

1. Stelle-hattet ihr auch so viel Stress?

Beitrag von „Sanne1983“ vom 3. September 2011 11:23

Hallo FuchsHasi,

das ist ein ganz normales Phänomen. Ich bin komme jetzt ins 3. Jahr und habe immer noch jede Menge zu tun, merke aber, dass es sich langsam entspannt. Am Anfang hat man vor allem das Problem, dass man sich zu jedem Thema von neuem Gedanken machen muss. Wenn du das Thema dann später noch einmal machst, kannst du ja schon mal auf deine vorherigen Gedanken zurückgreifen, das was gut war noch einmal machen und das was dir nicht so gefällt ändern. Ich habe es folgendermaßen gemacht: Ich habe einige Einheiten (nicht alle!) sehr gut vorbereitet und auch sehr gut dokumentiert und abgeheftet und mir auch anschließend notiert was gut lief und was nicht. Andere waren dann eher 08/15. Die habe ich dann im letzten Jahr sehr gut vorbereitet und dokumentiert. So konnte ich mir meine Kräfte einteilen. Ich habe natürlich Glück mit Religion, da ich jetzt zum 3. Mal die 3. und 4. Klasse unterrichten darf, zum zweiten Mal die 2. Klasse

Einen Tag in der Woche habe ich mir auch als Auszeit genommen, das ist wichtig, sonst drehst du durch. Außerdem denke ich immer von Ferien zu Ferien. In den Ferien erledige ich immer gerne die Schnibbel- und Laminierarbeit oder auch während dem Kunstunterricht ...

Also, du bist nicht alleine, aber du schaffst das schon!!!