich als nebenjobbender Student auf 450-Euro-Basis wohl kaum dauerhaft halten lassen wird. Anscheinend findet in der psychosomatischen Ambulanz auch gar keine Therapie in dem Sinne statt, sondern es wird eine oder zwei Sitzungen zur Anamnese geben, dann stellen die anhand dessen eine Diagnose und man wird an niedergelassene Therapeuten weitervermittelt, oder aber kann in Form einer Tages- oder stationären Klinik bei denen direkt aufgenommen werden, aber für so schlimm erachte ich meine Situation nun nicht, als das ein Klinikaufenthalt (egal ob Tages oder stationär) in Frage käme.

Ich gab zudem an, dass der Diagnosebericht auch ausschließlich NUR an mich gesendet werden darf und selbst auf die externe Abrechnungsgesellschaft habe ich verzichtet, sodass mir die Uniklinik persönlich die Rechnung schicken muss.

Bisher hat eine dieser Anamnese-Sitzungen stattgefunden. Nächste Woche soll die zweite und eventuell letzte sein und dann auf dieser Basis die Diagnose gestellt werden.

Ich hänge momentan ziemlich in der Luft: schwanke hin und her, ob ich nächste Woche noch einmal hingehen soll, oder ob ich da demnächst anrufen und sagen soll, es hat sich erledigt, ich zahle die bereits stattgefundene erste Sitzung, sie brauchen mir keine Diagnose o.Ä. erstellen und damit hat sich das.

Oder ob ich diese Sitzungen noch fertig machen soll, dann eine Diagnose erhalte und dann ewig auf einen Therapieplatz warten muss. Eine Therapie, die ich höchstwahrscheinlich als Selbstzahler eh nicht werde zahlen können auf Dauer.

Ich habe diese Bedenken bei der ersten Sitzung erwähnt. Da war man natürlich erstmal überrascht, dass ihre Gilde als so verpöhnt und nachteilhaft angesehen wird und man hat mir geraten, sich doch nochmal genaustens zu informieren, ob eine kassenabgerechnete Therapie denn tatsächlich so schädlich sei, wie behauptet.

Meine Frage ist nun:

Angenommen, ich würde es finanziell gestemmt bekommen, jede Sitzung aus eigener Tasche zu zahlen und es somit an der Krankenkasse und anderen aktensammelnden Behörden vorbeigeschmuggelt bekommen, wäre ich dann verpflichtet, diese selbstgezahlte Therapie immer noch bei der Verbeamtung anzugeben und falls ich lügen würde, wie sollte so eine selbstgezahlte Therapie denn jemals ans Licht kommen, wenn sie nirgends aktenkundig ist aufgrund der Selbstzahlung?

Ich nehme an, der Amtsarzt wird nicht auf Verdacht hin sämtliche in der EU tätigen, deutschsprachigen Ärzte abtelefonieren, ob ich denn mal Patient gewesen sein könnte?

Mich kotzt dieses ganze System nur noch an. Man soll ein Leben lang dienstfähig sein, aber bittschön sich auch vorher nicht darum kümmern, dass das auch so bleibt. Die Katze beißt sich selbst in Schwanz. Lieber alles in sich reinfressen, die geheiligte Verbeamtung kassieren und

dann mit Ende 30 wegen Burnout ausscheiden. Stellt sich das der Dienstherr so vor?? 

Jetzt werden eventuell einige sagen: eine Therapie muss nicht zwangsläufig zum Aus der Verbeamtung führen. Das mag sein. Allerdings gibt es neben Lehramt noch andere Berufe im Beamtenverhältnis, bei denen eine auftauchende psychologische Therapie aber von Vorneherein das Aus darstellt. Zwar weiß ich nicht, ob ich jemals in solchen Berufen landen könnte, aber ich will mir natürlich nicht schon von Vorneherein Mauern hochziehen. Möglichst alle Türen offenhalten. Deswegen möchte ich das erstmal nirgends aktenkundig auftauchen sehen.

Meine Angst ist jetzt sogar, ob ich durch diese Vorgespräche, von denen ich ja eines bereits hatte, bereits gebranntmarkt bin - aber das kann doch wohl noch nicht als eigentliche Therapie gelten, oder? Das dient ja nun erstmal eher der Diagnoseerhebung. Wenn ich das jetzt abbreche und sage, es hat sich erledigt, dann zählt dieses eine Gespräch sicher nicht als Therapie, oder?

Ich weiß hier nicht mehr weiter. Ich fühle mich wie in einem Minenfeld - setze ja keinen falschen Schritt und verbaue dir deine Zukunft!

---

### **Beitrag von „LalaSo“ vom 20. Februar 2020 21:05**

Erstmal Glückwunsch, dass du den Schritt gewagt hast! Dazu gehört viel Mut dazu! Schau, dass du auf die Beine kommst. Das Ref ist kein Zuckerschlecken, da braucht man viel Kraft!

Und überleg dir schon mal einen Plan B, das kann dich auch entlasten, das wirkt sich vielleicht auch auf deine Ängste aus...

Ich habe mit der Therapie gewartet, bis ich die Lebenszeit-Verbeamtung hatte-waren aber sehr anstrengende Jahre...

Alles Gute dir!

---

### **Beitrag von „Zauberwald“ vom 20. Februar 2020 21:31**

Guckst du hier: [Psychotherapie/ Verbeamtung](#)

---

## **Beitrag von „Gruenfink“ vom 20. Februar 2020 21:50**

### Zitat von Kreacher

Meine Frage ist nun:

Angenommen, ich würde es finanziell gestemmt bekommen, jede Sitzung aus eigener Tasche zu zahlen und es somit an der Krankenkasse und anderen aktensammelnden Behörden vorbeigeschmuggelt bekommen, wäre ich dann verpflichtet, diese selbstgezahlte Therapie immer noch bei der Verbeamtung anzugeben und falls ich lügen würde, wie sollte so eine selbstgezahlte Therapie denn jemals ans Licht kommen, wenn sie nirgends aktenkundig ist aufgrund der Selbstzahlung?

Hallo Kreacher,

auch ich möchte dir erst einmal zu diesem Schritt gratulieren, der dir *sicher* schwer gefallen ist - aber mindestens genauso *sicher* überfällig war!

Denn sieh mal: Dass du psychosomatische Beschwerden hast (und das auch nicht erst seit gestern), bedeutet doch, dass dein Körper darauf aufmerksam machen will, dass in Wirklichkeit deine Seele nach Hilfe schreit. Ich würde mich an deiner Stelle auf jeden Fall intensiv behandeln lassen, nicht nur, damit dieser unangenehme und sicher auch schmerzhafte Reizdarm endlich kuriert wird, sondern auch, damit du die Ruhe hast, über deinen bisherigen Weg, deinen Ist-Zustand und deine Zukunft nachzudenken. Dass du gerade körperliche Beschwerden hast, passiert ja nicht, **obwohl** du gerade dein Studium beendest, sondern **weil**.

Möchtest du denn wirklich deine berufliche Zukunft auf einer Lüge aufbauen?

Damit bereitest du nur den Boden für dauerhaftes Unglücklichsein und Gehetztsein.

Es mag gemein klingen (aber ich meine das keineswegs so!), aber wenn dir das Studium schon so im Magen liegt (sic!) und der Gedanke ans Ref dich noch unruhiger macht... warum um Himmels Willen willst du diesen Weg dann weitergehen? Du bist bereits erkrankt, und glaube mir - das wird im Ref nicht besser, ganz im Gegenteil.

Ich sage ja nicht, du sollst deine Pläne komplett abblasen.

Ich gebe nur zu bedenken, dass du im angeschlagenen Zustand *überall* Schiffbruch erleiden wirst.

Deshalb würde ich an deiner Stelle das Studium abschließen und mir dann psychiatrisch helfen lassen.

Alles andere findet sich dann.

Ich wünsche dir alles Gute! Image not found or type unknown

---

### **Beitrag von „Zauberwald“ vom 20. Februar 2020 21:59**

Auch wenn ich jetzt erschlagen werde: Deine Gesundheit ist wichtiger als die Verbeamtung (falls sich eine Psychotherapie überhaupt dahingehend negativ auswirkt). Als angestellter Lehrer hat man auch (andere) Vorteile gegenüber verbeamteten Lehrern. Die Rente/Pension als Angestellter ist geringer, das ist der entscheidende Punkt, aber sonst... lässt sichs auch gut leben und du kannst leichter Stellen wechseln.

Mit jetzt schon angeschlagener Psyche wird das Ref. ohne Hilfe wahrscheinlich eine große Herausforderung.

---

### **Beitrag von „Gruenfink“ vom 20. Februar 2020 22:06**

#### Zitat von Zauberwald

Als angestellter Lehrer hat man auch (andere) Vorteile gegenüber verbeamteten Lehrern.

