

# Erschöpfungsdepression nach schwerer Erkrankung

**Beitrag von „Neuro66“ vom 14. Dezember 2024 00:09**

Liebe Forenmitglieder!

Ich erbitte Rat in einer brisanten und untragbaren Situation für mich. W 43 Jahre, Lehrkraft an einer Mittelschule

Nach einer schweren Coronainfektion 10/20 mit Lungen-, Leber- und Bauchspeicheldrüseninfektion mit Krankenhausaufenthalt ging ich bereits nach 5 Wochen wieder Vollzeit arbeiten, da ich an eine neue Schule versetzt worden war. Zuvor erlag mein Vater Krebs mit 59 und meine Mutter lag im Koma und ich bin Alleleinfinanzierer eines alten Hauses mit diversen Bauprojekten. 2 Monate später wurde Rheuma diagnostiziert und ich bekam über Kortison, diverse Schmerzmittel bis Biologika Immunsupressiva bald alles verabreicht. Mein Zustand verschlechterte sich und ich bekam von den Immunsupressiva noch chronische Blasenentzündungen und massive Infekte. Zudem entwickelte ich gegen sämtliche Biologika Antikörper und konnte mich kaum mehr bewegen. Zuvor ging ich immer 7 stündige Bergtouren, 3km schwimmen ...und bei diesen Schüben war ich nunmehr körperlich mehr eingeschränkt als meine 90-jährige Großmutter. Es kam zudem zu Beschwerden wegen meiner Fehlzeiten . 6 Wochen im Jahr..Daraufhin nahm ich immer mehr Schmerzmittel und zum Rheuma kam noch eine interzystische Blasenentzündung, Ausfall des Gleichgewichtsnervs. Kur wurde zunächst abgelehnt mit der Begründung zu wenig Fehlzeiten und es könne nicht so dringlich sein. Innerhalb eines Jahres verschlechterte sich mein Zustand so sehr, dass ich Hydromorphin, Tramal Opiate, Canabioide, Neuroleptika, Antidepressiva auf Rezept verordnet bekam und damit noch nicht schmerzfrei war und noch arbeiten gegangen bin..2 Rheumakuren musste ich abbrechen, da ich gehunfähig wurde und Schmerzmittel nichts mehr geholfen haben. Zudem erkrankte meine Mutter an Krebs, in der Schule bekam ich weiterhin Druck, endlich meinen Zustand unter Kontrolle zu bringen und im Krankenstand wurden meist Vorbereitungen erwartet und von der Leitung danach gefragt. Kollegen rieten mir zur Kündigung, damit ich das System nicht so belaste...mit den Eltern und Kindern gab es nie Probleme.

Die Ärzte wussten im Sommer 24 nach Kurabbruch und Medikamentenversagen auch nicht mehr weiter. In meiner Not beschäftigte ich mich mit Neurowissenschaften, Pflanzenmedizin und durchforstete das Netz nach Menschen, die sich von schweren Erkrankungen geheilt hatten.

Ich bin mittlerweile seit 5 Monaten frei von Medikamenten [Kostenersparnis 2500 Euro im Monat für die Krankenkasse].

Nun bekam ich heuer als ungeprüfter DAZ Stunden und soll in einer Einheit bis zu 6 verschiedene Vorbereitungen schreiben und 5 Kinder unterschiedlich zeitgleich unterrichten, darunter 2 Analphabeten. Ich kann mental einfach nicht mehr und Hilfe wurde mir von der Leitung verwehrt. Nachdem ich 6 andere Fächer auch noch unterrichte.. Mein Zustand verschlechtert sich wieder und ich habe vom Druck eine psychogene Disphonie- Heiserkeit..

Ich möchte meine Kraft wiedergewinnen und eine längere Krankschreibung inkl. Versetzung. Einige Kollegen beschwerten sich die letzten Jahre über meine Freizeitaktivitäten in den Ferien. Bergsport in Phasen, wo die Medis noch angeschlagen hatten..

Ich wünsche niemanden diese Hölle, die ich durchlebt hatte und mich mehr tod als lebendig unter harten Schmerzmitteln zur Arbeit gezwungen hatte. Von Psychotherapie bis zur Hypnose hatte ich alles durch. Neben dem Vollzeitjob war und ist es mir nicht möglich unter Druck von einer schweren Erkrankung zu genesen. Ich wohne alleine und wollte zudem nicht monatelang im Haus durch Krankenstand eingeschlossen werden. Zudem wohnen einige Kollegen in meinem Ort. Ich will nur noch weg, aber ich möchte nicht ohne Absicherung kündigen. Man hat mich bis zum Letzten aufgebraucht und ich will meinen Anspruch geltend machen, Krankenstand wegen Burnout mit psychosomatischer Störung der Stimme. Bitte um Hilfe, ich bin verzweifelt. Als Beweis habe ich einen Ordner voller Arztberichte und zig Krankenhausaufenthalte. Optisch lasse ich es mir nicht anerkennen noch identifiziere ich mich mit der Krankheit.

Lg ein

sehr willensstarker Idealist

SOS..um wieder Kurs ins Leben zu gewinnen

---

### **Beitrag von „Quittengelee“ vom 14. Dezember 2024 07:00**

Hallo und willkommen,

ich bin verwirrt, du schreibst von deinen schweren Erkrankungen und dass kein Medikament Linderung verschafft und dann plötzlich:

#### Zitat von Neuro66

Ich bin mittlerweile seit 5 Monaten frei von Medikamenten

Das ist ganz wunderbar aber doch auch verwunderlich so ohne Zusammenhang.

