

Ist mein Anspruch an mich zu hoch?

Beitrag von „Micky“ vom 5. Oktober 2018 21:35

Nun sitze ich hier mit dem 2. Burnout mittlerweile und verstehe so langsam, woran es liegen könnte.

Wie bereitet ihr Unterricht vor? Versteht ihr das Thema immer 100%ig? Ich unterrichte viele Inhalte und da sind auch rechtliche Dinge dabei, die ich nicht immer komplett verstehe. Mich hat das total fertig gemacht, obwohl die SuS gar nicht nachgefragt haben und die Themen auch nicht klausurrelevant waren.

Wie viel Zeit steckt ihr in die Unterrichtsvorbereitung? Wie plant ihr Unterricht effizient? In fitten Klassen kann man ja wunderbar mit Texten arbeiten, aber was macht ihr mit den weniger fitten? Die sind immer laut, wenn man die mal mit Texten arbeiten lässt, weil sie so schnell überfordert sind.

Ich habe wirklich schöne Stunden, die ich auch wunderbar nachbearbeitet habe, aber auf dem Level kann ich nicht bleiben.

Wie sehen eure Stunden aus? Wie sehen vor allem die Stunden aus, die aus Zeitnot einfach nicht gründlich vorbereitet werden konnten? Ich konnte das früher alles mal, mit voller Stelle noch. Aber dann kam der Schulwechsel, ich bin jedes Jahr mit den Stunden runtergegangen (2 kids zuhause, und irgendwie permanenter Schulstress) und damit eine extrem perfektionistische Kollegin, mit der ich eng zusammenarbeiten sollte. Die hat mir nicht gutgetan - sie hat mich ständig überprüft und mir ein extremes Anspruchsdenken eingeimpft - ich habe es nie geschafft zu sagen, dass ich das so gut mache wie ich es kann, ich habe mich leider von ihr verrückt machen lassen. Dazu noch ständig Referendare und eine extrem anspruchsvolle Fachleiterin, und nun werd ich diesen Anspruch nicht mehr los und er ist im Alltag einfach nur furchtbar, ich habe immer wieder Phasen, in denen ich an mir selbst zweifle, obwohl ich merke, dass andere Kollegen wesentlich weniger Arbeit in ihre Stunden stecken als ich. Aber der Lehrplan ist extrem voll und ohne Handlungsorientierung kriegen die schwachen SuS gar keinen Durchblick in den Themen. Lebt ihr dann einfach damit - so a la - die haben nen Text dazu und wenn sie (die meisten) es nicht verstanden haben, ist das halt so, ich habe es immerhin durchgenommen?

Wie komme ich runter von dem Trip?