

Wieviele Energie habt ihr nach der Schule?

Beitrag von „frauteacher“ vom 17. Februar 2009 21:16

Ich hatte heute bis vier Uhr Schule und bin ziemlich platt....auch jetzt noch (ist zwar ne Erkältung im Anmarsch)...und die Schneemassen hier in Österreich sind wohl auch nicht zu vergessen...usw., aber ich frage mich oft: ist das normal?

Bin ab und zu (nicht immer) nach der Schule schon ziemlich energielos.

Ist das sonst noch bei wem? Wie ladet ihr die Batterien auf?? Dabei bin ich Single und muss mich nach der Schule nicht ums Partner oder Kids kümmern....hätte sogar oft Angst, dass ich für so was dann gar keine Energie hätte!?

Ist das bedenklich? Bin ja erst 28, bald 29 Jahre. MfG

Beitrag von „alias“ vom 17. Februar 2009 22:08

null komma wenig...

Ebenfalls Hauptschule. Ich habe derzeit viele "Indigo-Kinder", die ihre Hochbegabung perfekt tarnen...

Zitat

Obwohl Carroll und Tober angeben, die meisten Wesensmerkmale der Indigo-Kinder seien physisch beobachtbar, ist das Konzept insgesamt esoterischer Natur. Ein Indigokind weise neue und ungewöhnliche psychische Merkmale auf, die ein bislang nicht bekanntes Verhaltensmuster ergäben. Es käme demnach mit einem hohen Selbstwertgefühl und dem Wissen um seine Erhabenheit gegenüber anderen Menschen auf die Welt, akzeptierte keine (künstlichen) Autoritäten und reagierte nicht auf Disziplinierungsversuche, verweigerte ihm unverständlich oder sinnlos erscheinende Handlungen, zeigte Frustrationen gegenüber ritualisierten Systemen, gelte als Querdenker, hätte Schulschwierigkeiten, würde von anderen als dissozial wahrgenommen und hätte einen hohen Intelligenzquotienten. Auch sei es hypersensibel gegenüber chemischen Stoffen, beispielsweise in der Nahrung. Bei Indigokindern würde von Ärzten häufig fälschlicherweise kinder- und jugendpsychiatrische Störungen wie beispielsweise eine Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörung (ADHS) diagnostiziert. Anhänger dieser Idee empfehlen daher

Eltern, auch entgegen ärztlichem Rat auf eine schulmedizinische Behandlung dieser Störung zu verzichten. Carroll, Töber und andere einschlägige Autoren vermitteln den Eindruck, die „Ankunft“ der Indigo-Kinder sei Teil eines größeren spirituellen Prozesses, sie wären Vorboten einer neuen, hybriden, möglicherweise sogar außerirdischen Lebensform.

<http://de.wikipedia.org/wiki/Indigo-Kinder>

Einige meine Kiddies sind mit Sicherheit außerirdisch... sowas kann nicht von dieser Welt sein


Beitrag von „Melosine“ vom 18. Februar 2009 07:02

Kaum noch welche - leider! Mir macht es auch zunehmend zu schaffen, dass ich nach der Arbeit so dermaßen erledigt bin.

Ich habe auch noch Familie, muss einkaufen, Essen kochen, usw.

Für andere Aktivitäten hab ich manchmal keine Kraft mehr. Dabei sind es gerade die, die einen wieder auftanken lassen.

Von wegen lockerer Halbtagsjob... 

Naja, ich hoffe mal auf den Frühling. Vielleicht wird's mit etwas Sonneneinstrahlung wieder besser.

VG
Melo

Beitrag von „lissis“ vom 18. Februar 2009 07:40

Zitat

Original von alias

null komma wenig...

Ebenfalls Hauptschule. Ich habe derzeit viele "Indigo-Kinder", die ihre Hochbegabung perfekt tarnen...

<http://de.wikipedia.org/wiki/Indigo-Kinder>

Einige meine Kiddies sind mit Sicherheit außerirdisch... sowas kann nicht von dieser Welt sein



Das ist ja cool!8o 😊😊

Beitrag von „Friesin“ vom 18. Februar 2009 08:25

nach der Schule brauch ich immer erst ca. 1- 1,5 Stunden, um zu regenerieren.