\*unterschreib\*

... und dank des momentanen Lehrermangels würde ich mir ohnehin sehr gut überlegen, ob ich nicht lieber als Angestellter arbeiten möchte. Image not found or type unknown

---

### **Beitrag von „Kreacher“ vom 20. Februar 2020 22:41**

Ich habe gerade nach viel Lesen und Recherchieren eine E-Mail als Entwurf an die psychosomatische Ambulanz aufgesetzt, bei der nächste Woche ja das zweite Beratungsgespräch stattfinden soll. Meine Recherchen gerade haben mich mehr und mehr verschreckt, dass eine Therapie im aktuellen Zustand vielleicht doch noch wesentlich mehr Steine in den Weg legen könnte, als es gut wäre. Dies betrifft nicht nur das Berufsfeld Lehramt,

sondern anscheinend auch viele andere Berufe im öffentlichen Dienst, die ich mir als Lehramtsalternative vorstellen könnte.

Zwar sind diese Beratungsgespräche lediglich dazu da, um am Ende eine Diagnose zu ermitteln und mich dann an einen Therapeuten weiterzuvermitteln, aber mir machen allein diese Beratungsgespräche bereits Sorgen. Zählen die auch schon als "Therapie", die man angeben müsste? Sobald ich eine Diagnose bekäme, müsste ich diese selbst ohne danach folgende psychologische Therapie angeben? Oder wäre nur die danach folgende Therapie angabepflichtig?

Ich habe daher gerade eine Mail aufgesetzt, allerdings noch nicht abgeschickt, in welcher ich das zweite Vorstellungsgespräch nächste Woche absage und auch keinen aufgrund des Abbruchs unvollständigen Diagnosebericht erhalten möchte, sondern nur die Rechnung für das bereits stattgefundene erste Vorstellungsgespräch.

Die Therapie würde ich dann auch erst nach einer etwaigen Verbeamtung bzw. nach einer Berufssicherung angehen. Aber momentan bin ich zu verunsichert, ob mir das noch vor Ergreifen eines Berufes nicht schon zu vieles verbauen würde.

Was meint ihr? Die Mail habe ich noch nicht abgeschickt, aber ich bin kurz davor. Ich weiß einerseits zwar, dass es dringend notwendig wäre, allerdings wäre ich nachher nicht glücklicher, wenn ich mir dadurch bereits vieles verbaut hätte...

---

### **Beitrag von „CDL“ vom 20. Februar 2020 22:55**

Ich glaube, dass du dir vor allem etwas "verbaust" wenn du dir nicht endlich erlaubst die Hilfe zu erhalten, die du benötigst. Alles andere kannst du danach mit neuer Kraft und vor allem neuem Mut und Zuversicht angehen für dich. Du hast eingangs selbst geschrieben, dass du u.a. mit diversen Ängsten zu kämpfen hast. Genau diese Ängste lese ich massiv heraus bei deinen Überlegungen dir selbst notwendige Hilfe zumindest vorerst zu versagen. Lass nicht der Angst das letzte Wort, gib ihr nicht länger soviel Macht über dein Leben, sondern wage den ersten Schritt zu mehr mentaler Gesundheit, indem du dich dazu entschließt stärker zu sein als deine Ängste und erforderliche Hilfe anzugehen und anzunehmen. Ich weiß aus eigener Erfahrung wie groß dieser erste Schritt ist, ich weiß auch, wieviel heller, schöner und gesünder das Leben wird, wenn man sich endlich erlaubt Hilfe zu suchen und anzunehmen. Ich wünsche dir alles Gute und hoffe, es gelingt dir gut für dich zu sorgen. ☺ ☺

---

### **Beitrag von „Kreacher“ vom 20. Februar 2020 23:11**

Im Grunde hast du bzw. habt ihr alle Recht. Aber vielleicht wäre es doch sinnvoller, das Ganze erst anzupacken, wenn es mir nichts mehr versauen kann. Das würde halt noch ein klein wenig Zeit in Anspruch nehmen, aber vielleicht ist es so doch besser. Ach, ich weiß gerade selber nicht mehr weiter... 

---

### **Beitrag von „MarieJ“ vom 21. Februar 2020 06:23**

Es „versaut“ dir eher etwas, wenn du die therapeutische Hilfe zu spät in Anspruch nimmst. Um die Zeit, die du dann noch leidest, wäre es zu schade bzw. würdest du ein Referendariat vielleicht nur schlecht oder gar nicht durchstehen. Eine Verbeamtung ist es im Zweifelsfall nicht wert, sich nicht auf den Weg zu machen, an solchen Problemen zu arbeiten und dadurch mehr Lebensfreude zu gewinnen.

Lass deinen Leidensdruck nicht noch größer werden! Man kann durch eine gute Therapie so viel gewinnen, das habe ich selbst erfahren und ich weiß heute auch, ich hätte früher damit anfangen sollen.

---

### **Beitrag von „schaff“ vom 21. Februar 2020 13:58**

Ich kann den vielen Antworten hier nur Beipflichten. In erster Instanz solltest du dich um deine Gesundheit kümmern.

#### Zitat von Kreacher

[...]Dies betrifft nicht nur das Berufsfeld Lehramt, sondern anscheinend auch viele andere Berufe im öffentlichen Dienst, die ich mir als Lehramtsalternative vorstellen könnte.

#### Zitat von Kreacher

[...]noch dazu die Tatsache, dass ich mit der ganzen Berufswahl ohnehin schon immer gezweifelt habe und ursprünglich eigentlich immer in die Medienbranche wollte, aber (und erneut kommen hier wieder die Ängste und Unsicherheiten zum Vorschein) mir die Medienbranche zu "unsicher" und zu risikoreich war und ich etwas "sicheres", stabiles

wollte.

Mir scheint es auch, als sei der Beruf Lehrer für dich nur interessant, weil er "sicher" ist und du den Beruf ansich nicht wirklich gerne machst. Aber mal angenommen, du schaffst das Referendariat und wirst verbeamtet. Was dann? Im zweifel sitzt du in einem Job die nächsten 40 Jahre fest, bei dem zwar die Taler jeden Monat pünktlich auf dein Konto rollen, bei dem du aber unglücklich bist. Ist es das Wert 40 Jahre in einem Beruf festzusitzen, der einem kein Spaß macht?

Ich kann dir aus Erfahrung sagen: Nein ist es nicht! Kein Geld der Welt, ist es Wert seine Gesundheit und Lebensfreude auf dem Spiel zu setzen.

Und falls du den Beruf doch sehr gerne machst - wieso nicht auch als Angestellter? Ja die Zahl auf dem Zohnzettel ist eine andere, aber du wirst nicht am Hungertuch nagen und arbeitslos wirst du vermutlich auch nicht.

Ist dir das alles deine Gesundheit Wert? Das solltest du dich echt fragen. Und wer weiß... Vielleicht wirst du trotz der Therapie verbeamtet.

---

### **Beitrag von „fossi74“ vom 21. Februar 2020 15:01**

Nur noch zwei Punkte, weil ansonsten alles gesagt ist:

1. Deine völlig irrationale Angst davor, das selbst gezahlte, **nirgends aktenkundige** Vorgespräch könnte Dir später einmal auf die Füße fallen, ist für mich der beste Indikator dafür, dass es ein großer Fehler wäre, mit der Therapie zu warten. Mir erscheint es so, dass Du momentan für gar keine Tätigkeit geeignet bist, die qualifikationsmäßig und von der Verantwortung her über die eines Lagerhelfers o. ä. hinausgeht. Dies wohlgemerkt aufgrund Deiner psychischen Verfassung, nicht aufgrund Deiner Qualifikation! Nur der Vollständigkeit halber angemerkt.
2. Selbst wenn - aufgrund irgendeines saublöden Zufalls - irgendwann mal herauskommen sollte, dass Du mal bei diesem Gespräch gewesen bist, hat das überhaupt keine Auswirkungen. Im äußersten Fall könntest Du immer noch sagen, dass Du wegen Prüfungsangst dort vorgesprochen hast, dass sich dann aber herausgestellt hat, dass keine Therapie notwendig war.  
- davon abgesehen bin ich der gleichen Meinung wie die meisten in diesem Thread: Wenn Du Deine momentane Verfassung halbwegs realistisch wiedergegeben hast, sehe auch ich Dich keine drei Monate im Ref.

---

## Beitrag von „Stille Mitleserin“ vom 21. Februar 2020 16:06

Wie stellst du dir denn das Ref und eine anschließende Tätigkeit als Lehrkraft vor, wenn du so stark wie geschildert beeinträchtigt bist?

Es hat durchaus seinen Grund, warum der Staat sich für die Gesundheit der angehenden Lehrer interessiert. Natürlich möchte man Kosten gar nicht erst entstehen lassen.

Der Beruf, den du dir ausgesucht hast, ist einer der psychisch belastendsten überhaupt. Krank dort hineinzustarten ist keine gute Idee. Für die Schüler ist eine Lehrkraft, die authentisch ist und Freude an der Arbeit hat, unabdingbar. Unter dem Stress und den Belastungen knicken viel zu oft auch diese Kollegen gesundheitlich ein,

Insofern: die Angst vor der Therapie scheint mir Teil des Problems zu sein. Mein Rat: Geh es jetzt an.

