

# Self-Care im Lehrerberuf

Beitrag von „Kris24“ vom 13. Juni 2021 13:48

## Zitat von Humblebee

Nee, auf's Klo gehe ich während des Unterricht auch nicht. Aber in den Pausen schon. Wieso gehst du denn den ganzen Vormittag gar nicht auf die Toilette [Kris24](#) !?!

Natürlich kann man unsere älteren SuS eher mal alleine lassen als jüngere und in meinen Theorieunterrichtsstunden eher als im fachpraktischen Unterricht, das ist klar. Im PC-Raum lasse ich Klassen auch nicht unbedingt allein.

Weil ich in den Pausen Versuchsaufbauten wegräumen bzw. für die nächste Stunde aufbauen muss, weil ich Chemikalien in Giftschränk (das muss unverzüglich geschehen), aber auch in Säure- und andere Schränke räumen muss (weniger gefährliche Chemikalien landen auch in einer Kiste und werden erst nach Unterricht, aber bevor die Putzfrau kommt, weggeräumt). Wir haben keine CTA wie das benachbarte Schweizer Gymnasium, die das übernimmt (auch unsere französische Partnerschule hat CTAs dafür). Es gibt Schulen (und angeblich lt. Exkollegen überall in der DDR), die deshalb Chemielehrer von der Pausenaufsicht befreien (befreit haben). (Bei uns wird nach Gesprächen mit den Vertretungsplanern und SL auf weniger wichtige Aufsichten in der Nähe von Chemieräumen geachtet. Oft blieben (auch bei meinen Fachkollegen, ist nicht nur bei mir so) von 20 Minuten Aufsicht nur 5 übrig, die wir tatsächlich vor Ort sind, ich versuche Früh- oder Mittagsaufsicht zu erhalten (klappt fast immer, weil sie nicht begehrt sind). Man gewöhnt sich daran. Ich muss auch nicht mehr und auch meine Fachkollegen haben nach mind. 20 Jahren Unterricht (wir sind alle zwischen 50 - 60 Jahren) den Rhythmus.

Bei uns an der Schule spielen Versuche eine sehr große Rolle. Auch deshalb kam bei uns immer ein Chemie-LK zustande. Es gibt Kollegen an anderen Schulen, die Chemie angeblich fast nur theoretisch unterrichten, deren Sammlung miserabel ausgestattet ist (das sehe ich bei Fortbildungen). Bei uns war es vor über 15 Jahren auch so. Aber wir 5 sind alle seit 11 - 18 Jahren an der Schule und haben über die Zeit mit Hilfe der SL (Gelder) unser Fach entwickelt.