

Wieviel Energie habt ihr nach der Schule?

Beitrag von „silke111“ vom 18. Februar 2009 15:46

arbeite vollzeit und zuhause wartet dann noch mein kind auf essen, ha-hilfe und so und bin immer total erledigt, wenn ich nach 6,5-8 stunden abwesenheit wieder meine wohnung betrete und dann noch die restliche arbeit zuhause auf mich wartet, also einkaufen, kochen, hausaufgabenhilfe leisten, wieder unetrricht vorbereiten, evtl. elterntelefonate führen...

bin oft erschrocken über meine erschöpfung 😞

auch wenn ich mal schon um 16/17h alles erledigt habe, bin ich danach für nichts mehr zu gebrauchen... für hobbys/sport habe ich keine energie mehr.

ich denke manchmal, dass es gar icht an der stundenzahl alleine liegt, sondern mehr daran, dass wir lehrer an einem tag über 4-8 stunden (8 bei mir an tagen mit ganztagsunterricht) ohne wirkliche pause ständig npräsent sein müssen, fast durchgehend lärm um uns haben, dauernd jeder etwas zwischene tür und angel von einem will usw. usw.

da reichen an einem stressigen tag schon 4 stunden, um mich völlig zu ermüden.

frage mich nur, ob es den erfahreneren, älteren kollegen besser geht??