---

## Beitrag von „Kreacher“ vom 21. Februar 2020 17:17

### Zitat von fossi74

Nur noch zwei Punkte, weil ansonsten alles gesagt ist:

1. Deine völlig irrationale Angst davor, das selbst bezahlte, **nirgends aktenkundige** Vorgespräch könnte Dir später einmal auf die Füße fallen, ist für mich der beste Indikator dafür, dass es ein großer Fehler wäre, mit der Therapie zu warten. Mir erscheint es so, dass Du momentan für gar keine Tätigkeit geeignet bist, die qualifikationsmäßig und von der Verantwortung her über die eines Lagerhelfers o. ä. hinausgeht. Dies wohlgerne aufgrund Deiner psychischen Verfassung, nicht aufgrund Deiner Qualifikation! Nur der Vollständigkeit halber angemerkt.
2. Selbst wenn - aufgrund irgendeines saublöden Zufalls - irgendwann mal herauskommen sollte, dass Du mal bei diesem Gespräch gewesen bist, hat das überhaupt keine Auswirkungen. Im äußersten Fall könntest Du immer noch sagen, dass Du wegen Prüfungsangst dort vorgesprochen hast, dass sich dann aber herausgestellt hat, dass keine Therapie notwendig war.

- davon abgesehen bin ich der gleichen Meinung wie die meisten in diesem Thread:  
Wenn Du Deine momentane Verfassung halbwegs realistisch wiedergegeben hast, sehe auch ich Dich keine drei Monate im Ref.

Danke dir für diese Einschätzung. Ich weiß nicht, ob dies exakt so zutrifft, denn:

Gestern Abend habe ich dann also an die psychosomatische Ambulanz geschrieben, welche ja auch nur eine Vermittlungsstelle und keine eigentliche Therapiestelle ist, dass meine Beschwerden mittlerweile nachgelassen haben, was auch tatsächlich so ist und ich daher das Folgegespräch nächste Woche samt des darauf fußenden Diagnoseberichts nicht mehr benötige, da ich die Strategie verfolgen möchte und solche Therapien erst nach einer Verbeamtung anzugehen, sollte es soweit überhaupt kommen.

Leider kam die Mail zurück, dass sie aus rechtlicher Sicht zu einer Dokumentationspflicht verpflichtet sind und sie mir somit einen Bericht über eben nur das eine stattgefundene Gespräch zuschicken werden. Sprich das wird ein Diagnosebericht werden, so wie das diese Vermittlungsstelle normal auch tut, mit welchem man sich dann an niedergelassene Therapeuten wenden könnte zur Behandlung. Mittlerweile denke ich, dass ich mir diesen Schritt auch gleich sparen hätte können, denn ein niedergelassener Therapeut wird vorher ja auch eine Diagnose stellen, wozu dann überhaupt dieser Zwischenschritt in der psychosomatischen Ambulanz?!

Ich hatte angegeben, dass dieser Bericht NUR an mich geschickt werden darf und auch nicht über eine Krankenkasse o.Ä. gehen kann, folglich werde auch nur ich diesen Diagnosebericht erhalten. Dieser Bericht fußt nun auf einem einzelnen Erstgespräch bzw. Einschätzungsgespräch von 40 Minuten. Dies stellt meines Wissens ja noch keine Therapie im eigentlichen Sinne dar, oder? Allerdings weiß ich nicht, ob selbst das angabepflichtig wäre. Wenn ich von denen nun einen Bericht mit einer Diagnose (fußend auf einem einzelnen Gespräch) erhalte, wäre sowas auch angabepflichtig, oder nur erfolgte und beendete therapeutische Behandlungen?

Darüber hinaus frage ich mich, wieviel Wert nun ein Diagnosebericht hat, welcher auf einer einzelnen Sitzung beruht, wenn sogar die Therapeutin nächste Woche nochmals einen weiteren Termin zur Einschätzung haben wollte?!

---

### **Beitrag von „EducatedGuess“ vom 21. Februar 2020 17:19**

Schaltet Mal einen Gang runter, ihr schreibt einer Person, die offenbar psychisch derzeit sehr angegriffen ist. Das ist NICHT der Moment, indem man grundsätzlich über berufliche Eignung

oder Perspektiven nachdenkt.

Gerade ist was ganz anderes dran: Hilfe annehmen ohne Angst (du hast eine PN von mir), auf die Beine kommen und dann beruflich weitersehen!

@Kreacher Deine Panik bezüglich einer Verbeamtung ist meiner persönlichen Erfahrung nach völlig überzogen. Du solltest es nur nicht verschweigen.

---

### **Beitrag von „Kreacher“ vom 21. Februar 2020 17:28**

[EducatedGuess](#)

Danke für deine Worte!! Das Problem ist, dass ich ohnehin schon etwas "später" dran bin, mein Studium hat sich etwas gezogen und ich werde demnächst 30. Da kommen natürlich (und vermutlich nicht unberechtigterweise) auch Ängste auf, dass es bald auch für gescheite Alternativberufe, die nicht "jobben" darstellen, eng werden wird, falls die Lehramtsschiene doch nicht hinhauen sollte.

Es macht mir gerade so vieles Sorgen, vor allem, dass sie mir nun einen solchen Bericht schicken müssen und werden. Ich werde jetzt also bei denen im System in der Akte als psychisch-auffällig auftauchen und habe das nun fortan über mir schweben. Rückblickend bereue ich diesen Schritt nun, vor allem da diese Beschwerden im Laufe der letzten Wochen nachgelassen haben. Vielleicht war das alles viel zu überstürzt und ich lege mir mit diesem blöden Diagnosebericht nur gehörig Steine in den Weg,

---

### **Beitrag von „EducatedGuess“ vom 21. Februar 2020 17:33**

Du legst dir gar nichts in den Weg, falls du meine PN verstanden hast. Es gibt keinen Grund für deine Panik. Sie ist viel mehr ein Symptom dafür, dass du Hilfe annehmen solltest.

---

### **Beitrag von „schaff“ vom 21. Februar 2020 20:10**

### Zitat von EducatedGuess

Schaltet Mal einen Gang runter, ihr schreibt einer Person, die offenbar psychisch derzeit sehr angegriffen ist. Das ist NICHT der Moment, indem man grundsätzlich über berufliche Eignung oder Perspektiven nachdenkt.

---

Ich finde es sehr wohl angebracht, diese Punkte zumindest anzusprechen. Wenn es Ihr(?) tatsächlich so schlecht geht, wie es rüber kommt, dann sollte man sie auch davor schützen, einen falschen Weg (Lehrer sein / die Therapie zu verzögern) aus den falschen Gründen (Beamter sein) zu gehen.

---

### **Beitrag von „Zauberwald“ vom 21. Februar 2020 20:49**

#### Zitat von Kreacher

#### EducatedGuess

Danke für deine Worte!! Das Problem ist, dass ich ohnehin schon etwas "später" dran bin, mein Studium hat sich etwas gezogen und ich werde demnächst 30. Da kommen natürlich (und vermutlich nicht unberechtigterweise) auch Ängste auf, dass es bald auch für gescheite Alternativberufe, die nicht "jobben" darstellen, eng werden wird, falls die Lehramtsschiene doch nicht hinhauen sollte.

Es macht mir gerade so vieles Sorgen, vor allem, dass sie mir nun einen solchen Bericht schicken müssen und werden. Ich werde jetzt also bei denen im System in der Akte als psychisch-auffällig auftauchen und habe das nun fortan über mir schweben. Rückblickend bereue ich diesen Schritt nun, vor allem da diese Beschwerden im Laufe der letzten Wochen nachgelassen haben. Vielleicht war das alles viel zu überstürzt und ich lege mir mit diesem blöden Diagnosebericht nur gehörig Steine in den Weg,

Kreacher, du machst dir selber viel zu viele Ängste. Dieses Gespräch wird null Auswirkung auf deine Karriere haben. Vergiss es!

Aber man sieht, dass du Sorgen und Probleme hast. Du solltest dir wirklich helfen lassen. Beende dein Studium und mache begleitend eine Therapie. Vielleicht siehst du dann auch überhaupt klarer. Du selbst bist wichtiger als die Verbeamtung, falls das überhaupt Auswirkungen hat. Es gibt Lehrer im Beamtenstand, die Krankheiten seit ihrer Kindheit haben (z.B. Rheuma). Die haben dann sogar Anspruch auf Ermäßigungsstunden. Und wenn das nicht

klappen sollte, dann hast du wenigstens mehr Lebensqualität, weil es dir besser geht.

Setze dir kleinere Ziele: Studienabschluss und Therapie (sind ja schon groß genug). Die Verbeamtung kommt dann auch noch dran.

---

### **Beitrag von „Gruenfink“ vom 21. Februar 2020 22:33**

#### Zitat von EducatedGuess

Schaltet Mal einen Gang runter, ihr schreibt einer Person, die offenbar psychisch derzeit sehr angegriffen ist. Das ist NICHT der Moment, indem man grundsätzlich über berufliche Eignung oder Perspektiven nachdenkt.

Nichts anderes wurde hier geschrieben.

Sinngemäß: Werde erst einmal in Ruhe gesund, und dann kannst du immer noch überlegen.

