

Was könnte man verbessern, damit man es nicht bereut, Lehrer/in geworden zu sein?

Beitrag von „UrlaubVomUrlaub“ vom 17. Oktober 2020 15:05

[Zitat von Wollsocken80](#)

@samu Ich habe überhaupt keine Berufserfahrung in der Industrie weil ich mich direkt und ausschliesslich für den Schuldienst beworben habe. Natürlich hätte ich mich aber auch anders entscheiden können.

Okay, aber du warst ein paar Jahre in der Forschung und hast promoviert, wenn mich nicht alles täuscht. Ich denke, das kann durchaus zufriedenstellend sein, so dass man sich sagen kann, jetzt ist mal Schule dran, etwas ganz anderes...

Ich zitiere hier die Techniker Krankenkasse als Beispiel:

Es gibt keine einheitliche Meinung darüber, wie das Burnout-Syndrom entsteht. Vielmehr kursiert eine Vielzahl von Erklärungen zur Entstehung des Burnout-Syndroms. Ein Teil dieser Erklärungen legt den Schwerpunkt auf äußere Belastungen wie bestimmte Kennzeichen der Arbeitsumwelt, die für die Entwicklung des Burnout-Syndroms verantwortlich sind. Andere Erklärungen rücken psychologische und intrapsychische Aspekte von Personen in den Vordergrund. Tatsächlich sind wahrscheinlich sowohl äußere als auch innere Faktoren bei der Krankheitsentstehung beteiligt.

Oft begünstigt eine Kombination von persönlichen Eigenschaften und Arbeitsbedingungen die Entstehung der Erkrankung. Besonders gefährlich ist es, wenn die Betroffenen sehr motiviert sind, hohen persönlichen Einsatz zeigen und hohe Erwartungen an ihre Arbeitswelt stellen, dann aber mit dem "grauen" Arbeitsalltag konfrontiert werden.

Sind sie gleichzeitig im Umgang mit ihren Klienten, beispielsweise Patienten oder Schülern, nicht ausreichend belastbar und fehlt die Anerkennung durch Vorgesetzte, steigt die Wahrscheinlichkeit für das innerliche Ausbrennen.

Das klingt schlüssig, wenn man viel Engagement einsetzt, wenig Anerkennung bekommt, intensiv mit schwierigen Menschen zu tun hat und eine eigene familiäre Vorbelastung mitbringt, dann kommt viel zusammen.

Mir machten z. B. vor 10 Jahren die Verhaltensauffälligkeiten weniger aus, ich finde es heute anstrengender, dass diese Kinder so viel Aufmerksamkeit und Energie aussaugen. Und auch

belastender, um die Entstehungsbedingungen zu wissen. Zu wissen, dass meine Schüler (sexuellem) Missbrauch ausgesetzt sind und das Jugendamt nicht hilft, belastet mich mehr als früher. Früher hat es mich wütend gemacht, heute bin ich resigniert.

Aber egal, die Frage war ja, was man tun sollte, damit einem die Entscheidung nicht leidtut ab Mitte 40. Und da bin ich wohl ratlos. Rechtzeitig Hilfe suchen auf alle Fälle, bevor man in der Klinik sitzt. Und sonst... Schule wechseln? 🤔