

# Mega-Problem mit Planung und Durchführung von Unterricht - Perfektionismus, Nervosität, Belastung

Beitrag von „Herzchen“ vom 20. Januar 2008 09:35

Vieles, was du da niederschreibst kenne ich zu gut von mir selber aus der Anfangszeit. Vor allem dieses den Kopf nicht frei kriegen, so voll haben, dass man völlig überfordert und gestresst ist. Ich hatte immer einen Zettel bei mir (so ich ihn im richtigen Moment gefunden habe X()), und schrieb ständig auf, was mir grad wieder einfiel, was DRINGEND zu tun war (und es waren wirklich dringende Sachen!), weil ich es bis daheim wieder vergessen hätte,...

ich fuhr mit dem Bus, und war so weit, dass ich einmal völlig erschrocken aufhüpfte und entsetzt feststellte, dass ich vergessen hatte auszusteigen, BIS ... ich kapierte, dass ich nicht zu spät dran war, sondern eh erst eine Station später raus musste. 🤔

DAS hat sich mit der Zeit gelegt - mittlerweile kann ich die Schule sogar mal völlig ausblenden und mein anderes Leben auch wieder genießen :).

Das Chaos im Arbeitszimmer, pfff, ja, ich denke manchmal auch ich bräuchte eine Therapie (alle Lehrer sind ADS'ler, las ich mal irgendwo 😊), aber da ich das restliche Haus gut in Ordnung halten kann, warte ich noch auf den Zeitpunkt, wo ich mehr Muße habe und mit der Zeit hat man ja auch immer ein besseres Ordnungssystem UND ich nehme mir immer mehr vor, Zettel auch einfach mal wieder wegzwerfen, anstatt alles aufzuheben (und bei Bedarf eh nicht zu finden).

Zur Unterrichtsplanung /-organisation kann ich dir als Grundschullehrer nicht SO viel sagen. Aber meine Kinder gehen in die 6. und die 8. Klasse Gym. Was DIE alles selbständig daheim vorbereiten müssen (Referate, Power Point ...) und wie viel Wissen die sich schon aneignen können, da könnte ich mir vorstellen, dass man auch 11ern schon mal ein Thema an die Hand geben könnte. So in der Art, wie man in der Grundschule Projekte führt. Thema auswählen, Vorwissen mit den Schülern sammeln, gemeinsam überlegen, was man noch wissen will, diese Fragen an die Schüler zur Ausarbeitung verteilen, Präsentation und Zusammenfassung (+ Kopie für jeden) durch die Schüler selber. Das würde dich insofern entlasten, als du auch quasi, wenn du in ein Thema einsteigst, bis zur nächsten Stunde Zeit hättest, dich dann ganz konkret mit dem Wesentlichen zu befassen (nämlich das, was an weiterem Wissen gewünscht wrd), und dich vielleicht nicht so verzettelst.

Ob das auf diese Art möglich oder sinnvoll ist, kann ich als 'Artfremder' natürlich nicht wirklich beurteilen, aber ich stelle mir vor, dass es so möglich wäre.

Gib dir selber Zeit und versuch mehr Verantwortung an die Schüler abzugeben, DAS will ich auf jeden Fall sagen damit. =)