Und dann bin ich mir nicht sicher, was deine Frage ist, du willst dich versetzen lassen? Oder noch eine Reha machen?

---

### **Beitrag von „Neuro66“ vom 14. Dezember 2024 17:08**

Ich kam aufgrund meiner Recherche auf pflanzliche Tinkturen laut Antony Wilhelm. Bestelle mir ca 10 verschiedene Tinkturen aus Amerika und nehme Aminosäuren. Zusätzlich hatte ich mich mit Neurowissenschaften beschäftigt und wie Schwerkranke sich durch Umprogrammieren ihres Geistes sich von Krankheiten geheilt hatten. Die Alternative wären weitere Immunsuppriva gewesen mit Opiaten und Co gegen die Schmerzen und zig Nebenwirkungen. Die Kur musste ich zweimal abbrechen, da es den Zustand verschlimmert hatte. Ich WOLLTE selbst eine Lösung finden, da andere keine gefunden hatten.

---

### **Beitrag von „Neuro66“ vom 14. Dezember 2024 17:16**

Die Frage lautet, kann mir dieser Zustand zugemutet werden mich unter diesen dortigen Bedingungen weiter verheizen zu lassen? Kündigung ohne Absicherung anderer zu Liebe ist für mich keine Option. Nicht mal im Krankenstand hatte ich Ruhe und es wurden komplett Unterrichtsmaterialien erwartet. Ich gedenke dort nicht mehr weiter arbeiten zu wollen.

Psychotherapie, Logopädie könnten mir aus der belastenden Situation raushelfen, um eine psychogene Stimmstörung zu heilen und ich habe bereits Termine vereinbart. Laut Arzt sollte ich Stress vermeiden, in diesem Umfeld unmöglich..

---

### **Beitrag von „WillG“ vom 14. Dezember 2024 17:18**

Bist du verbeamtet oder angestellt?

Wenn du Beamter bist, würde ich selbstverständlich keine Entlassung aus dem Dienstverhältnis beantragen oder auch nur andenken, Vor allem, wenn du gesundheitlich so belastet bist, ist die Absicherung durch das Beamtenverhältnis (und die private Krankenversicherung) vielleicht die wichtigste formale Grundlage.

Ich frage mich dann aber auch, warum du dich so krank und trotz der Behandlung an der Schule, so wie du sie wahrgenommen hast, weiterhin zur Arbeit gegangen bist, v.a. nachdem dir eine Kur versagt worden war. Ja, die befürchtete Isolation und das Urteil der Kollegen in deinem Ort, aber wenn der Leidensdruck so groß ist? Ich verstehe auch nicht ganz, wie es zu Kurabbrüchen gekommen ist, obwohl dir die Kur versagt wurde?

Egal, lass dich krankschreiben, geh auf Kur (wenn diese doch helfen kann?) und dann versuche über eine BEM Maßnahme eine Versetzung zu erreichen, wenn du wieder dienstfähig bist.

Außerdem kann dich keiner zwingen, im Krankenstand Materialien bereit zu stellen oder auch nur mit der Schule, Schulleitung oder Kollegen zu kommunizieren. Hol dir auch Unterstützung beim PR, ggf. an der übergeordneten Stelle (Mittelschule klingt nach Bayern, dann wäre das der Hauptpersonalrat), wenn du das Gefühl hast, dass der öPR hier voreingenommen ist. Auch die Schwerbehindertenvertretung kann hier helfen.

---

### **Beitrag von „Quittengelee“ vom 14. Dezember 2024 17:22**

Kannst du nicht den Geist gleich so programmieren, dass du auch noch DaZ-Stunden und Heiserkeit meisterst? Ist ja im Vergleich zu den vorigen Problemen nur noch ein Klacks.

---

### **Beitrag von „Milk&Sugar“ vom 14. Dezember 2024 17:23**

#### Zitat von Neuro66

Ich möchte meine Kraft wiedergewinnen und eine längere Krankschreibung inkl. Versetzung.

Mein Beileid zu allem, was du durchmachen musstest. Es freut mich, dass es dir wieder besser geht.

Ein paar kleine Rückfragen.

Du schreibst, du hättest gerne eine längere Krankmeldung. Was hältt deinen Arzt davon ab? Mit der Vorgesichte sollte das doch gehen.

Und wenn du jetzt wieder relativ schmerzfrei bist, könntest du dann wieder auf Kur?

Zur Versetzung, da wäre dein Status und dein Bundesland wahrscheinlich wichtig.

Warum glaubst du, dass es nach einer Versetzung besser werden würde? Viele deiner Beschwerden klingen jetzt nicht so, als ob die Schule der Auslöser wäre (oder hab ich was überlesen)?

Wie weit wärst du bereit weg zu gehen? Also käme auch so etwas wie Kündigung und Neueinstellungen in einem anderen Bundesland in Frage?

(Als Angestellter wahrscheinlich leichter, als als Beamte).