#### Zitat von schaff

Ich finde es sehr wohl angebracht, diese Punkte zumindest anzusprechen. Wenn es Ihr(?) tatsächlich so schlecht geht, wie es rüber kommt, dann sollte man sie auch davor schützen, einen falschen Weg (Lehrer sein / die Therapie zu verzögern) aus den falschen Gründen (Beamter sein) zu gehen.

Genau.

Mich beschleicht nämlich der Verdacht, dass hier jemand auf Deibel komm raus einen sicheren Job haben will (Beamter) - und der eigentliche Beruf (Lehrer) ist eher Nebensache. Da können einem die späteren Schüler jetzt schon leid tun. 

---

### **Beitrag von „Kreacher“ vom 21. Februar 2020 22:52**

Hallo Leute,

danke für eure bisherigen Antworten und dass ihr mich nicht alleine lasst mit der Thematik.

Zunächst noch einmal zu dem, was mir gerade noch am stärksten durch den Kopf spukt: dieses Vorgespräch und der nun darauf basierende Diagnosebericht. Natürlich stellt dieses einzelne Vorgespräch keine therapeutische Behandlung dar, allerdings erhalte ich ja nun gegen meinen Willen von denen eine "Diagnose", mit welcher ich dann im optimalen Fall zu einem Therapeuten sollte. Das liegt aber ganz alleine bei mir. Den Bericht bekomme, wie gesagt, nur ich, kein Hausarzt, keine Krankenkasse und externe Abrechnungsleister hatte ich ja auch direkt ausgeschlossen. Das Ganze läuft also direkt nur zwischen der Ambulanz und mir.

Wie sieht es aber nun mit Diagnosen aus, müssen diese nicht auch wahrheitsgemäß angegeben werden oder wird später nur nach erfolgten Therapien gefragt? Kann ich diese Diagnose theoretisch guten Gewissens ohne falsche Angaben gemacht zu haben verschweigen, oder bin ich nun verpflichtet, diese zu nennen? Und wenn ja, wird man dann nicht fragen, warum ich diesbezüglich keine therapeutische Hilfe in Anspruch genommen habe?

Zu den anderen Beiträgen und um mal noch etwas Klarheit hier reinzubringen: erstens bin ich männlich, aber das spielt vermutlich keine Rolle. Zweitens: ich bin schon seit jungen Jahren bereits in einer privaten KV, über meinen Vater mitversichert. Dies ist immer noch der Fall. Das macht einiges u.U. leichter, nämlich die Tatsache, dass Krankenkassen anscheinend noch viel viel strenger bei so psychischen Angelegenheiten sind bei einer Neuaufnahme als es womöglich bei einer Verbeamtung der Fall sein mag.

Allerdings macht es auch einiges schwieriger, denn: private KV haben oft keine Deckung für psychische Behandlungen. Ich müsste daher wenn überhaupt entweder zu einer gesetzlichen wechseln, oder aber nachfragen, ob die Kasse meines Vaters solche Leistungen abdeckt. Beides würde zwangsläufig darauf hinauslaufen, dass ich meinen Eltern offenbaren müsste, dass ich vorhätte, eine solche Behandlung in Betracht zu ziehen und insbesondere mein Vater liegt mir alleine nur schon aufgrund etwaiger zu häufiger Arztbesuche in den Ohren, dass sich das negativ auf die künftige Verbeamtung etc PP auswirken könnte und überhaupt seien psychische Geschichten ja eh schon das Aus, ebenfalls bezüglich Berufsunfähigkeitsversicherung, die mein Vater aber auch schon eine für mich in frühen Jahren abgeschlossen hat.

Ich bin daher ständig auf der Hut, ja nicht zu häufig zum Arzt zu gehen und wenn, dann auch bloß keine Diagnosen gestellt zu bekommen, die nur ansatzweise in Richtung Psyche gehen könnten.

Ich bereue den Schritt gemacht zu haben, jetzt vorschnell zur psychosomatischen Ambulanz gerannt zu sein, wo dies ja ohnehin anscheinend nur eine Vermittlungsstelle ist und ich von Vorneherein direkt zu einem niedergelassenen Therapeuten hätte gehen können. Gleichzeitig weiß ich, dass mal etwas getan gehört, allerdings ist das jetzt auch nicht ganz so dramatisch, wie es einige hier vielleicht interpretieren.

Die große Mehrheit habe ich ganz normale Phasen, in denen ich weder Angst habe, noch psychosomatische Beschwerden hätte. Es ist nicht so, als hätte ich 24/7 Ängste oder Beschwerden. Zukunftsängste sind da, ja. Auch die Zweifel, ob die Lehramtsschiene die richtige

Wahl war, ja. Angst vorm Ref auch. Aber das sind alles Punkte, die bei Kommilitonen auch zur Aussprache kommen, wenn man sie danach fragt.

Ich scheine aber in gewissen Momenten, vor allem in stressigen, sensibler für solche Ängste zu sein und neige dann schnell auch mal etwas zu irrationalen Ängsten, was sich dann auch mal in körperlichen Beschwerden äußert, für die es aber angeblich keine organischen Ursachen gibt. So war es vor 4 Jahren schon einmal, und so war es vor 4 Wochen.

Mittlerweile haben auch die aktuellen Beschwerden nachgelassen, sind nicht mehr so stark wie am Anfang und ich denke, das verliert sich jetzt wieder mit der Zeit.

Natürlich mache ich mir dennoch Sorgen, ob ich in so einem Zustand gut durchs Ref komme und ich bezweifle es.

Es ist aber nicht so, als wäre ich hier 24/7 panisch und ängstlich. Ich hatte seit dem letzten Vorfall vor 4 Jahren bis vor 4 Wochen keine sonderlichen Vorkommnisse, außer eben den ohnehin immer präsenten Grundsorgen, wie wohl das Ref laufen wird, ob ich mit meinen Fächern überhaupt eine Chance habe, etc pp.

Aber wer macht sich solche Sorgen nicht?

---

### **Beitrag von „Kreacher“ vom 21. Februar 2020 22:54**

#### Zitat von Gruenfink

Nichts anderes wurde hier geschrieben.

Sinngemäß: Werde erst einmal in Ruhe gesund, und dann kannst du immer noch überlegen.

Genau.

Mich beschleicht nämlich der Verdacht, dass hier jemand auf Deibel komm raus einen sicheren Job haben will (Beamter) - und der eigentliche Beruf (Lehrer) ist eher Nebensache. Da können einem die späteren Schüler jetzt schon leid tun. :o\_(

Das empfinde ich jetzt schon ein wenig als zu weit interpretiert. Immerhin habe ich bereits ein Schulpraxissemester sowie ein freiwilliges Halbjahr als Krankheitsvertretung hinter mir und hatte bei beiden Instanzen bislang nur überaus positive Rückmeldung erhalten...

Das Ganze ist vermutlich eher eine Sache meines zu geringen Selbstvertrauens und der Selbstzweifel.

---

### **Beitrag von „MrsPace“ vom 21. Februar 2020 23:10**

Ich finde es unglaublich, wie viel manche Menschen bereit sind zu opfern, nur um den Beamtenstatus zu erlangen... Deine Gesundheit ist wesentlich mehr wert als dieser Status. Lehrer kann man auch sein ohne Verbeamtung!

Deine Gesundheit ist die Basis für alles Weitere was in deinem Leben kommen wird. Wenn du deine Gesundheit nicht hast, wird irgendwann das ganze Kartenhaus zusammenfallen!

Werd erstmal gesund!

---

### **Beitrag von „Gruenfink“ vom 21. Februar 2020 23:10**

Zitat von Kreacher

Das empfinde ich jetzt schon ein wenig als zu weit interpretiert.

Das steht mir nicht zu, und deshalb möchte ich mich bei dir entschuldigen!

Aber dann bin ich jetzt auch raus hier.

---

### **Beitrag von „Kreacher“ vom 21. Februar 2020 23:14**

Zitat von Gruenfink

Das steht mir nicht zu, und deshalb möchte ich mich bei dir entschuldigen!

Aber dann bin ich jetzt auch raus hier.

Das war keine Aufforderung zu gehen?!

---

## **Beitrag von „fossi74“ vom 21. Februar 2020 23:15**

### Zitat von Kreacher

insbesondere mein Vater liegt mir alleine nur schon aufgrund etwaiger zu häufiger Arztbesuche in den Ohren, dass sich das negativ auf die künftige Verbeamtung etc PP auswirken könne und überhaupt seien psychische Geschichten ja eh schon das Aus, ebenfalls bezüglich Berufsunfähigkeitsversicherung, die mein Vater aber auch schon eine für mich in frühen Jahren abgeschlossen hat.

---

Lass mich raten: Dein Vater ist/war auch Lehrer, stimmt's?

## **Beitrag von „Kreacher“ vom 21. Februar 2020 23:16**

### Zitat von fossi74

Lass mich raten: Dein Vater ist/war auch Lehrer, stimmt's?

---

Nein, keiner in meiner Familie ist studiert. Mein Vater ist selbstständig und erfolgreich im Finanzwesen.

