

Stress, Stress, Stress...

Beitrag von „schrödرا“ vom 25. September 2003 15:05

Hallo an alle, mein Beitrag schließt sich gleich an den vorherigen zur "Arbeitsbelastung" an. Ich habe jetzt regulär neu mit der vollen Stundenzahl angefangen und im Gegensatz zu vielen von euch finde ich das gar nicht so toll. Manchmal sind die Stunden so wie ich es mir vorstelle, aber in 50 Prozent der Fälle gehe ich aus unterschiedlichsten Gründen völlig unzufrieden aus einer Stunde raus. Ich versuche jede Stunde intensiv vorzubereiten und habe deshalb eine 60-Stunden Arbeitswoche und dann läuft es trotzdem nicht so, wie man es will. Wie macht ihr das, wenn mal eine Stunde daneben lag? Ich fühle mich zur Zeit ziemlich überfordert, so dass ich im Sprachunterricht auch häufiger Fehler reinbringe und dann krittele ich an mir selbst so lange rum bis mir der ganze Tag versaut ist...Soll ich das alles lockerer sehen? Eigentlich weiß ich ja, dass ich es kann. Oder ist das doch der falsche Beruf? Es macht schon teilweise noch Spaß, aber wenn das so weiter geht, dann werde ich irgendwann zum Nervenbündel... 😊

Beitrag von „eulenspiegel“ vom 25. September 2003 15:16

Hallo,

ich bin jetzt auch seit drei Wochen als richtige Klassenlehrerin am Start und habe 25 Stunden. Klar, das ist eine riesige Umstellung im Vergleich zu der geringen Stundenzahl im Referendaritat. Allerdings habe ich meinen Arbeitsaufwand, den ich pro Stunde betreibe, schon nach der Prüfungszeit auf ein angenehmes Maß herunter geschraubt. Mein Anspruch an mich selbst, das Material, die Stunden etc. ist zwar auch sehr hoch, aber ich möchte nicht am Krückstock gehen. Außerdem ist es für den Lernerfolg der Kids wichtig, dass wir mal nen Gang runterschalten und ihnen Zeit lassen. Mein Problem ist oft, dass ich mein Programm durchziehen möchte, die Kids aber noch mit etwas beschäftigt sind oder einfach noch ein bisschen Pause brauchen. Ich glaube, dass es ganz wichtig ist, weniger in die Stunden reinzupacken, aber trotzdem genügend Material dabei zu haben, damit auch die Schnellen noch etwas zu schaffen haben.

Ich finde meinen Unterricht immer noch gut, auch wenn nicht jedes Arbeitsblatt topgestylt und nicht jede Stunde einen runden Abschluss hat. Das ist doch gerade das Schöne an der Klassenlehrerposition: man kann einfach am nächsten Tag weiter machen oder die HUS-/Deutsch- etc. Stunde verlängern, wenn man noch ein bisschen Zeit braucht. Da wir keinen Gong an der Schule haben, mache ich das gerne. Ist viel effektiver.

Du musst auf jeden Fall von dder 60Stunden Woche runterkommen, sonst hältst du das ja kein ganzes Schuljahr aus, geschweige denn ein Leben lang! Klar geht auch mal was schief, aber Nobody is perfect und außerdem sind wir Berufsanfänger, wäre ja schlimm, wenn da alles perfekt und wie am Schnürchen klappen würde.

Denke an die Freizeit. Ich gehe regelmäßig ins Fitnessstudio, lese und schaue natürlich auch fern. Zudem habe ich noch einen Freund, mit dem ich auch ab und zu noch rede. Der würde sich aber auch beschweren, wenn hier nur noch Schule angesagt wäre.

Gruß, Annette

Beitrag von „Hermine“ vom 25. September 2003 18:03

Hallo Schrödra,

kann es sein, dass du die Stunden vielleicht "übervorbereitest" und die Kids dann nicht so "funktionieren" wie es der Plan vorgesehen hätte?

Mein Direktor an der Zweigschule (BDU) hat uns mal den Tipp gegeben, einfach mal wirklich total unvorbereitet in eine Stunde zu gehen- die Grobstruktur hat man meistens eh im Hinterkopf.

Versuch das doch ein einziges Mal, vielleicht läuft die Stunde sogar besser als die intensiv durchgeplanten?

Liebe Grüße, Hermine

Beitrag von „Meike.“ vom 25. September 2003 19:06

Hallo Schrödra,

willkommen im Club.