---

### **Beitrag von „Herr\_Frodo“ vom 14. Dezember 2024 17:32**

#### Zitat von Neuro66

Ich kam aufgrund meiner Recherche auf pflanzliche Tinkturen laut Antony Wilhelm. Bestelle mir ca 10 verschiedene Tinkturen aus Amerika und nehme Aminosäuren. Zusätzlich hatte ich mich mit Neurowissenschaften beschäftigt und wie Schwerkrankheit sich durch Umprogrammieren ihres Geistes von Krankheiten geheilt hatten. Die Alternative wären weitere Immunsuppriva gewesen mit Opiaten und Co gegen die Schmerzen und zig Nebenwirkungen. Die Kur musste ich zweimal abbrechen, da es den Zustand verschlimmert hatte. Ich WOLLTE selbst eine Lösung finden, da andere keine gefunden hatten.

Gib uns doch bitte den Link zu dem Shop mit den Zaubertinkturen.

Mir fallen da so manche ein, deren Geist ich gerne umprogrammieren würde 😊

Natürlich auch gerne als Affiliate-PN

---

### **Beitrag von „Neuro66“ vom 14. Dezember 2024 17:36**

Danke für die Antwort. Ich bin in Österreich angestellt und Kündigung bedeutet im Bundesland Berufsverbot. Nun ja, mir wurde subtil und direkt immer Druck gemacht und als ein ehrgeiziger

Mensch, bin ich auf den Zug von Schuldgefühlen und ich muss es schaffen aufgesprungen. Zudem wollte ich bei Besserung nicht dauerhaft im Haus isoliert eingesperrt werden, damit ich mich bewegen kann. Wie erholt man sich mental, wenn man dauerhaft alleine eingesperrt wird ohne soziale Kontakte?

Zudem verkaufe ich weder mein Haus noch setze ich meine Existenz aufs Spiel. Da würde ich eher den Job wechseln.

Gegenfrage, Warum werden Leute bei Burnout oder Depressionen krankgeschrieben und starten danach genesen ein Neustart in einem anderen Umfeld?

Soll man weiterarbeiten bis man kollabiert. Härtere Medikamente als die ich bekommen hatte, würde ich ja kaum bekommen noch wollen. Ich finde das System krank.

---

### **Beitrag von „Neuro66“ vom 14. Dezember 2024 17:40**

Dr. Joe Dispenzor beschäftigt sich mit Neurowissenschaften über die Wirkung von Meditationen.. wie von Zauberhand.. das bedeutet konsequente Arbeit an sich selbst .. zudem sind Psychoneuroimmunologie und Neurowissenschaften fundierte Felder der Wissenschaft.. es wird sich nur selten jemand damit beschäftigen wollen um ergo damit Verantwortung für sich übernehmen wollen und diese nicht anderen zuzuschieben..

---

### **Beitrag von „Neuro66“ vom 14. Dezember 2024 17:49**

Neurowissenschaften ist ein Studium und pflanzliche Heilkunde kein Zauberwerk. Meine Fragestellung hat sich erübrigkt, da ich mich auf diese Ebene nicht begeben werde. Ferner wenn ich bisher diesen Weg geschafft habe, wird mir der Rest auch gelingen. Interessant dabei ist nur, wie wenig reflektiert manche sind. Es gibt großartige Menschen. Blinde Kletterer oder Bergsteiger, solche Menschen lassen sich beflügeln und denken nicht in Begrenzungen. Dem kann ich mich nur anschließen.. nicht vergessen, eine Erkrankung bzw Unfall kann jeden treffen.. nur steht nicht jeder wieder alleine auf, wenn er am Boden liegt. □□

---

### **Beitrag von „Quittengelee“ vom 14. Dezember 2024 18:01**

Meditieren ist total super, wenn ich auch keine 23 Euro pro Meditation bezahlen würde.

Das hingegen...

"

## Erfahre in der Aufzeichnung des über 2-stündigen Vortrags

- wieso du die **Qualität und den Fortschritt in deinen Meditationen nie negativ bewerten** solltest
- wie regelmäßige Meditation **die Wahrscheinlichkeit für eine Sars-Cov-2 Infektion in den Studien deutlich reduzierte**
- wie **Viren bei Meditierenden weniger leicht in die Zellen eindringen** konnten
- **welches neue Protein Dr Joe's Forscherteam nachweisen konnten** und welchen positiven Einfluss dieses Protein auf den Heilungsverlauf hat
- wie sich bei Neueinsteigern bei regelmäßiger Meditation bereits nach kurzer Zeit **die Veränderungen im Gehirn und im Körper dem Zustand eines erfahrenen Meditierenden annähern**
- wie **Hemal Patel zuerst Schwierigkeiten hatte, eine Kontrollgruppe für seine Forschungen zu finden**, weil die Teilnehmer dafür ihre Meditation für 7 Tage hätten aufgeben müssen und nicht bereit waren dies zu tun 😊
- wieso es so wichtig ist, dass du verstehst **was du bei der Meditation tust und warum**
- wie eine kleine **Gruppe von Advanced Studenten Krebszellen in einem Inkubator physisch veränderten**
- wie **Jim seine inspirierende und Mut machende Heilungsgeschichte bei Dr Joe und seinem Forscherteam auf der Bühne erzählt**; Menschen wie Jim "wählen die Liebe zum Leben statt der Angst vor dem Tod" - Dr Joe"

...ist nahe am Betrug.

---

### Beitrag von „Milk&Sugar“ vom 14. Dezember 2024 18:13

#### Zitat von Neuro66

Dr. Joe Dispenzor beschäftigt sich mit Neurowissenschaften über die Wirkung von Meditationen.. wie von Zauberhand.. das bedeutet konsequente Arbeit an sich selbst ..

zudem sind Psychoneuroimmunologie und Neurowissenschaften fundierte Felder der Wissenschaft.. es wird sich nur selten jemand damit beschäftigen wollen um ergo damit Verantwortung für sich übernehmen wollen und diese nicht anderen zuzuschieben..

