

Burn out im Ref?

Beitrag von „Kruemelminchen“ vom 25. November 2003 19:07

Hallo,

ich muss dir wahrscheinlich nicht schreiben, dass dies bei mir zum Dauerzustand geworden ist.

Bin ja inzwischen an einer neuen Schule und eigentlich sind dort auch alle sehr nett zu mir. Meine Mentoren nehmen sich jede Woche (!!!) Zeit, um mit mir meine Stunden zu reflektieren, sie helfen mir mit schlauen Ideen bei der Unterrichtsentwicklung (wo ich ja manchmal so meine Kreativitätsprobleme habe) und geben mir wirklich alle Möglichkeiten.

Dennoch merke ich immer wieder, dass ich einfach keine Kraft mehr habe. Ich sitze zu Hause bei meiner Unterrichtsplanung kurz vor Nervenzusammenbrüchen und frage mich, wie ich das ganze noch bis Sommer aushalten soll.

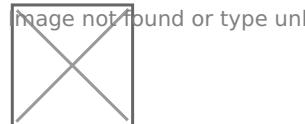
Ich hoffe für dich, wolkenstein, dass das nur eine vorübergehende Phase ist.

Ich tröste mich zur Zeit immer damit, dass ich nicht gezwungen bin, nach dem Ref in die Schule zu gehen!

Auch denke ich, wenn's gar nicht mehr geht (bevor ich mich kaputt mache), schmeiße ich und fange wieder an zu leben. Gottseidank ist es ja heute nicht mehr so, dass man den Beruf für's Leben findet, sondern Neuorientierungen möglich sind. Man muss nur bereit sein, das Risiko einzugehen und Motivation finden, etwas Neues anzugehen.

Viele Grüße

Minchen



P.S.: In 3 Wochen und 3 Tagen hast du Ferien (und ich vorher noch zwei Lehrproben)!!!!