

Kann nicht mehr

Beitrag von „jamaica“ vom 14. Dezember 2011 14:51

Zitat: " die besagen, dass Burnout nicht wie bisher angenommen in erster Linie die überengagierten trifft (bei denen fällt das nur mehr auf), sondern zuerst und oft unbemerkt diejenigen, die nicht unbedingt in ihrem Idealberuf arbeiten."

Ich denke, das eine schließt das andere nicht aus. Ich arbeite nicht in meinem Idealberuf und war/bin trotzdem überdurchschnittlich engagiert, weil ich einfach ein Arbeitstier bin und es mag, Dinge in Gang zu setzen.

Mit dieser Polarisierung anzufangen ist m.E. gefährlich - dann ist man ganz schnell auf der "Selbst schuld" - Schiene, womit niemandem geholfen ist.

Danke auf jeden Fall für eure Mutmach-Antworten!

Krankschreiben lassen möchte ich mich nicht. Bis zu den Weihnachtsferien schaffe ich es irgendwie und hoffe dann, erstmal zur Ruhe zu kommen, Abstand zu gewinnen und neue Kraft zu schöpfen. Als erste Maßnahme ist tatsächlich wohl eine Stundenreduktion sinnvoll.

Weiß jemand, ob man eine Chance hat, zum nächsten Schuljahr zu reduzieren, auch wenn man die Frist verpasst hat? Diese war bei uns vor 4 Wochen - da hatte ich bereits überlegt, den Gedanken aber wieder verworfen.