

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

**Beitrag von „pan“ vom 23. Januar 2008 18:04**

hi,

ich schaffe es ganz gut, meinen perfektionismus und nächtliche und morgendliche "hab ich auch alles" gedanken auszutricksen, indem ich möglichst viel für den nächsten tag bereits in der schule plane, kopiere und als fertigen stapel dort lasse. meist habe ich keine lust, endlos lange in der schule zu arbeiten, da es dort recht ungemütlich ist, und was in der schule liegt, kann ich zuhause kaum bearbeiten, muss es nicht herumschleppen und kann es auch nicht vergessen.

nur am freitag muss ich aussortieren und einmal viel nachhause tragen, damit es am montag neu sortiert wieder losgeht.

du könntest mit einer stunde für eine klasse beginnen und sehen, wie es sich anfühlt.

lieben gruß

pan, auch perfektionist und chaot