Auch wenn es dir geholfen hat, finde ich es sehr schwierig zu Glauben, dass es daran lag.

<https://www.srf.ch/wissen/gesundheit/er-geldmacherei>

---

### **Beitrag von „Milk&Sugar“ vom 14. Dezember 2024 18:15**

#### Zitat von Neuro66

Gegenfrage, Warum werden Leute bei Burnout oder Depressionen krankgeschrieben und starten danach genesen ein Neustart in einem anderen Umfeld?

Soll man weiterarbeiten bis man kollabiert. Härtere Medikamente als die ich bekommen hatte, würde ich ja kaum bekommen noch wollen. Ich finde das System krank.

Du gibst dir die Antwort doch schon selbst.

Leute mit Krankheit werden krank geschrieben und können nach der Genesung wieder neu starten.

Warum geht dieser Weg für dich nicht? Warum kannst du dich nicht krank schreiben und gesund werden?

---

### **Beitrag von „Moebius“ vom 14. Dezember 2024 18:22**

Ich fände es sinnvoll, mindestens die "Namen" aus den obigen Beiträgen zu löschen, da ich den kompletten Auftritt hier doch sehr dubios finde, auch die Texte wirken für mich merkwürdig formuliert. Ich habe irgendwie das Gefühl, dass der ganze Sachverhalt erfunden und die Texte KI-generiert sind um dubiose Heilsversprechen zu vermarkten.

---

## **Beitrag von „pepe“ vom 14. Dezember 2024 18:29**

Alles sehr suspekt... Ich wäre für löschen. Außerdem ist es im Bereich "[Forum intern](#)" völlig deplatziert.

---

## **Beitrag von „Zauberwald“ vom 14. Dezember 2024 18:34**

Hast du denn nach all dem keine Wiedereingliederung gemacht? Ich habe nur 5 Wochen vor den Sommerferien wegen Burnout gefehlt, war in den Ferien 4 Wochen in einer Reha und habe dann von September bis ca Februar ( weiß nicht mehr genau, ist 12 Jahre her) eine Wiedereingliederung gemacht (mit vollen Bezügen). Ich habe mit 10 Wochenstunden gestartet. Alles andere hätte ich nicht geschafft. Ich wurde in der Schule seeehr aufgefangen von Schulleitung und Kollegen. Schade, dass du anderes erleben musst.

---

## **Beitrag von „Zauberwald“ vom 14. Dezember 2024 18:36**

### Zitat von pepe

Alles sehr suspekt... Ich wäre für löschen. Außerdem ist es im Bereich "[Forum intern](#)" völlig deplatziert.

Echt jetzt? Ich habe es geglaubt 

---

## **Beitrag von „pepe“ vom 14. Dezember 2024 18:39**

### Zitat von Zauberwald

Echt jetzt? Ich habe es geglaubt

Googel mal "Dr. Joe Dispenzor"...

---

### **Beitrag von „Neuro66“ vom 14. Dezember 2024 18:42**

zuerst werde ich nach Quellen gefragt, dann soll es unseriös wirken. Ich werde meine Frage löschen. Aber ich möchte mich trotzdem für manche Inputs bedanken.

Habe es nicht nötig, solche Stories zu erfinden, da es ja keine Reputation oder Geld bringt. Warum sich jemand nicht krankschreiben lässt, wie gesagt, die Schuldgefühle, der Druck.

Es gilt wohl dieses Muster zu durchbrechen.

Meine Fragestellung galt ohnehin nicht meinem medizinischen Weg, weshalb ich im Thread zunächst bewusst nichts davon erwähnt hatte, sondern nur eine Frage beantwortet hatte.

Der Fragesteller benötigt zum Glück keine KI. Es soll tatsächlich noch Menschen geben, die sich mit Quantenphysik, Neurowissenschaften und Psychoneuroimmunologie beschäftigen und dies ohne Einsatz einer KI. □□.

Diese Art der Antworten auf anonymen Feld bwstärken mich, zukünftig weiterhin wenig über meine Gedanken preiszugeben, da alles was komplex oder surreal erscheinen möge, als Kritik angeprangert wird. Moderne Inquisition. Schöne Feiertage den wohlwollenden Ratgebern.

---

---

### **Beitrag von „Moebius“ vom 14. Dezember 2024 18:45**

Ich beschäftige mich (beruflich) mit Quantenphysik, du beschäftigst dich mit Fokus-Pokus.

---

---

### **Beitrag von „Moebius“ vom 14. Dezember 2024 18:49**

Ist allerdings kein spezielles Phänomen hier, ganz allgemein in Film und Literatur ist es ein beliebter Taschenspielertrick einfach den Begriff "Quanten-" voran zu stellen, um irgendwie den Eindruck zu erwecken, irgendetwas sei hochwissenschaftlich und irgendwie futuristisch ohne das man genauer erklären könne wie und warum es funktioniert.

"Laden sie die Quanten-Torpedos Nummer 1, ich gehe so lange in die Kantine und esse einen Quanten-Jogurt."

---

### **Beitrag von „Neuro66“ vom 14. Dezember 2024 18:53**

Nein, ich hatte keine Wiedereingliederung, sondern 24 Stunden pro Woche unterrichtet mit Supplieren eher 28. Leider wurde ich weder nach meinem Befinden befragt oder Interesse daran geäußert. Dies erklärt meine Entäuschung..

