

# Mir gehts so schlecht

Beitrag von „Irgendeiner“ vom 26. August 2010 22:56

Hilfreich ist es vielleicht auch, wenn du mal einen Tag mit einer Klasse mitgehst (so das zeitlich noch möglich ist). Du siehst dann mal, wie andere Kollegen so unterrichten und wirst merken, dass bei denen auch nicht alles perfekt läuft. Das nimmt vielleicht auch ein bisschen Druck weg.

Ich war zu Beginn meines Refis in einer ähnlichen Situation wie du (habs mittlerweile gut hinter mich gebracht): Ich habe von früh morgens, bis spät am Abend gearbeitet, weil ich nicht einschätzen konnte, was von mir erwartet wird. Ich habe mich dann eine Woche krank schreiben lassen und mir danach Grenzen gesetzt. Wenn ich was in einer bestimmten Zeit nicht geschafft habe, dann wurde es halt mal eine schlechte Stunde und das war oft der Fall (gemessen an meinen Ansprüchen)! Zum Verbessern hast du nach dem Refi noch genug Zeit



**Nimm dir eine Auszeit (lass dich ein paar Tage krank schreiben),** erhole dich ein paar Tage und beherzige die anderen Tipps, die dir hier noch gegeben wurden.