

# Alleinerziehend im Referendariat

**Beitrag von „LAA\_anja“ vom 12. Oktober 2005 23:57**

Hallo Gudsek,  
meinen respekt, dass du das alles hinkriegst.

Wichtiger Hinweis:

1. Ausgeschlafen arbeitet es sich schneller, effektiver (Tipp morgens vor der Schule noch etwas vorbereiten, natürlich nicht für den gleichen Tag)

2. Du brauchst Freunde:

Hiermit, Danke ich all meinen Freunden, die mir wie die Meinzelmännchen helfen, kopieren, basteln, zusammentragen, lochen, heften, korrekturlesen, rechachieren usw.

3. Teamarbeit:

Musst du deinen Unterricht immer alleine vorbereiten?

Alles alleine machen? Ich bin an einer Schule die 4zügig ist, da spricht man sich öfter mal mit den Kollegen ab und teilt die Vorbereitung auf, vielleicht geht das bei dir auch.

4. Du musst das Rad nicht neu erfinden:

Bedien dich doch auch mal, ich lasse meine Kinder auch mal(selten) etwas freies Lesen und dann davon berichten, das macht die Vorbereitung extrem einfach. Oder da ich SU unterrichte baue ich in den Ferien eine Werkstatt, und muss dann nicht jede Stunde vorbreiten. Offne Lernformen sind herrlich und für die Kinder echt ein segen!

5. Schaffe dir Freiräume:

die Dauerbelastung und der Schlafmangel macht wirklich krank. Das ist gefährlich!

6. Die Hausarbeit kann auch mal liegen bleiben.

Bügeln z.B. Ich bügel längst nicht mehr alles, O K. so bleiben auch mal schöne Blusen im Schrank, na und?

Meine Fenster schrein schon lange, "putz mich" aber dazu habe ich keine Zeit!

7. Mache dir Luft,

schreib uns und hol' dir die verdiente Zustimmung, manchmal hilft es schon, wenn man verstanden wird, oder?

Ich wünsche dir viel Erfolg und genug Zeit Dich und für dein Kind.

Image not found or type unknown



LAA anja