Das war ja der Grund, warum ich um Feedback hier gefragt hatte. Ein Jahr mit Hydromorphin, Tramal, Canabioiden, zig Arztterminen in meinen Freistunden dazwischen und in den Ferien mit einigen Krankenhausaufenthalten hat gereicht...In diesem Zustand zu arbeiten empfehle ich niemanden. Jetzt brauche ich zwar keine Schmerzmittel mehr, aber mental bin ich nach diesem Jahr stark angeschlagen.

Man kann meinen Beitrag gerne löschen lassen.

---

### **Beitrag von „Neuro66“ vom 14. Dezember 2024 19:02**

die Geschichte der Zeit von Hawking etc ist dann eben Hokus pokus.. egal...

Dies war nie der Kernpunkt meines Themas.

Es ging primär um eine Krankschreibung wegen Burnout, nicht mehr, nicht weniger. Plausibel ist auch, dass es gerade Leute erwischt, die eben sehr motiviert sind und gern über ihre Grenzen gehen. Diese Sorte Mensch beschäftigt sich vl auch gern in mit komplexen Dingen, was mit meiner Frage aber nichts zu tun hatte.

---

### **Beitrag von „Moebius“ vom 14. Dezember 2024 19:13**

Sich mit komplexen Dingen zu beschäftigen bedeutet noch lange nicht, dass man sie auch versteht. Tut mir leid, aber es ärgert mich, wenn man mein Fachgebiet missbraucht um Scharlatanerie zu betreiben.

Dir mag irgendetwas geholfen haben oder auch nicht, Gesundheit hat gerade bei chronischen Erkrankungen sehr viel mit Psychologie zu tun. Im Normalfall würde ich nichts dazu sagen, aber bei dir kommt ja bei bestimmten Stichworten direkt der Sekten-Duktus und das damit

verbundene Sendungsbewusstsein durch, das werde ich hier nicht unwidersprochen stehen lassen.

---

### **Beitrag von „Neuro66“ vom 14. Dezember 2024 19:29**

Es war nie Teil meiner Frage. Ich wurde kritisiert und dann muss man mit Feedback rechnen. Dr. Christian Schubert Uni Innsbruck Psychoneuroimmunologie ist also sektenartig. Namen muss ich nennen, denn das sind Studienrichtungen an Unis...Ich habe nur selber meinen Fokus neu ausgerichtet. Daneben war mein Vater an Speiseröhrenkrebs mit 59! verstorben, meine Mutter lag im Koma, hat jetzt Krebs, Alleinfinanzierer eines alten Hauses mit Bauprojekten, bei denen ich immer selber mitgearbeitet hatte (maueren, Dach decken, Baugerüst aufbauen..) Deswegen bin ich da gelandet, Hilfe gab es keine und ich wollte meine Existenz nicht verlieren und ich hatte nur den Fehler gemacht, so exzessiv über meine Grenzen zu gehen, damit ich allem und jedem gerecht werden konnte.

Was dieser Weg mich gelehrt hatte, war Stärke. Ich wollte nur wissen, wie andere damit gehandelt haben. Mehr nicht.

---

### **Beitrag von „WillG“ vom 14. Dezember 2024 20:19**

#### Zitat von Moebius

"Laden sie die Quanten-Torpedos Nummer 1, ich gehe so lange in die Kantine und esse einen Quanten-Jogurt."

Ich glaube, hier hat sich auch jemand "ein Quantum Trost" erhofft.

Ich persönlich fand die Anfrage ein wenig rätselhaft, weil zum Teil Sachverhalte angedeutet wurden, die sich dann doch wieder widersprochen haben. Also irgendwie zwei Faktenzustände enthalten haben, quasi Schrödingers Forumseintrag.

Andererseits kann so eine Quantenkur natürlich über alle Heilvorgänge beschritten werden, nur die Heilungswahrscheinlichkeiten sind ähnlich, quasi so eine "sum over history" Ansatz zur Heilung.

---

## **Beitrag von „kodi“ vom 14. Dezember 2024 20:19**

Wieso gehst du nicht die vorgesehenen Wege in deinem Bundesland?

Bei uns wäre das nach langer Krankschreibung eine Wiedereingliederung. Entweder ist diese erfolgreich, dann bist du danach wieder voll dienstfähig und kannst auch überall eingesetzt werden.

Oder sie ist nicht erfolgreich, dann erfolgt eine amtsärztliche Überprüfung, die ggf. eine Teildienstfähigkeit oder im schlimmsten Fall eine Dienstunfähigkeit feststellt. Bei letzterer erfolgte natürlich die zur Ruhe Setzung.

Während der Wiedereingliederung kann sowohl der zeitliche als auch der tätigkeitsbezogene Einsatzrahmen festgelegt/eingeschränkt werden. Aber halt auch nur während dieser Phase.

---

## **Beitrag von „Herr\_Frodo“ vom 14. Dezember 2024 20:32**

### Zitat von Neuro66

Der Fragesteller benötigt zum Glück keine KI. Es soll tatsächlich noch Menschen geben, die sich mit Quantenphysik, Neurowissenschaften und Psychoneuroimmunologie beschäftigen und dies ohne Einsatz einer KI. □□.

