

# Self-Care im Lehrerberuf

**Beitrag von „Flipper79“ vom 11. Oktober 2021 09:14**

## Zitat von CatelynStark

Da ist sehr viel Wahres dran, was gerne mal von Kolleg:innen mit mehr als zwei Freistunden pro Woche vergessen wird.

Mich stört es auch wahnsinnig, dass wir eine ganze Reihe an Kolleginnen haben, die alle möglichen Wünsche an den Stundenplan haben, weil sie sich sonst nicht um die Kinder kümmern können. Und das geht deutlich über "ich kann nicht zur ersten Stunde hinaus". Da werden bei 18 Stunden zwei freie Tage gefordert, bei 16 Stunden auch, aber dann gleich mit Angabe welche Tage frei sein sollen, bei 16 Stunden auch "nie nach der sechsten Stunde und bitte mindestens ein freier Tag" (Ganztagschule). Und die Begründung ist IMMER "die Kinder". Wenn man dann mal fragt, ob nicht der Vater einspringen könnte, heißt es, der sei in seiner Firma zu wichtig.

Das kommt aber auch auf das TZ-Konzept an:

Ist im TZ - Konzept vorgesehen, dass TZ-Kräfte (bis zu einer bestimmten Stundenzahl) einen (oder mehr) freie Tage erhalten können (soweit dieses vom Stundenplan her geht)? Ist im TZ - Konzept vorgesehen, dass TZ Kräfte auch (oder statt einem freien Tag) einen Stundenplan bekommen, bei dem sie sich wünschen können, z.B. nicht zur 1. Stunde oder gar keinen oder an bestimmten Tagen keinen Nachmittagsunterricht erhalten?

## Zitat von Lehrerin2007

Wow. Das habe ich noch nie gehört. Fortbildungstage z.B. sind bei uns auch nicht reduziert, Elternsprechstage (bzw. Anwesenheitszeit) auch nicht (obwohl weniger Klassen), Klassenleitungen auch nicht.

Kommt auch auf auf das TZ-Konzept an. Genau solche Sachen können dort festgelegt werden.

Ebenso, dass außerunterrichtliche Tätigkeiten bei TZ Kräften angemessen verteilt werden (z.B. muss eine TZ Kraft bei uns nicht an allen außerunterrichtlichen Tätigkeiten teilnehmen, sondern kann in Absprache mit der SL einige "auslassen" (wichtig ist nur, dass für Wandertage & Co genügend KuK vorhanden sind)