

Burn out im Ref?

Beitrag von „Meike.“ vom 28. November 2003 16:03

Also Wolkenstein, ich kann dich insofern beruhigen, als dass ich das auch nicht schaffe - ich schaff ja kaum in 45 min alles, was ich wollte. Ich muss die 5 Minutenpause immer nutzen um gerade noch rechtzeitig die langen Wege an unserer weitläufigen Schule zu überwinden, etwas zu kopieren und schnell mal mit dem einen oder anderen zu schwätzen.

Eintragungen mache ich deshalb am Ende des Tages - und inzwischen kann ich mir auch ganz gut merken, wer da wie beteiligt war. Manchmal aber auch nicht - dann mach ich an der Stelle 'n Fragezeichen oder lass es.

Im Großen und Ganzen kommen aber doch recht übersichtliche Aufzeichnungen zustande - es muss ja auch gar nicht an jedem einzelnen Tag für jeden einzelnen Schüler sein.

Nichtgemachte HA notiere ich sofort, dafür nehme ich dir auch mitten im U. die Zeit, denn allein schon der Akt selber beeindruckt die Schüler (ohje, jetzt ist es amtlich!).

Dasselbe gilt in der Unterstufe für vergessenes Zeug etc...

Viel ist ein Frage der Routine und Gewöhnung - ich mache diese Schultag-Abschlusshandlung inzwischen so automatisch, das ich sie quasi nicht vergessen KANN. Wichtig ist, denke ich, sich dafür eine feste Zeit vorzugeben - sei es, wie Sonne, am Ende der Stunde, wenn Zeit - oder am Ende des Schultages in der Schule, oder als Allererstes zuhause...hauptsache es schleift sich eine Gewohnheit ein, dann vergisst man auch nix.

Ich habe auch immer einen post-it Würfel dabei, wo ganz schnell zu merkende Dinge in hektischen Stunden draufgekritzelt werden, wenn gerade mal nix mit Liste etc geht: "Kurt muss pädagogische Sonderaufgabe x machen" "Alisa schwätzt seit 20 minuten" "Kinobesuch mit 23 Leuten buchen" "M hat Bs Ball über den Zaun geschossen - muss neuen kaufen".

Die pappen dann am Ende de Tages wild auf meinem Ordner und werden dann in Ruhe in die entsprechenden Listen / Kalender eingetragen.

Vielleicht hilft's dir ja was...

Gruß

Heike