Diese Art der Antworten auf anonymen Feld bwstärken mich, **zukünftig weiterhin wenig über meine Gedanken preiszugeben**, da alles was komplex oder surreal erscheinen möge, als Kritik angeprangert wird. Moderne Inquisition. Schöne Feiertage den wohlwollenden Ratgebern.

KI hätte aber schönere Absätze gemacht und die Lesbarkeit gesteigert.

Das von mir **fett** hervorgehobene ist ein super Ansatz, ich würde sie gar nicht mehr preis geben. Außer der Doc möchte es bei der Anamnese sehr genau. Ich würde dann alles aus den Quantenphysik, den Neurowissenschaften und der Psychoneuroimmunologie als Anhang angeben.

Aber vielleicht beschäftigst Du dich auch mal mit Semantik, Phonetik und Lexik. Es heisst nämlich Inquisition.

Alle fetten Vorhebungen sind von mir.

Darf man eigentlich noch "**fette**" Hervorhebung sagen oder fühlt sich dann *kursiv* irgendwie diskriminiert?

btw: Inquisition diente eigentlich der Bekämpfung der Häresie. Das fand ich hier nirgends.

---

### **Beitrag von „Moebius“ vom 14. Dezember 2024 20:38**

#### Zitat von WillG

Ich persönlich fand die Anfrage ein wenig rätselhaft, weil zum Teil Sachverhalte angedeutet wurden, die sich dann doch wieder widersprochen haben. Also irgendwie zwei Faktenzustände enthalten haben, quasi Schrödingers Forumseintrag.

Wie bei Schrödinger ist der Superpositionszustand ja auch bei Wechselwirkung kollabiert.

---

### **Beitrag von „WillG“ vom 14. Dezember 2024 20:41**

Mit anderen Worten: "The cat is dead."

Ist halt immer alles relativ.

[Ich habe meinen Hawking auch gelesen... und auch nicht verstanden  ]

---

### **Beitrag von „Moebius“ vom 14. Dezember 2024 20:48**

Wobei es nicht ja auch da immer etwas ärgert, dass Schrödinger da popkulturell meist falsch rezipiert wird, denn die Katze ist ja eben nicht gleichzeitig tot oder lebendig, sondern lediglich als Beispiel gemeint gewesen, um die völlig absurd Folgen zu verdeutlichen, wenn man die Physik eines quantenmechanischen Systems in die Makrowelt überträgt.

---

### **Beitrag von „WillG“ vom 14. Dezember 2024 20:51**

Ich kann das sogar verstehen. Ich empfinde es auch immer als irritierend, wenn es Fachinhalte in Popkultur so verfremdet und heruntergedummt werden, dass sie grundsätzlich falsch sind, aber durch Verwendung von Fachterminologie für Fachwissenschaft verkauft werden.

Als Physiker muss es eine Qual sein, Star Trek zu schauen, wenn in jeder zweiten Folge die Ursache für das Problem eine "Verzerrung im Subraum" ist, die durch "Inversion der Polarität im Tachyonenstrahl" behoben werden, kann.

Oder die Viel-Welten-Theorie, die ja in der Fantasy-Literatur jeden Damm gebrochen hat.

---

### **Beitrag von „Quittengelee“ vom 14. Dezember 2024 21:12**

Was spricht denn nun gegen Krankschreibung, @Neuro66 ?

---

### **Beitrag von „kleiner gruener frosch“ vom 14. Dezember 2024 21:13**

Engineering here ....

<https://www.youtube.com/watch?v=KnIZFIHI3-I>

cause this is another day on the enterprise.

---

### **Beitrag von „Magellan“ vom 14. Dezember 2024 21:14**

Mich ärgert dann auch immer falsche Rechtschreibung: Es heißt "tot" und nicht "tod".

Hawking muss ich noch lesen.

---

### **Beitrag von „Emerald“ vom 16. Dezember 2024 13:15**

Es tut mir Leid, dass du so viele Schicksalsschläge und schwere Krankheiten erleiden musstest.

#### Zitat von Neuro66

Ich wünsche niemanden diese Hölle, die ich durchlebt hatte und mich mehr tod als lebendig unter harten Schmerzmitteln zur Arbeit gezwungen hatte.

Dein Beispiel zeigt, dass sich die Aufopferung für den Job leider nicht auszahlt und es einem niemand dankt, wenn man sich krank zum Dienst schleppt.

Du solltest jetzt mit deinem/r Hausarzt/Hausärztin daran arbeiten, wieder gesund zu werden. Und du solltest den Personalrat kontaktieren. Sobald du wieder gesund bist, kannst du eventuell eine Wiedereingliederung an einer neuen Schule machen. Das musst du jedoch bei der Bezirksregierung beantragen.

#### Zitat von Neuro66

Zudem wollte ich bei Besserung nicht dauerhaft im Haus isoliert eingesperrt werden, damit ich mich bewegen kann. Wie erholt man sich mental, wenn man dauerhaft alleine eingesperrt wird ohne soziale Kontakte?

Eine Krankschreibung bedeutet nicht, dass du in deinem Haus isoliert wirst und keine sozialen Kontakte pflegen darfst. Du kannst Freunde treffen, deinen Hobbies nachgehen, Sport treiben, sogar in den Urlaub fahren, wenn es deiner Heilung dient. (Letzteres muss mit dem behandelnden Arzt abgesprochen werden.)