## **Beitrag von „schaff“ vom 21. Februar 2020 23:16**

Ich bin mir erlich gesagt nicht ganz sicher was du hier genau erwartest? Es wird dir hier **keiner** eine Garantie geben, dass die du die Sache mit der Verbeamtung bereits vergeigt hast (Mit dem aufsuchen der Abulanz). Es wird dir auch keiner sagen, dass es völlig egal ist, was da nun drin steht. Keiner von uns ist der dich untersuchende Amtarzt und nur der wird dir sagen können, ob es nun ein "Fehler" war oder nicht.

Viele von uns sind einfach nur besorgt, dass du deine Gesundheit aufs Spiel setzt, weil du umbedingt verbeamtet werden willst.

Meine persönliche Einschätzung ist aber (Und das haben hier schon mehrere angedeutet!), dass dieser Besuch und die daraus resultierende "Diagnose" völlig egal ist. Meinunder Meinung nach

warst du in KEINER Therapie, sondern hast einfach nur (endgeltlich) mit einer Person geredet. D.h. ich würde auf die Frage nach "Waren oder sind Sie in Therapeutischer behandlung?" ohne schlechtes Gewissen mit "Nein" antworten!

Und ja du hast recht, sicherlich hatte jeder von uns irgendwann mal in seinem Lebensweg Zweifel, ob der eingeschlagene Weg der richtige ist oder hatte Angst irgendeine Prüfung/Abschnitt nicht zu bestehen. ABER! ich glaube, dass deine Zweifel und Ängste die Zweifel und Ängste der meisten deutlich übersteigen. (Und ich meine damit nicht, dass sie berechtigt sind, sondern dass sie dich mehr belasten als sie sollten) Und du das zumindest einmal Psychologisch abklären lassen solltest! (Vielleicht kommt da ja auch dabei raus, dass alles normal ist!) Und selbst wenn nicht, nicht jede Diagnose führt automatisch zu einem Ausschluss aus dem Beamtenamt! Und falls doch: Angestellter Lehrer sein ist nichts schlimmes! Verbeamtet sein bringt nämlich auch Nachteile mit sich, ich hoffe das ist dir klar!

Zusammenfassend: Mach dir keine Sorge über den Bericht, der dir geschickt wird. Aber überleg dir wirklich nochmal, was dir wichtiger ist. Gesundheit oder Beamter

---

### **Beitrag von „Kreacher“ vom 21. Februar 2020 23:20**

schaff

Danke! Endlich einmal eine konkrete Antwort bezüglich des Berichts. Ich sehe das auch so, dass dies noch lange keine therapeutische Behandlung darstellt, allerdings ist es ja immer noch eine ärztliche Diagnose, die mir da geschickt wird und ich dachte, auch ärztliche Diagnosen müssten wahrheitsgemäß genannt werden?!

Mir ist durchaus bewusst, dass eine Verbeamtung auch Nachteile bringt. Allerdings kenne ich sonst auch kaum jemanden, der sich für's Lehramt entschieden und dann freiwillig darauf verzichtet hätte.

---

### **Beitrag von „MrsPace“ vom 21. Februar 2020 23:20**

Bitte hol dir dringend Hilfe!!!! Ich meine es nicht böse, aber du schreibst den dritten seitenlangen Beitrag indem du dir völlig abstruse Gedanken über ein doofes Amnesegespräch machst das wirklich keinen Menschen interessieren wird!

---

## **Beitrag von „Kreacher“ vom 21. Februar 2020 23:24**

### Zitat von MrsPace

Bitte hol dir dringend Hilfe!!!! Ich meine es nicht böse, aber du schreibst den dritten seitenlangen Beitrag indem du dir völlig abstruse Gedanken über ein doofes Amnesegespräch machst das wirklich keinen Menschen interessieren wird!

Der "dritte seitenlange Beitrag" ging eher darüber, dass ich bereits privat versichert bin und sich daraus etwaige Schwierigkeiten bei der Realisierung einer Therapie ergeben, eben aufgrund der PKV und der Tatsache, dass ich so eine Therapie langfristig kaum selbstzahlen werde können, auch wenn dies immer noch meine bevorzugte Option wäre. Man muss ja schließlich auch nicht alles in die ewige Akte werfen über sich selbst.

---

## **Beitrag von „schaff“ vom 21. Februar 2020 23:30**

### Zitat von Kreacher

#### schaff

Danke! Endlich einmal eine konkrete Antwort bezüglich des Berichts. Ich sehe das auch so, dass dies noch lange keine therapeutische Behandlung darstellt, allerdings ist es ja immer noch eine ärztliche Diagnose, die mir da geschickt wird und ich dachte, auch ärztliche Diagnosen müssten wahrheitsgemäß genannt werden?!

Es ist nur eine VERMUTUNG!!!! Bzw. Habe ich nur geschildert, wie ich in der Situation gehandelt hätte!

Aber ja, sollte der Amtarzt fragen "Waren sie schonmal einmalig in einer Therapeutischen Abulanz?" wirst du mit Ja Antworten müssen. Meiner Meinung nach ist das aber keine Therapie!

### Zitat von Kreacher

Mir ist durchaus bewusst, dass eine Verbeamtung auch Nachteile bringt. Allerdings kenne ich sonst auch kaum jemanden, der sich für's Lehramt entschieden und dann freiwillig darauf verzichtet hätte.

Ich kenne sowohl Personen, die "freiwillig" (sofern sie mir die Wahrheit erzählt haben) darauf verzichtet haben, als auch Personen, die sich freiwillig aus dem Beamtenamt entlassen haben!

Ja es sind wenige; aber sie exisiteren!

---

### **Beitrag von „fossi74“ vom 21. Februar 2020 23:33**

#### Zitat von Kreacher

Nein, keiner in meiner Familie ist studiert. Mein Vater ist selbstständig und erfolgreich im Finanzwesen.

Ok. Dann hat Dein Vater nochmal welche Qualifikation, um über die Auswirkungen therapeutischer Behandlungen auf die Verbeamtung zu spekulieren?

---

### **Beitrag von „CDL“ vom 22. Februar 2020 00:08**

#### Zitat von Kreacher

#### schaff

Danke! Endlich einmal eine konkrete Antwort bezüglich des Berichts. Ich sehe das auch so, dass dies noch lange keine therapeutische Behandlung darstellt, allerdings ist es ja immer noch eine ärztliche Diagnose, die mir da geschickt wird und ich dachte, auch ärztliche Diagnosen müssten wahrheitsgemäß genannt werden?!

Mir ist durchaus bewusst, dass eine Verbeamtung auch Nachteile bringt. Allerdings kenne ich sonst auch kaum jemanden, der sich für's Lehramt entschieden und dann freiwillig darauf verzichtet hätte.

Eine Diagnose ist eine Diagnose, eine Beratung keine Therapie, aber eben eine Beratung. Ich meine mich aus einem anderen Thread zu entsinnen, dass du aus BW kommst Kreacher. Der aktuelle Bogen zur Amtsarztuntersuchung ist [hier](#) zu finden. Frage 1: "Welche bedeutsamen Errkankungen wurden bei Ihnen bislang festgestellt (haben Sie durchgemacht)?" --> fragt u.a. psychische Erkrankungen ab, eine Diagnose wäre hier zu vermerken, diese einfach wegzulassen, weil du als Nichtmediziner sie für nicht-relevant hältst wäre keine wahrheitsgemäße Antwort. Kommt vermutlich nie raus oder eben doch, wenn am Ende das nicht behandelte Problem Folgeprobleme zeitigt, die zu einem späteren Pflichttermin beim Amtsarzt führen, wo du

versehentlich erwähnst, dass Problem X mal eine psychosomatische Ambulanz festgestellt hatte, das von dir aber nicht ernst genommen wurde. Sehr hypothetisch, aber nicht undenkbar, in jedem Fall kein guter Berufseinstieg mit einer Lüge zu starten.

Die weisere Variante:

- a) Diagnose abwarten, Therapie beginnen, Therapie erfolgreich abschließen, Facharzt ein Attest ausstellen lassen, dass eine therapeutische Behandlung wegen Problem X erfolgreich und rückfallfrei abgeschlossen wurde zu Datum Y und keine Einschränkung für den Zielberuf besteht. Einer Verbeamtung steht nichts im Weg.
- b) Diagnose abwarten, einen Facharzt finden der dir auch ohne langwierige Therapie bescheinigt, dass Diagnose X ohne ausreichende Diagnostik erstellt und nicht haltbar ist, keinerlei Behandlungsbedürftigkeit besteht (das dürfte womöglich das größere Problem darstellen) und auch keine Einschränkung für den Zielberuf. Einer Verbeamtung steht nichts im Weg. Bleibst du gesund kommt es auch später nicht zum Problem. Schiebst du das Problem nur vor dir her, kann dir das später einmal auf die Füße fallen.
- c) Diagnose abwarten. Damit zu der Gewerkschaft deines Vertrauens bzw. der dortigen Schwerbehindertenvertretung (die kennen sich am besten aus mit Krankheits-/Gesundheitsfragen und Einstellung/Verbeamtung) und dich live und in Farbe beraten lassen was das für Konsequenzen haben könnte, wie relevant das tatsächlich im Hinblick auf eine Verbeamtung sein könnte etc.
- d) Diagnose abwarten. Therapie beginnen. Wenn das Problem klarer wird und eine Behandlung sich als längerwierig herausstellt ggf. beraten lassen im Hinblick auf einen GdB. Berufentscheidung in jedem Fall nicht abhängig machen von der Frage der Verbeamtung: Nur wenige Diagnosen sind echte Ausschlusskriterien für den Beruf an sich. Wenn es dir um diesen geht, dann mach dich frei von der Frage der Verbeamtung und erlaub dir erst einmal für deine Gesundheit zu sorgen. Der Rest findet sich.

