

Wie findet man die richtige Einstellung (Psychohygiene)?

Beitrag von „frufra“ vom 10. Februar 2024 16:49

Erst einmal danke für die Antworten.

Für eine posttraumatische Verbitterungsstörung wäre es noch zu frisch...

Ich trage das jetzt 4 Wochen mit mir rum, dachte erst...."O.k., dann halt innere Emigration", aber es NAGT an mir und ich merke, dass ich keine große Lust mehr habe, in die Schule zu gehen.

Dazu muss man sagen, dass ich den Beruf aus Leidenschaft ergriffen habe und Unterrichten liebe. Das tue ich auch jetzt noch, aber schon die Vorstellung, ins LZ zu gehen, schreckt mich ab. Ich habe viele nette Kollegen, aber man kann sich nicht wirklich unterhalten, denn die Günstlinge des Chefs sind auch immer irgendwo....

Und für Vermeidungsstrategien finde ich knapp 3,5 Jahre verdammt lang.