

Grundschullehramt - Wirklich so ein Burnout-Job?

Beitrag von „Wollsocken80“ vom 22. August 2018 10:06

[Zitat von state_of_Trance](#)

Doch [@Landlehrer](#) in der Industrie wird das im Schichtdienst bezahlt.

Ich habe nicht gesagt, dass die Work-Life-Balance besser wäre, aber ein Studium ist für A13 nun nicht nötig.

Mein Bruder hat als Chemikant bei einer grossen Firma in Bayern 2600 € netto raus. Er arbeitet Schicht und hat 30 Jahre Berufserfahrung. Für ihn ist das OK so, ich würd's nicht haben wollen.

Was ich mich aber gerade frage ... Alle, die hier (mal wieder) über's Gehalt nölen sind doch Seiteneinsteiger, nicht wahr? Was hat euch davon abgehalten in der Industrie zu arbeiten? Ich hätte mich problemlos auf eine Gruppenleiterstelle bei Roche oder Novartis bewerben können. Hab ich nie getan, weil es mich gar nicht interessiert hat. Was man im Staatsdienst verdient ist nun absolut vorhersehbar, die Gehaltstabellen sind mit wenigen Mausklicks aus dem Netz zu ziehen. Diesbezüglich habt ihr also gewusst, worauf ihr euch einlasst.

Back to topic:

[Zitat von plattypus](#)

Ich würde z.B. nie an den Schulort ziehen. Dann würden mir nämlich die Eltern auch im Privatleben dauernd über den Weg laufen und ich hätte nie Feierabend.

Ja, das sieht mehr als die Hälfte meines Kollegiums, inkl. mir selbst, auch so. Es gibt viele Kleinigkeiten, die man beherzigen kann um sich in der Freizeit vom Job zu distanzieren:

- nicht am Schulort wohnen
- so viel als möglich Arbeit an der Schule erledigen (ich nehme wirklich nur sehr selten Zeug mit nach Hause, habe aber auch einen Schreibtisch an der Schule)
- zu Hause nicht ständig über die Arbeit sprechen (schaffe ich nicht immer)
- Klamotten wechseln, wenn man nach Hause kommt
- Hobbies pflegen, mind. 2 x die Woche Sport machen, musizieren, was auch immer
- sich gezielt mit Leuten umgeben, die nichts mit Schule zu tun haben
- in den Ferien verreisen wann immer es möglich ist (und es ggf. auch einfach möglich machen)
- ...

Ich leide am Gymnasium nun nicht direkt an geistiger Unterforderung, was ich mir an der Grundschule echt schwierig vorstelle. Trotzdem wiederholen sich die Themen natürlich jeden Zyklus und da sollte man gegen die aufkommende Langeweile echt so schnell wie möglich vorgehen. Neben einigermassen viel Sport lerne ich z. B. Fremdsprachen. Das hilft mir mein Hirn konstant mit anderen Dingen zu beschäftigen als mit Schule und Arbeit. Sonst läuft man wirklich Gefahr, dass die Gedanken ständig kreisen um "ach ... das muss ich noch erledigen und jenes, da ist noch der Klassentag und das Lager, haben eigentlich alle schon in die Klassenkasse einbezahlt??" . Auch wenn man mal einen Bock schießt und irgendwas vergisst oder übersieht, die Welt geht davon nicht unter. Es findet sich immer eine Lösung und vor allem hilfsbereite Menschen im Kollegium. Man darf sich nicht scheuen auch einfach mal Hilfe von Leuten zu holen, die es besser wissen und können als man selbst, einfach weil sie schon viel länger im Job sind!