

Lehrer - Traumberuf oder Verlegenheitslösung?

Beitrag von „groenlaenderin“ vom 6. Oktober 2008 16:51

Beim Lesen dieses Threads musste ich an einen neulich in meiner Schule gehörten Vortrag zum Thema "Lehrergesundheit" denken.

Da wurden verschiedene Risikotypen für ein Burnout vorgestellt - und die meisten sind gefährdet, weil sie sich überengagieren, sich nur schwer distanzieren können, sehr perfektionistisch sind, eine hohe Verausgabungsbereitschaft haben, etc.

Ich bin grade mit dem Ref fertig und habe nach den Sommerferien meine erste Stelle angetreten. Schon nach drei Wochen merkte ich, dass ich auf dem Ref-Niveau nicht weitermachen kann und will - ich nehme auch sehr gerne alle möglichen Dinge und Situationen mit nach hause, denke über die Schüler nach, bereite meinen Unterricht gerne sehr gewissenhaft und ausgiebig vor, etc.

Aber bei 10 Klassen und 25 Std. geht das nicht mehr so weiter und deshalb versuche ich, mir selbst nun Grenzen zu setzen.

Ich mache meinen Job sehr gerne, ich komme mit guter Laune in die Klasse und gehe meistens auch wieder mit guter Laune und ich möchte keine anderen Schüler als die vom BK haben!

Aber trotzdem möchte ich mich selbst nicht (nur) darüber definieren - auch wegen meiner Gesundheit, ich würde mich nämlich selbst so einschätzen, zu dem oben genannten Risikotypen zu tendieren, wenn ich nicht aktiv dagegensteuere.