

Überlastung

Beitrag von „Dopamin82“ vom 2. November 2010 05:50

Hallo ihr lieben Mit Obasler der ersten und zweiten Generation,

ich habe lange Zeit nicht mehr hierein geschaut.

Es sind nun fast 7 Wochen Schule um und ich wollte fragen, wie es Euch geht.

Ich bin, und das hätte ich nicht gedacht momentan am absoluten Rande der Belastbarkeit angekommen und ich habe, zumindest in der letzten Woche immer wieder überlegt, ob ich so weitermachen möchte.

Das Problem ist: Ich kriege meinen Kopf nicht frei. Ich kann einfach garnicht mehr abschalten. Meine Gedanken kreisen 24/7 um Schule und Unterricht und ich finde keine Ruhe. Immer denke ich, ich sei nicht genug vorbereitet, ich könnte noch mehr machen.

Dann habe ich auch ein wenig Respekt oder Angst vor Kontrollverlust im Unterricht... es ist noch nie zu sowas gekommen, vielleicht ist die Angst auch total unbegründet, aber haben tue ich sie trotzdem. 😞

Ich bin einfach momentan überfordert.

Habt ihr schon ähnliche Situationen gehabt und habt ihr euch an jemanden gewandt um Hilfe zu erhalten?

Viele Grüße

Dopamin