Psychotherapie ist definitiv kein Ausschlusskriterium für eine Verbeamtung. Es ist ein Kriterium das- ähnlich wie andere gesundheitliche Vorbelastungen auch- zu einer genaueren Prüfung führt. Solltest du zu Beginn des Refs noch in einer Therapie sein wird der Amtsarzt dir möglicherweise dennoch die volle Dienstfähigkeit bescheinigen (ehrlich währt am längsten sage ich dazu nur und weise Vorbereitung ergänzt diese Ehrlichkeit um gut für sich selbst zu kämpfen) oder eine abschließende Entscheidung aufschieben, so dass du zur Verbeamtung auf Probe erneut zum Amtsarzt müsstest (und damit Zeit hättest eine Therapie erfolgreich abzuschließen). Im Ref nicht verbeamtet wurden bei mir im Kurs nur 2 Anwärter die schlichtweg die Altersgrenze bereits überschritten hatten mit Mitte-Ende 40, einige werden sich aber noch einmal dem Amtsarzt vorstellen müssen ehe eine Probezeit beendet werden kann.

---

## **Beitrag von „Kreacher“ vom 22. Februar 2020 08:15**

Danke [CDL](#)

Dann steht es hier also somit schwarz auf weiß im Fragekatalog. Durch mein vorschnelles Eilen zur Ambulanz weil ich vorübergehend Verdauungsprobleme hatte und meine Sorge, dies könnte nun wieder psychosomatischer Natur sein, bin ich jetzt also ein vorbelastetes Blatt Papier und muss diese blöde Diagnose dort angeben...

Wie gesagt haben diese Symptome nach einer Woche der Entspannung mittlerweile sehr nachgelassen - ich bereue diesen vorschnellen Schritt jetzt, aber jetzt ist es wohl zu spät. Das hängt mir jetzt gerade alles ziemlich sehr im Magen!

---

## **Beitrag von „fossi74“ vom 22. Februar 2020 08:35**

Nochmal (obwohl es, so fürchte ich, gar nicht zu Dir durchdringt): Das war keine Therapie, Du musst das nicht angeben. Aber mach Dich ruhig weiter verrückt.

[CDL](#): Ob es eine gute Idee war, dem TE zu sagen, er würde mit einer Lüge ins Berufsleben starten, wenn er diese Erstberatung verschweigt? Ich zweifle.

---

## **Beitrag von „symmetra“ vom 22. Februar 2020 08:39**

[Zitat von Kreacher](#)

...

Ich war in einer ähnlichen Lage und brauchte dringend Hilfe. Ich habe vor dem Ref mit einer Psychotherapie angefangen, weil ich das Leben wieder mehr genießen wollte.

Paradoxe Weise hat mit dem Ref sogar aus der Depression geholfen, weil es mir Struktur und Unterstützung gab. Und ein Lebensziel.

Praktisch hat es hier bei der Behörde auch keinen gekickt. Ich habe die Therapie ein halbes Jahr vor dem Examen erfolgreich beendet und das auch bei der ärztlichen Befragung angegeben.

Ich bin nun zur Hälfte mit der Probezeit als Beamter durch und bin sogar in eine private Krankenkasse ohne Risikoauflschlag gekommen.

Und wenn auch all das nicht so perfekt geklappt hätte: mir ging es wieder gut. Das war viel wichtiger.

Viel Kraft wünsche ich dir!!!

---

### **Beitrag von „Kreacher“ vom 22. Februar 2020 08:42**

#### Zitat von fossi74

Nochmal (obwohl es, so fürchte ich, gar nicht zu Dir durchdringt): Das war keine Therapie, Du musst das nicht angeben. Aber mach Dich ruhig weiter verrückt.

CDL: Ob es eine gute Idee war, dem TE zu sagen, er würde mit einer Lüge ins Berufsleben starten, wenn er diese Erstberatung verschweigt? Ich zweifle.

Ihr verwirrt mich hier aber nun gehörig: der Fragebogen, den CDL verlinkt hat, fragt doch eindeutig nach in der Vergangenheit oder aktuell vorherrschenden psychischen Erkrankungen??

Wenn ich nun eine Diagnose erhalte, wäre dies demnach nicht eine attestierte psychische Erkrankung??

---

### **Beitrag von „Kiggle“ vom 22. Februar 2020 09:32**

#### Zitat von Kreacher

Es ist aber nicht so, als wäre ich hier 24/7 panisch und ängstlich. Ich hatte seit dem letzten Vorfall vor 4 Jahren bis vor 4 Wochen keine sonderlichen Vorkommnisse, außer eben den ohnehin immer präsenten Grundsorgen, wie wohl das Ref laufen wird, ob ich mit meinen Fächern überhaupt eine Chance habe, etc pp.

Aber wer macht sich solche Sorgen nicht?

Auch aus diesem Grund bin ich ein Verfechter von einer Ausbildung vorm Studium.

Ich hätte immer in den Job zurück gekonnt und auch mein Studium habe ich so gelegt, dass ich auch noch einen anderen Master hätte nachstudieren können. Das ist das Blöde an Lehramt, man ist relativ festgefahren. Aber man hat es auch selber in der Hand was dagegen zu tun und sich weitere Optionen offenzulassen.

#### Zitat von schaff

Ich kenne sowohl Personen, die "freiwillig" (sofern sie mir die Wahrheit erzählt haben) darauf verzichtet haben, als auch Personen, die sich freiwillig aus dem Beamtenamt entlassen haben! Ja es sind wenige; aber sie existieren!

Ich kenne auch Leute, die nicht verbeamtet sind. Mehr oder weniger freiwillig vielleicht in einem Fall (Übergewichtig), aber auch dort aktiv dagegen entschieden das anzugehen. Beides sind glückliche Lehrer, vielleicht sogar glücklicher, weil man auf der anderen Seite auch freier ist.

Verbeamtung ist kein Beruf, den man anstrebt!

---

#### **Beitrag von „schaff“ vom 22. Februar 2020 11:05**

DISCLAIMER: Ich bin weder Arzt noch sonstig gebildet in diesem Bereich, das was jetzt kommt ist nur meine Einschätzung!

Lieber Kreacher,

ich habe das Gefühl, dass du dir selbst was vormachst. Zwischen dem Ausgangspunkt, bei dem du schreibst wie schrecklich es dir geht und dass du diese Symptome schon seit Jahren hast und kein Arzt finden konnte etc. und deinen Rechtfertigungen, dass doch alles nicht so schlimm ist, liegen keine zwei Tage! Zwischen diesen zwei Tagen liegen aber auch ein Dutzend Antworten von Personen (Die dich freilich nicht kennen!), die dir raten eine Therapie anzufangen. Mich beschleicht das Gefühl, als wolltest du das nicht wahrhaben und versucht deswegen jetzt zurückzurudern!

Auch werde ich, bestärkt durch deine Antworten, das Gefühl nicht los, dass an oberster Stelle die Verbeamtung steht. Sollte das wirklich so sein, dann kann ich dir nur abraten die Laufbahn des Lehrers (oder irgendeinen anderen Job, bei dem vorrangig die Verbeamtung steht) fortzusetzen! DU WIRST VERMUTLICH AUF DAUER NICHT GLÜCKLICH!

Mein ernstgemeinter Ratschlag, lass dir Helfen! Wenn dich das am Ende die Verbeamtung kostet, dann ist das so! Das ist kein Weltuntergang. Du schreibst, dass du fast 30 bist. In diesem Alter sollte man das eigentlich wissen. Wenn dir der Job spaß macht, dann macht der

auch als Angestellter spaß!

Zu dem Fragebogen, die CDL gepostet hat: Wenn die Frage später wirklich auftaucht, lass sie bei zweifeln Frei. Der Arzt wird schon nachfragen und dann kannst du ihm erzählen, dass du Unsicher bist mit der Beantwortung der Frage. Aber ich kann dir nur raten die Wahrheit zu sagen. Solltest du das nämlich verheimlich, und so schätz ich dich ein, dann wirst du dein restliches Berufsleben ständig Angst haben, dass das irgendwann rauskommt. Du wirst ständig auf der Hut sein, dich nicht aus Versehen zu verplappern... und das wird vermutlich sehr an dir nagen!

---

### **Beitrag von „Firelilly“ vom 22. Februar 2020 13:39**

#### Zitat von schaff

wenn dich das am Ende die Verbeamtung kostet, dann ist das so! Das ist kein Weltuntergang. Du schreibst, dass du fast 30 bist. In diesem Alter sollte man das eigentlich wissen. Wenn dir der Job spaß macht, dann macht der auch als Angestellter spaß!

