

Burn out im Ref?

Beitrag von „wolkenstein“ vom 25. November 2003 18:00

Ihr Lieben,

wahrscheinlich krieg ich bald die silberne Zitrone für meine Depri-Beiträge, irgendwas mach ich grundlegend falsch:

Habe gerade eine angespannte Situation in der 11 hinter mir, hat sich alles geklärt, aber ich hab div. Nächte nicht so recht geschlafen, weil ich Angst hatte, dass einer meiner SuS von der Brücke springt. Wahrscheinlich hab ich das alles viel zu tragisch genommen, aber der Druck war enorm.

Irgendwie mischt sich das damit zusammen, dass ich heut Noten angesagt hab, und mir schlug bei einigen Schülern starkes Unverständnis für meine Notengebung entgegen - und weil's mir in den letzten Wochen nicht gelungen ist, mich nach jeder Stunde hinzusetzen und Notizen zu machen, frag ich mich jetzt selbst, wie gerecht das wohl alles war, und trau mir auch nicht mehr so recht.

Irgendwie... ist im Moment nicht nur der Lack ab, sondern auch der Motor kaputt. Mich deucht, ich bin nur noch mit disziplinieren, um Noten streiten und auf Klausuren vorbereiten beschäftigt, hab Bammel vor den nächsten Lehrproben und frag mich, ob ich wirklich als Lehrer geeignet bin. Kommt hier die vom SPIEGEL verkündete depressive Persönlichkeit zum Ausdruck? Oder meine eigene Unfähigkeit, mich so zu organisieren, dass Unterricht und Noten fair, nachvollziehbar, motivierend und in der Sache angemessen sind? Oder ist es ein klassischer Denkfehler, bei 150% Einsatz auch was zurück zu erwarten? 'Sch meine... das sacht sich immer so toll, man muss auch noch was Anderes haben usw. Ich finde keinen PLATZ mehr in meinem Leben für was anderes, keine Zeit, und auch keine Energie. Und Schoki ist im Moment auch nicht anzuraten...

Ratlos,

w.