

Anti-Burnout, Reduktion der Arbeitsbelastung, Selbstschutz ... und mehr.

Beitrag von „DoRefMi83“ vom 3. September 2010 15:59

Ich bin seit gut einem halben Jahr im Ref., habe jetzt für ein komplettes Schuljahr meine eigenen Klassen und war aber auch schon vorher eine ab und an mal am Rad drehende Ref.. Also auch von mir ein großes "Danke" an Meike. Wenn man das liest, merkt man, das "Probleme", die man verspürt, ganz normal sind und nicht darin begründet liegen, dass man dumm ist. Ich tendiere eben auch dazu, mich schlechter zu sehen als ich bin. Aber auch die Tipps von Nele haben mich schon etwas beruhigt. Ich versuche es nun, etwas entspannter zu sehen..