

# Raus aus dem Schuldienst - Alternativen

## Beitrag von „anjawill“ vom 21. März 2017 21:55

Es ist doch jetzt zunächst einmal wichtig zu erfahren, ob die Ursachen für das Burnout an der Schule liegen. Gab es Veränderungen, war es ein langsamer Prozess und was genau ist das Belastende?

Denn die TE schreibt ja auch, dass ihr das Unterrichten als Solches in guten Phasen gefallen hat. Also gehe ich nicht davon aus, dass sie generell nicht geeignet ist.

Vielleicht würde es schon helfen, wenn sie sich ein paar Wochen oder Monate aus dem Geschehen zieht, um den Blick wieder zu schärfen.

Und Alternativen gibt es immer.

Eine gute Freundin kam in der PR Branche unter, das ist aber eine harte Branche, zwar mit guten Verdienstmöglichkeiten, aber vielen Reisen und ungeregelten Arbeitszeiten, also nichts, was mit einer Familie gut zu stemmen wäre. Ein Freund ist in den Coaching Bereich gegangen, seine Vorgeschiede war aber eine andere. Lehramtsstudium, kein Referendariat, danach 5 Jahre LH Purser und jetzt mit 40 Neuanfang als Coach. Er hatte ein finanzielles Polster für einen Neuanfang.

Und je nach Persönlichkeit gibt es auch gute Chancen im Bereich Personalentwicklung. Dort wird die unterrichtliche Tätigkeit sehr positiv gewertet.

Liebe TE, warum lässt du dich nicht krankschreiben? Bevor du an ein Aussteigen denkst, würde ich zunächst einmal die Gründe für die Depression herausfinden und für mich selbst entscheiden, ob die Schule als solche dafür verantwortlich ist. Falls das der Fall ist, wäre ein kompletter Ausstieg die bessere Lösung, wenn du diesen finanziell stemmen kannst.

Denn alles andere verschiebt das Problem nur. Denn du bleibst dann ja in diesem Umfeld mit ähnlichen Bedingungen. Und wenn dir das Unterrichten generell eher gefällt, würde ich es mir sehr gut überlegen und lieber ein Sabbatjahr oder eine Beurlaubung beantragen. Dafür ist das doch auch da.

Burnout ist an Schulen vermutlich häufiger anzutreffen, wird aber gut versteckt und ich finde es von der TE schon mutig, dass sie sich selbst eingestehen kann, dass es so nicht mehr funktioniert. Hier jetzt auf ihre möglichen Defizite hinzuweisen, ist wenig kollegial.