

# **Bin ich auf dem Weg in den burnout?**

**Beitrag von „Micky“ vom 1. November 2014 04:23**

So mies ist es mir noch nie gegangen, und ich unterrichte schon seit ca. 10 Jahren. Letzte Woche heulend in die Schule gefahren, gestern in der Schule geheult.

Seit Tagen Magenschmerzen, Herzklopfen, Gedankenkarussel, endlose Listen mit Arbeit, die zu erledigen ist. Ich kann nicht mehr!

Ich unterrichte dieses Jahr zwei neue Fächer, also, durchs Studium abgedeckt, aber noch nie unterrichtet. Eigentlich keine "schlimmen" Fächer, aber ich müsste mich viel mehr mit Kollegen austauschen, die die auch unterrichten. Es ist aber nie Zeit und die Kollegen unterrichten auch ganz anders, sind älter.

Dann ständig Vertretung, die dafür sorgt, dass ich 8 Stunden in Folge unterrichte, immer freitags.

Habe 2 kleine Kinder und machen 3/4 STelle, das ist scheint mir nun zu viel, Klassenleitung, anstrengend. Das schlimmste sind die renitenten Schüler!!! Und wenn ich in dem neuen Fach unsicher bin, nutzen die das sofort aus, es wird sich über mich lustig gemacht. Normalerweise kann ich Schüler gut in ihre Schranken verweisen, aber ich erkenne mich nicht wieder, ich komme gar nicht mehr klar.

Gestern dann Gespräch mit meiner Chefin, Bildungsgangleiterin. Sie hat Verständnis, aber sagt auch deutlich, dass ich bloß nicht fehlen möge, wir würden ja alle auch krank zur Schule fahren. Das setzt mich unter Druck, Einerseits will ich jetzt nicht einkincke, andererseits weiß ich nicht, was ich noch alles schaffen soll.

Was habt ihr für einen Rat für mich?

Bin gestern beim Arzt gewesen und schleiche jetzt ein Antidepressivum ein, leider ist das nicht meine erste Depression. Habe aber auch Angst und komme gar nicht mehr runter.