Die Verbeamtung war für mich einer der tragenden Gründe für den Lehrerberuf. Wenn ich einen Job möchte, der mir Spaß macht, dann würde ich sicher nicht so einen ungesunden, stressigen Job ohne Selbstverwirklichung wählen, sondern so etwas wie Modedesignerin oder in der Grundlagenforschung an Themen, die spannend und herausfordernd sind, arbeiten. Deshalb lege ich eben auch sehr viel Wert auf Arbeitsbedingungen und Bezahlung. Wenn die stimmen, dann kann man den Job durchaus machen. Leider sind die Bedingungen gerade in SLH sehr schlecht, wodurch die ganze Sache sehr grenzwertig wird.

Ich würde mir also an deiner Stelle sehr gut überlegen, ob ich das ohne Verbeamtung machen würde. Das Beamtentum inkl. Pension ist einer der wenigen Gründe, warum der Beruf finanziell nicht komplett abfällt gegenüber anderen akademischen Berufen. Allerdings erkauft man sich damit, dass der Dienstherr machen kann mit einem, was er will. (Und das macht er)

Mein persönlicher Rat: Ohne Verbeamtung würde ich mich umorientieren!

---

### **Beitrag von „Gruenfink“ vom 22. Februar 2020 14:22**

### Zitat von Firelilly

Die Verbeamtung war für mich einer der tragenden Gründe für den Lehrerberuf. Wenn ich einen Job möchte, der mir Spaß macht, dann würde ich sicher nicht so einen ungesunden, stressigen Job ohne Selbstverwirklichung wählen, sondern so etwas wie Modedesignerin oder in der Grundlagenforschung an Themen, die spannend und herausfordernd sind, arbeiten.

Echt jetzt?

Du bist tatsächlich nur deshalb Lehrerin geworden, weil man Beamter wird...?

---

### **Beitrag von „Caro07“ vom 22. Februar 2020 14:33**

Ich möchte jetzt einen ganz anderen Aspekt in die Sache reinbringen:

Natürlich können Ursachen von Angststörungen psychisch sein bzw. sich Angststörungen psychosomatisch äußern.

Doch inzwischen gibt es auch Forschungen, die immer mehr sich mit dem beschäftigen, dass bei Reizdarm und auch psychischen Gefühlszuständen die richtige Ernährung und die Stoffe - Vitamine, Mineralstoffe usw. - eine wichtige Rolle spielen. Wenn im Darm die Zusammensetzung der Darmbakterien nicht stimmt, dann kommen auch viele der guten Substanzen in der Nahrung im Körper nicht so an, wie sie ankommen sollen. (Über den Darm hat z.B. eine Medizinstudentin einen Bestseller geschrieben.)

Ein Freund von mir hatte vor Jahren heftige Depressionen. Da stellte sich heraus, dass ihm der Stoff Dopamin fehlte. Ich bekomme im November fast regelmäßig Winterdepressionen. In jüngeren Jahren bekam ich diese nur mit viel Anstrengung in Griff. Inzwischen hat sich bei mir herausgestellt, dass diese von der fehlenden Sonne und dem fehlenden Vitamin D kamen. Wenn ich dies zuführe, dann kann ich es so gut verhindern.

Du bist privatversichert. Suche dir einen Arzt oder Heilpraktiker (ich hoffe, da kommen jetzt nicht wieder diese Aufschreie), der in dieser Richtung arbeitet und einmal untersucht (geht durch Blutuntersuchungen), ob die Vitamin- und Mineralstoffversorgung okay ist. Es gibt nämlich Stoffe, die natürlich sind und die man therapeutisch zuführen kann wie z.B. Vitamin B, GABA usw. (Wenn es über die Ernährung nicht ausreicht). Das kann aber nur unter Aufsicht, wo geprüft wird, ob man daran wirklich einen Mangel hat. Diese Variante wäre evtl. noch eine Alternative, die du probieren könntest.

---

## Beitrag von „fossi74“ vom 22. Februar 2020 14:36

### Zitat von Gruenfink

Echt jetzt?

Du bist tatsächlich nur deshalb Lehrerin geworden, weil man Beamter wird...?

---

Nein. Wenn Du Firelillys Beiträge verfolgst, wirst Du schnell feststellen, dass sie Beamtin geworden ist, obwohl sie dafür Lehrerin sein muss.

---

## Beitrag von „Kreacher“ vom 22. Februar 2020 15:04

### Caro07

Was du sagst, ist nicht ganz abwegig. Bei einem großen Blutbild Ende Januar wurde ein Vitamin-D, sowie Vitamin-B12-Mangel festgestellt - dagegen nehme ich gerade Tabletten ein.

Zudem waren die Schilddrüsenwerte grenzwertig - leicht über der Grenze. Vor 4 Jahren, als ich diese andere psychosomatische Angstphase hatte waren sie sogar um mehr als 3 über dem Grenzwert (das kann ich auch via Blutbild nachweisen).

Deswegen habe ich nächste Woche einen Termin bei einem Nuklearmediziner. Im Internet liest man sehr viel, dass Ängste und sogar Depressionen dadurch vorherrschend sein können.

Meint ihr, ich könnte diese Dinge anführen, um letztlich doch eine organische Ursache für die Angstzustände anführen zu können und keine psychischen? Würde es Sinn machen, die Laborwerte bezüglich Schilddrüse und Vitamin-Mangel mal der psychosomatischen Ambulanz zukommen zu lassen, denn darüber hatten wir in dem einen Gespräch natürlich nicht geredet.

Überhaupt hatte ich den Eindruck, dass das Gespräch eher überhastet war. Ausgemacht waren 60 Minuten. Punkt 3 hätte es losgehen sollen, aber ich saß erst mal noch bis mindestens 10 nach herum, bis es dann losging. Und aufgehört hatte es dann schon wieder viertel vor 4.

Das wäre also gerade mal eine knappe halbe Stunde.

Mir geht es primär gar nicht um die Verbeamtung. Mir geht es darum, dass ich mittlerweile denke, ich habe einen Fehler gemacht, indem ich vorschnell zur psychosomatischen Ambulanz

gerannt bin, denn meine ursprünglichen Darmbeschwerden sind längst nicht mehr so akut wie noch zu Beginn des Jahres.

Zum Zeitpunkt als ich diesen Thread hier eröffnete waren sie auch schon längst nicht mehr so schlimm, aber dennoch noch präsent und mir macht es eben Sorge, dass dies immer noch anhält, auch obwohl ja angeblich keine körperliche Ursache vorliegt. Dabei wurde ja auch nur Ultraschall und Blutbild gemacht. Eine Darmspiegeleung zum Beispiel nicht.

Jetzt bekomme ich von denen irgendeine Diagnose aufgedrückt, die mir vieles versauen kann. Zwar bin ich momentan bereits privat versichert, was, wenn ich aber - wie ich es vorhatte - nach dem Studium gar nicht sofort mit dem Ref beginnen, sondern vielleicht erstmal noch eine Ausbildung machen möchte, damit ich eine Alternative zum Lehramt habe, falls dies letzten Endes doch nicht hinhaut? Dann müsste ich aus der privaten und zu Beginn eines Refs irgendwann wieder in eine private und müsste dort dann bei der erneuten Gesundheitsprüfung diese blöde Diagnose angeben.

Ich fühle mich jetzt, als hätte ich einen Makel bzw. eine schwarze Wolke über mir schweben. Ich hätte dieses blöde Gespräch nie führen sollen, sondern erstmal noch die Füße stillhalten und abwarten. Eine Therapie hätte ich dann immer noch nach Lust und Laune beginnen können.

Sie wollen dieses Gespräch aber nicht rückgängig machen und sind angeblich einer Dokumentationspflicht verpflichtet. Gäbe es Wege, dieses Blutbild und die Schilddrüsenwerte als Ursache der Ängste anzuführen? Meine Hausärztin hat auf den Überweisungsschein für den Nuklearmediziner geschrieben: unklare ängstliche Phasen.

Sie meint, das könnte durchaus mit einer nicht gut eingestellten Schilddrüse zusammenhängen. Aber wird die Ambulanz dadurch die psychische Diagnose zurücknehmen, wenn letzten Endes ersichtlich ist, dass die ängstlichen Phasen mit einer gut eingestellten Schilddrüse passé sind?

---

### **Beitrag von „Kathie“ vom 22. Februar 2020 15:26**

Meine Güte, hör doch auf, ständig über diese angebliche Diagnose nachzudenken und warte erstmal ab, was du schriftlich bekommst! Vielleicht ist es nur ein Gesprächsbericht. Ich kann mir kaum vorstellen, dass innerhalb eines dreiviertelstündigen Gesprächs mit einer Psychologin eine handfeste, unumstößliche Diagnose entsteht.

Und: Amtsärzte sind auch Menschen, mit denen man reden kann. Sollte da die Diagnose „Angststörung“ stehen, kannst du sie angeben und immer noch erklären, wie sie zustande kam! Wenn du bis dahin die Symptome durch eine richtig eingestellte Schilddrüse o.ä. losgeworden

bist, dann kannst du das auch berichten.