Keiner unter uns, der diese Erfahrung nicht gemacht hätte - und sie ist wohl auch sinnvoll, einfach um ohne schlechtes Gewissen und aus erster Hand einzusehen, dass du so, wie du es im Ref gelernt hast, nicht unterrichten kannst, und dass du akzeptieren musst und DARFST (!!), dass das richtige Lehrerleben ein halbvorbereitetes ist (nicht immer und nicht in jeder Stunde, aber mal hier und öfter da...).

Ich kann dich in 2 Punkten beruhigen:

a) man bekommt Routine und hält auch ohne den Text mit 3 Sek-lits und Zusatzmaterialien

durchdacht, durchplant und aufgearbeitet zu haben gute Stunden. Manchmal sogar sehr gute. Und manchmal grottige. Aber es geht nach ner Weile.

b) es dauert ne Weile bis man den Referendaren-Schuldreflex (ich muss im Kopf doch eigentlich einen großen Entwurf für jede Stunde geschrieben und das Optimale rausgeholt haben) los wird. Diese Zeit braucht man aber auch - wenn man sie nicht hätte, würde man nicht erkennen, dass der Schuldige nicht du bist, sondern die, die dir eingeredet haben, sie brächten dir was für den Lehreralltag bei.

Bereite du mal ruhig so lange alles perfekt vor, bis du nicht mehr kannst (klingt jetzt arrogant und fies gruselig und vielleicht bin nur ich so, dass ich nur aus Fehlern lerne...und du bist schlauer als ich...aber ich habt nur so kapiert!), und dann fällt es plötzlich ganz leicht, das Lehrbuch zur Hand zu nehmen, im Kopf zu sagen "Aufgabe eins bis drei, morgen mal - und dafür heute um 10 ins Bett - und davor Pizza essen! YES!! Ich bin wieder da!!!"

Ehrlich: Es geht nicht immer perfekt. In Klausurzeiten geht's sogar selten perfekt, Im Abi kaum noch (jedenfalls noch nicht - vielleicht pack ich das auch noch...).

Beziehungsweise - und das macht Hoffnung: irgendwann, wenn die Routine da ist, dann geht es (manchmal) WIEDER oft perfekt: aber mit dem Viertel an Aufwand.

Wart mal ab bis dahin und gönn dir und den kids mal ne Lehrbuchstunde mit ner ausgeschlafenen Lehrerin. Dann passieren auch keine sprachlichen Patzer!

Daumendrück!

Heike

Beitrag von „wolkenstein“ vom 26. September 2003 23:51

@ Heike: Neuer Avatar, neue Heike? Große Wandlung? Lass mal hören...

@ Schröda

Bin zwar noch referendar, aber immerhin Lehrerskind und deshalb das Ganze sozusagen mit der Muttermilch... (nicht das es was nutzt...), kann deshalb meinen Vorrednern nur zustimmen. Mir ist auch nicht so klar, warum über Lehrbuchstunden immer so gegiftet wird - die armen Menschen, die das Buch zusammengestellt haben, haben sich dabei durchaus auch was gedacht, und "das perfekte Material" gibt's eh nicht. Ich sehe das Lehrbuch als Baseline - wenn ich was hab, um darüber zu improvisieren, fein, wenn nicht, kriegen sie wenigstens die Grundlagen. Selbst wenn für uns das Zeug bageklatscht ist, für die SuS ist es neu. Und falls du (wie ich) katholisch bist und unbedingt ein schlechtes Gewissen vor der höheren Verantwortung brauchst: Des Lehrers höchste Verantwortung kann doch eigentlich nur sein, den SuS als ausgeglichener Mensch und Lernpartner zur Verfügung zu stehen. Denk ich jedenfalls.

Ansonsten, echt kölsch: Et hätt noch immer jot jejange...

Mitfühlend,
W.

Beitrag von „Meike.“ vom 27. September 2003 23:54

Nö, lieber Wolkenstein - keine große Wandlung. Nur der alljährliche Vorsatz, zur Ruhe zu kommen, heißt: mich nicht mehr generell den ganzen Tag aufzuregen (im Positiven wie im Negativen, so als Grundhaltung) - hehehehe, hält in der Regel so drei bis 12 Tage.
Wahrscheinlich könn't ich mit ner ruhigen Heike gar nicht mal gut leben...

naja....immerhin dachte ich der Avatar hat so was buddhistisch-innerlich-leuchtendes (vielleicht regt sich die Dame aber auch nur...??!!??! 😊😊 !!!)

however,
Heike