---

### **Beitrag von „Frechdachs“ vom 16. Dezember 2024 21:06**

#### Zitat von Neuro66

Danke für die Antwort. Ich bin in Österreich angestellt und Kündigung bedeutet im Bundesland Berufsverbot. Nun ja, mir wurde subtil und direkt immer Druck gemacht und als ein ehrgeiziger Mensch, bin ich auf den Zug von Schuldgefühlen und ich muss es schaffen aufgesprungen. Zudem wollte ich bei Besserung nicht dauerhaft im Haus isoliert eingesperrt werden, damit ich mich bewegen kann. Wie erholt man sich mental, wenn man dauerhaft alleine eingesperrt wird ohne soziale Kontakte?

Zudem verkaufe ich weder mein Haus noch setze ich meine Existenz aufs Spiel. Da würde ich eher den Job wechseln.

Gegenfrage, Warum werden Leute bei Burnout oder Depressionen krankgeschrieben und starten danach genesen ein Neustart in einem anderen Umfeld?

Soll man weiterarbeiten bis man kollabiert. Härtere Medikamente als die ich bekommen hatte, würde ich ja kaum bekommen noch wollen. Ich finde das System krank.

Hi, da du in Österreich bist, kann ich dich ein bisschen beruhigen.

Du kannst dich gegen Entfall deiner Bezüge freistellen lassen oder du startest ein Wiedereingliederungsverfahren.

In welchem Bundesland bist du? Bist du in der Gewerkschaft?

---

### **Beitrag von „Neuro66“ vom 18. Dezember 2024 20:22**

ich mag zwar meine Schmerzen damit unter Kontrolle zu haben. Gesund nenne ich es nicht mit Schlafstörungen, Ängsten zu leben und ohne Grund bekommt niemand eine psychogene Stimmstörung. Der Körper funktionierte jahrelang emotionslos wie eine Maschine uns dann streikt er eben. Es ist mein Recht

---

### **Beitrag von „Neuro66“ vom 18. Dezember 2024 20:51**

Schon erstaunlich, welche Wogen eine simple Frage zur Krankschreibung auslöst[]Ich hatte Quantenphysik nie im direkten Kontext mit meinem Gesundheitszustand gesetzt, sondern Orthomolekularmedizin und Psychoneuroimmunologie[]

Ferner hatte ich 1 Monat Kankengeld in 20 Jahren Arbeitsleben. Ich bin einfach krank arbeiten gegangen, was wahrscheinlich am Druck gelegen hatte, den man auf mich ausgeübt hatte...!

Eine Wiedereingliederung brauche ich zum jetzigen Zeitpunkt nicht, da ich jetzt die erforderlichen Termine (Fachärzte, Therapien, Psychologe) für eine wohl sehr berechtigte Krankschreibung vereinbart habe.

Des Weiteren kann man gerne wieder Kritik an meinem Post kundtun oder Semantikfehler bzw. Tippfehler suchen. Dies sagt weit mehr über den Verfasser und sein Empathievermögen aus, als über mich.□

Ich halte es übrigens aus, Kritik face to face entgegenzunehmen und brauche meinen Frust nicht in Foren zum Besten zu geben. Bin weder ein Sklave vom Schuldienst, ich bin sogar so frei, mich nach Genesung nochmals weiterzubilden. Es steht mir jedoch eine Krankschreibung zu- nach dieser langen und schweren Krankheitsgeschichte mit zig Krankenhausaufenthalten. Wir haben ein Sozialsystem und ich gedenke nicht zu kündigen, um Kollegen zu entlasten□. Schlagwort: Rechtlicher Aspekt von Druckkündigung.

Menschlich war es sehr tragisch zu erfahren, wie mit schwer erkrankten Kollegen umgegangen wird. Aber ein Grund mehr, seinen Fokus primär nur auf Heilung auszurichten. Im Übrigen hatten manche Kollegen auch den Ausgang kritisiert, da Kranke nur im Haus sein sollten...? Mit schwerer Bronchitis und Fieber war ich jedoch gesund genug, die Vorbereitungen im Krankenstand liefern zu sollen!...

Krankenstand, Versetzung oder Austritt vom Schuldienst..dies ist meine Konsequenz!

---

### **Beitrag von „Neuro66“ vom 18. Dezember 2024 21:18**

#### Zitat von Quittengelee

Was spricht denn nun gegen Krankschreibung, @Neuro66 ?

#### Zitat von Emerald

Es tut mir Leid, dass du so viele Schicksalsschläge und schwere Krankheiten erleiden musstest.

Dein Beispiel zeigt, dass sich die Aufopferung für den Job leider nicht auszahlt und es einem niemand dankt, wenn man sich krank zum Dienst schleppt.

Du solltest jetzt mit deinem/r Hausarzt/Hausärztin daran arbeiten, wieder gesund zu werden. Und du solltest den Personalrat kontaktieren. Sobald du wieder gesund bist, kannst du eventuell eine Wiedereingliederung an einer neuen Schule machen. Das musst du jedoch bei der Bezirksregierung beantragen.

Eine Krankschreibung bedeutet nicht, dass du in deinem Haus isoliert wirst und keine sozialen Kontakte pflegen darfst. Du kannst Freunde treffen, deinen Hobbies

nachgehen, Sport treiben, sogar in den Urlaub fahren, wenn es deiner Heilung dient.  
(Letzteres muss mit dem behandelnden Arzt abgesprochen werden.)

