

Ich weiß nicht mehr weiter, bitte um einen Rat

Beitrag von „Caro07“ vom 1. November 2025 20:16

[Milli85](#) Ich finde es total schwierig, dir in der komplexen Situation etwas zu raten. Die meisten Ideen sind in den verschiedenen Beiträgen schon angeklungen.

Persönliche Empfindungsebene:

- Wegen deiner persönlichen privaten Situation würde ich mir professionelle Hilfe zur Trauerbewältigung holen.
- Wegen der Mobbingssituation würde ich schauen, ob es nicht diesbezüglich eine Stelle gibt, die dir helfen kann einen Draufblick zu geben, z.B. eine psychologische Beratungsstelle.

Schulische Situation:

- Wegen der schulischen Gesamtsituation würde ich zuerst einmal in einen Lehrerverband eintreten und dann dort mich beraten lassen. Mit Lehrerverbänden und Beratung habe ich immer gute Erfahrungen gemacht, denn das sind Leute vom Fach. Von Vorteil ist, wenn jemand vom Lehrerverband, dem man selbst angehört, im Personalrat ist.

Ansonsten sind für mich einige positive Sachen angeklungen. Dir macht die Arbeit mit Schülern Spaß, also fokussiere das und sehe dich in diesem autark und stark. Betone innerlich die positive Seite deines Berufes. Dann ist einem irgendwann immer egal, was andere sagen und negative Sachen treffen einen nicht mehr so.