Aber ich teile den Eindruck vieler hier, dass du deine Ängste derzeit in extremem Ausmaß auf diese Diagnose konzentrierst, und dass es so wirkt als ob du womöglich tatsächlich ein Problem hast.

---

### **Beitrag von „schaff“ vom 22. Februar 2020 16:05**

Jetzt mal ernsthaft. Hör auf dich wegen dieser Diagnose (von der du nicht einmal weißt, was drinsteht) so einzukoten. Kein seriöser Psychologe wird dir Aufgrund eines einstündigen Gesprächs eine psychologische Krankheit diagnostizieren. Maximal wird es ein "Verdacht auf..." werden. Und wenn es wirklich ein Ernährungsproblem ist, ist es doch sowieso egal was drinsteht. Amtsärzte sind auch nur Menschen. Mit denen kann man reden.

Zu deinem privatversicherten "Problem". Es gibt sowas wie eine Anwartschaftsversicherung. Da wird dein aktueller Gesundheitszustand festgehalten und die Privatversicherung ruht für eine Zeit. Während dieser Zeit zahlst du Monatlich nur ein paar Euro, hast dann aber die Garantie anschließend wieder aufgenommen zu werden. Und zwar ohne erneute Gesundheitliche Prüfung.

---

### **Beitrag von „Kreacher“ vom 22. Februar 2020 16:18**

#### Zitat von schaff

Jetzt mal ernsthaft. Hör auf dich wegen dieser Diagnose (von der du nicht einmal weißt, was drinsteht) so einzukoten. Kein seriöser Psychologe wird dir Aufgrund eines einstündigen Gesprächs eine psychologische Krankheit diagnostizieren. Maximal wird es ein "Verdacht auf..." werden. Und wenn es wirklich ein Ernährungsproblem ist, ist es doch sowieso egal was drinsteht. Amtsärzte sind auch nur Menschen. Mit denen kann man reden.

Zu deinem privatversicherten "Problem". Es gibt sowas wie eine Anwartschaftsversicherung. Da wird dein aktueller Gesundheitszustand festgehalten und die Privatversicherung ruht für eine Zeit. Während dieser Zeit zahlst du Monatlich nur ein paar Euro, hast dann aber die Garantie anschließend wieder aufgenommen zu

werden. Und zwar ohne erneute Gesundheitliche Prüfung.

Danke dir - das habe ich auch gerade gelesen, das mit der Anwartschaftsversicherung.

Bezüglich Diagnose: habe gerade Kopien der Unterlagen gefunden, die ich denen ausfüllen musste und wo ich angeben musste, ob der Bericht nur an mich oder noch an Dritte gesendet werden soll, oder auch an gar niemanden - das gab es auch als Option.

Da steht darüber: "Einverständniserklärung zum Berichtversand" - "schriftlicher ärztlicher Bericht bezüglich des ambulanten Termins vom XX.XX.XX".

Ich nehme an, das wird also so ein Bericht werden, wie man ihn bekommt, wenn man in die Ambulanz bzw. Notaufnahme fährt, da stehen dann Untersuchungsergebnisse bzw. durchgeführte Untersuchungen drin.

Keine Ahnung, ob und wieviel so ein Arztbericht basierend auf einem knappen, halbstündigen Gespräch etwas taugt bezüglich Diagnostik. Aber ja, mehr als abwarten kann ich nicht.

Jedenfalls bin ich euch dankbar für eure Meinungen und Ratschläge bisher!!

PS: Weil es vorhin oben mal aufkam: nein, ich rudere nicht zurück bzw. versuche mich jetzt als cooler zu geben als ich bin - was hätte ich davon? Ihr seid ja nicht die Amtsärzte, die ich überzeugen müsste. Aber eventuell hat sich mein Ausgangsposting tatsächlich dramatischer gelesen, als es ist. Ja, ich gebe zu, ich mache mir oft viele Sorgen. Viele, die eventuell auch irrational und unbegründet sind. Und ja, ich kann mich gerne auch mal in eine Thematik total reinsteigern emotional. Aber im Grunde immer nur dann, wenn es Auslöser gibt dafür. Der Auslöser aktuell war eben das plötzlich veränderte Darm/Bauch-Verhalten, das partout nicht nachlassen wollte und ich mir langsam Sorgen machte, was das denn nun sein soll, da ich vor Beginn des Jahres nie Probleme mit der Verdauung hatte.

Wenn man dann noch liest und googlet, dann kann mich das schon sehr schnell verunsichern und in eine Angstphase stürzen.

Den allergrößten Teil leide ich aber nicht an unerklärlichen, körperlichen Beschwerden und den damit verbundenen, ausgelösten hypochondrischen Ängsten, sondern im Großen und Ganzen geht's mir schon gut.

Soll allerdings nicht heißen, dass nicht eventuell doch eine latente Angststörung oder so da ist, die immer mal wieder - aber nicht chronisch und ständig - zum Vorschein kommt.

---

**Beitrag von „Caro07“ vom 22. Februar 2020 17:22**

### Zitat von Kreacher

Dann steht es hier also somit schwarz auf weiß im Fragekatalog. Durch mein vorschnelles Eilen zur Ambulanz weil ich vorübergehend Verdauungsprobleme hatte und meine Sorge, dies könnte nun wieder psychosomatischer Natur sein, bin ich jetzt also ein vorbelastetes Blatt Papier und muss diese blöde Diagnose dort angeben...

Ich verstehe deine Sorge mit der Verbeamung. Das treibt nicht nur dich um. Das ist die Befürchtung von vielen, die noch nicht verbeamtet sind. Ob und wie sich das wirklich auswirkt - keine Ahnung, ich kenne niemanden in dieser Situation bzw. hat sich keiner goutet, falls er eine Psychotherapie gemacht hat. Allerdings habe ich Fälle mitbekommen, wo sich eine Psychotherapie bei Lebenszeitbeamten überhaupt nicht auf die Karriere ausgewirkt hat.

Du bist zur Ambulanz, weil du auf Ursachenforschung bist, da sich beim letzten Mal nichts ergeben hat. Das sehe ich überhaupt nicht als Therapie. Dasselbe machst du beim Nuklearmediziner oder noch bei einem anderen Arzt. Sehe alles einmal als klärende Maßnahmen zur Ursachenforschung. Du willst die Sache klären. Du bekommst jetzt eine Analyse bzw. eine Empfehlung (von der Ambulanz), da ist noch gar nichts passiert. Du hast keine Therapie angefangen. Versuche dich abzulenken mit Freizeitaktivitäten, damit sich die Gedanken nicht ständig im Kreis drehen und du den Kopf frei bekommst.

Zum Internet: Man sollte sich klar sein, dass im Internet in Bezug auf Krankheiten oft die schlimmsten Fälle stehen, die für einen selbst gar nicht zutreffen müssen. Lass dich davon nicht beeinflussen, sondern lass das einen Arzt vor Ort klären!

---

### **Beitrag von „Zauberwald“ vom 22. Februar 2020 17:26**

#### Zitat von fossi74

Nochmal (obwohl es, so fürchte ich, gar nicht zu Dir durchdringt): Das war keine Therapie, Du musst das nicht angeben. Aber mach Dich ruhig weiter verrückt.

CDL: Ob es eine gute Idee war, dem TE zu sagen, er würde mit einer Lüge ins Berufsleben starten, wenn er diese Erstberatung verschweigt? Ich zweifle.

Fossi, 😊😊, das wollte ich genauso schreiben!!!!

Kreacher, erzähl deinem Vater nicht alles. Er macht dich noch unnötig mehr verrückt. Du scheinst unter (Erfolgs-)druck zu stehen, löse dich bissel mehr von zu Hause.

---

## **Beitrag von „Karl-Dieter“ vom 23. Februar 2020 06:22**

### Zitat von Caro07

Heilpraktiker (ich hoffe, da kommen jetzt nicht wieder diese Aufschreie)

Doch, die kommen berechtigt, weil das nämlich Quacksalber sind.

---

## **Beitrag von „UrlaubVomUrlaub“ vom 23. Februar 2020 10:14**

### Zitat von Kreacher

Aber wer macht sich solche Sorgen nicht?

Gesunde Menschen.

Im Ernst, denkst du, deine Ängste werden besser im Laufe der Jahre? Die Katze beißt sich sowsas von in den Schwanz: ich habe Angst mit meinem Vater zu reden, Angst, nicht verbeamtet zu werden, Angst das Ref nicht zu schaffen, Angst, eine Diagnose zu kriegen, Angst, die Durchfälle könnten doch nicht psychosomatisch sein...

Mach eine Therapie und lass' sie von der Kasse bezahlen. Finde zur Ruhe und dann gibt's auch Lösungen für das, was danach kommt.

Das Hauptproblem ist übrigens nicht die Verbeamtung, sondern die private Versicherung. Wenn du in der bereits bist, frag dich einfach nach goldenen Löffeln in deinem Leben und ob du nicht endlich was wagen solltest.