

Überlastung

Beitrag von „Sissymaus“ vom 6. November 2010 13:41

Zitat

Original von thunderdan

Ja, diese Gefühle kenne ich auch.

Mir wurde aber von der Schulleitung gesagt, dass es im ersten Jahr nur "ums Überleben" geht.

Wir können nicht alles wissen, alles richtig und perfekt machen (das können selbst erfahrene Lehrkräfte nicht) - und das erwartet auch keiner von uns.

Ich habe in den Ferien bis auf die letzten paar Tage gar nichts für die Schule gemacht und das war genau richtig. Habe den Kopf jetzt endlich frei und bin viel entspannter.

Ich habe auch festgestellt, dass es für die Schüler eigentlich keinen Unterschied macht, ob die Stunde supertoll vorbereitet ist, oder improvisiert. Von daher ruhig öfters mal ein wenig kürzer treten und den Abend genießen!

Und ganz wichtig für mich ist, sich nicht den Kopf zerbrechen, was alles in der Stunde passieren könnte. Spontan auf unverhergesehene reagieren, gehört halt zum Lehrerberuf dazu (und macht ihn doch dadurch auch interessant, denn sonst würdest du ja nach ein paar Jahren, immer wieder das gleiche machen).

Also, Kopf hoch und die (vielen) schönen Seiten sehen und, das was alle schon gesagt haben: regelmäßig was anderes machen!

Alles anzeigen

Das hast Du schön geschrieben!! Ich stelle auch fest, dass ich alles bis aufs kleinste Vorbereitet habe und dann alles anders läuft. Daher mache ich es jetzt anders: Nur noch grob vorbereiten und dafür noch was in der Hinterhand, falls alles doch besser und schneller geht, als erwartet.

Und ich habe mir ein Wochenende ohne Arbeit gegönnt, das hat auch mal gut getan!

Perfektionismus gewöhne ich mir auch grad ab. Ich mache es so gut es geht, da vieles auch einfach Erfahrung ist, die wir ja alle noch nicht haben (können).