

# Stresslevel

Beitrag von „nani“ vom 29. August 2023 22:04

## Zitat von puntino

- die regelmäßige Arbeitszeit bei 41 Wochenstunden liegt und alles, was da nicht reinpasst liegen bleiben muss

Klugscheißermodus an: soweit ich weiß, beträgt unsere regelmäßige Arbeitszeit 46 Stunden, weil auch Lehrer nur sechs Wochen Ferien / Urlaub im Jahr haben. Die restlichen 7 Wochen (von 13 Ferienwochen im Jahr) sind "unterrichtsfreie Zeit", in der man entweder auch seine 40 Stunden arbeitet, oder diese auf die übrigen Wochen im Jahr verteilt, sodass pro Woche 46 Stunden herauskommen.

Ich komme auch (locker) auf diese Zahl. Mag sein, dass mein Stresslevel deshalb auch meist höher als 5 ist, in Hochphasen auch weit mehr. Aber das mag meiner Persönlichkeit und meinem Arbeits- und Vorbereitungsstil geschuldet sein...