

Self-Care im Lehrerberuf

Beitrag von „juanaluna“ vom 12. Juni 2021 11:40

Hallo,

Da ich in einem anderen thread darauf hingewiesen wurde, wie wichtig dies sei (als Quereinsteigerin) — was tut euch gut? Was macht ihr gerne? Was ist euer Ausgleich?

Ich fand meinem vorherigen Job bis jetzt stressiger, aber kann ja nix schaden, sich zu informieren.

Den thread zu burnout habe ich gelesen, Aber mir gehts eher um das, was man außerhalb der Schule/des Jobs so macht bzw. Routinen außerhalb der schulorga.