Herzlichen Dank. Genau das habe ich jetzt in die Wege geleitet. Ich hatte mich bisher nicht getraut, mich länger mit Ausgang krankzumelden. Es gab ja Beschwerden wegen meiner Krankschreibungen im Krankenhaus! und irgendwann hatte ich mich für die Erkrankung geschämt und wusste nicht mehr weiter. ..Es wurde zudem von der Leitung gefragt, wie ich gedenke, den Zustand unter Kontrolle zu bringen und es gab Beschwerden wegen der Fehlzeiten...Meine Freizeit bestand nur aus Arztterminen. Meine Freizeit wurde übrigens auch in der Ferienzeit als Ärgernis bewertet. Als ich noch weniger erkrankt war und die Gentherapie noch wirkte, wurde kritisiert, ich könne dann auch keinen Sport machen.. die Meinung der Ärzte interessierte in der Arbeit niemanden

---

### **Beitrag von „Frechdachs“ vom 19. Dezember 2024 17:13**

#### Zitat von Neuro66

Herzlichen Dank. Genau das habe ich jetzt in die Wege geleitet. Ich hatte mich bisher nicht getraut, mich länger mit Ausgang krankzumelden. Es gab ja Beschwerden wegen meiner Krankschreibungen im Krankenhaus! und irgendwann hatte ich mich für die Erkrankung geschämt und wusste nicht mehr weiter. ..Es wurde zudem von der Leitung gefragt, wie ich gedenke, den Zustand unter Kontrolle zu bringen und es gab Beschwerden wegen der Fehlzeiten...Meine Freizeit bestand nur aus Arztterminen. Meine Freizeit wurde übrigens auch in der Ferienzeit als Ärgernis bewertet. Als ich noch weniger erkrankt war und die Gentherapie noch wirkte, wurde kritisiert, ich könne dann auch keinen Sport machen.. die Meinung der Ärzte interessierte in der Arbeit niemanden

Kollegen geht deine Krankheitsgeschichte nichts an und das Verhalten von Kollegen und Leitung ist sehr übergriffig. Krank ist krank und mehr geht sie nichts an.

Außerdem sollen sie sich nicht so anstellen, die MDL, die durch deinen Krankenstand entstehen, sind gut bezahlt. Bei uns finden sich dafür zu 90% Freiwillige.

Wir haben eine Kollegin, die 2x im Schuljahr auf Reha muss. Wir freuen uns immer auf ihre Rückkehr, besuchen sie dort (nicht alle ☺) und sie bleibt immer eine liebe Kollegin. So kann man auch miteinander umgehen.

Deine Freizeitaktivitäten gehen auch niemandem was an. Auf der Krankmeldung ist eh geschrieben, was du darfst/nicht darfst oder sogar musst.

Ich würde am liebsten vorbeikommen und die mal wieder geradebiegen.

Lass dich am besten versetzen, sobald es dir besser geht (oder im Rahmen einer Wiedereingliederung).

---

### **Beitrag von „chemikus08“ vom 19. Dezember 2024 19:50**

Es ist einfach unglaublich was Kollegen sich alles gefallen lassen und auch unglaublich wie man sich gegenüber Kollegen verhält.

Du darfst im Krankheitsfall alles machen, was Deiner Genesung nicht zuwieder läuft. Wer beispielsweise wegen Psyche krank geschrieben ist, der darf nicht nur der soll sogar ins Schwimmbad oder Fitness Studio gehen. Unglaublich was manche KuKs sich da rausnehmen.

---

### **Beitrag von „s3g4“ vom 20. Dezember 2024 22:44**

#### Zitat von Frechdachs

Deine Freizeitaktivitäten gehen auch niemandem was an. Auf der Krankmeldung ist eh geschrieben, was du darfst/nicht darfst oder sogar musst.

Ja? Seit wann steht da drauf?

---

### **Beitrag von „Milk&Sugar“ vom 20. Dezember 2024 22:46**

#### Zitat von s3g4

Ja? Seit wann steht da drauf?

Frechdachs lebt in Österreich, vielleicht ist es da anders?

---

## **Beitrag von „Frechdachs“ vom 20. Dezember 2024 22:52**

[Zitat von s3g4](#)

Ja? Seit wann steht da drauf?

---

In Österreich bei jeder Krankmeldung vom Arzt.

---

## **Beitrag von „Neuro66“ vom 22. Dezember 2024 18:23**

Danke für euer Feedback. Ich hatte grundsätzlich selbst bei einem Tag fehlen immer eine ärztliche Bestätigung.

Leider wohnen einige Kollegen in meinem Ort und bekommen so zwangsläufig mal mit, wenn ich in meinen Ferien mal wo unterwegs bin.

Ich bin froh, mittlerweile keine Immungenspritzen, Morphine, Opiate, Canabioide, Neuroleptika und zig andere Medikamente mehr zu benötigen. Die Rheumakur in Gastein musste ich 2x abbrechen, da ich bewegungsunfähig geworden war..

Mental bin ich jedoch fertig nach diesen Mitteln, extremen Schmerzen, zig Krankenhausaufenthalten und den fiesen Sanktionen im beruflichen Umfeld. Stressbedingte Stimmstörung bekommt man nicht ohne Grund.

Privat bin ich ein lustiger Mensch und ich rede nicht über Krankheiten, noch definiere ich mich damit.

Hoffe die längere Krankschreibung wird bewilligt, dann schließe ich damit ab und egal was, das kann nur besser werden, als der Wahnsinn, der hinter mir liegt...

Wünsche euch frohe Festtage und liebe Grüße aus Österreich. Lg vom Frechdachs