Ich halte das für normal, kein Mensch kann nach einem anstrengenden, quirligen Schultag nonstop weiterpowern !

Im Frühling wird es bestimmt besser *Trösterle rüberschieb*

Beitrag von „alias“ vom 18. Februar 2009 09:34

Zitat

Original von lissis

Das ist ja cool!8o 😊😊

Ich finde das nicht cool - da hat wohl eher jemand zu heiß gebadet... 😊 😊 😊 😊

Beitrag von „Mara“ vom 18. Februar 2009 10:33

Zitat

Original von frauteacher

Bin ab und zu (nicht immer) nach der Schule schon ziemlich energielos.

Ist das sonst noch bei wem? Wie ladet ihr die Batterien auf?? Dabei bin ich Single und muss mich nach der Schule nicht ums Partner oder Kids kümmern....hätte sogar oft Angst, dass ich für so was dann gar keine Energie hätte!?

Hi!

Ich würde sagen, dass das völlig normal ist. Mir geht es auch oft so, dabei arbeite ich nur Teilzeit (16 STd).

Nur was das Kümmer um Kinder angeht: Ich kenne ja beides, Schulalltag mit und ohne Kind. Aber da brauchst du dir keine Sorgen zu machen, dass du damit überfordert wärst.

Ich freue mich nach der Schule auf meine Tochter und kann durch sie auch viel besser abschalten - generell nehme ich die Schule nicht mehr so wichtig, weil ich ja andere Prioritäten im Leben habe und das ist auch gut so!

Ansonsten hilft es mir oft, nach der Schule erst mal etwas stumpfsinnig fernzusehen oder noch besser möglichst direkt etwas zu unternehmen (aber das ist es ja schon - als ich noch kinderlos war, habe ich mich nachmittags fast nie mit Freundinnen getroffen, dabei hilft das wirklich sehr abzuschalten und zu entspannen). Vorbereitungen etc. mache ich immer abends, dafür habe ich direkt nachmittags nach der Schule absolut keine Energie.

Spätestens wenn jetzt der Frühling kommt und das Wetter auch wieder besser wird, hast du sicher auch wieder mehr Energie!

Viele Grüße

Beitrag von „Josh“ vom 18. Februar 2009 12:36

Wie viele Unterrichtsstunden umfasst denn ein volles Deputat an einem Gymnasium in Deutschland eigentlich? (Damit ich weiß, was auf mich bezüglich Stress und Müdigkeit zukommt)

Beitrag von „der PRINZ“ vom 18. Februar 2009 14:43

in Hessen 25 - glaube ich

an der Grundschule 29

Bin auch manchmal voll erledigt, hänge dann vor'm PC ab, eh ich wieder in die Gänge komme, um weiter zu arbeiten. Manchmal schlafe ich sogar Mittags (dazu hatten wir doch auch schon mal nen Thread).

Ich denke auch, dass es sehr wichtig ist, das man immer wieder ablenkendes Programm vorhat, nicht zu viel, aber wohl dosiert.

Und @ alias... du lieferst mir hier gerade die Erklärung für einen kleinen "abartigen" Jungen, an dem ich jeden Tag sooo viel Freude habe!!

Beitrag von „strubbelus“ vom 18. Februar 2009 15:14

Hallo,

ach das geht ganz gut.

Ich bin nicht unmittelbar nach der Schule erledigt. Das geht auch gar nicht, da habe ich zu viele weitere Verpflichtungen, Termine, Arbeit, Hausarbeit, Kinderarztbesuche etc.

Da komme ich erst gar nicht dazu, erledigt zu sein.

ABER dafür bin ich in der Regel wochentags spätestens halb neun im Bett und schlafe sehr früh ein.



Viele Grüße
strubbelus

Beitrag von „Hermine“ vom 18. Februar 2009 15:27

Ich bin schon auch ziemlich erledigt, vor allem im Moment (= bei uns kurz vor den Faschingsferien, die Schüler sind übrigens genauso platt, leider äußert sich das bei denen aber anders.)

Aber ich habe auch schon gemerkt, dass ich eher ein Sommermensch bin- im Sommer schaff

ich einfach mehr weg.

Jetzt behelfe ich mir damit, dass ich nach dem Mittagessen erstmal Pause mache, vielleicht ein bisschen spazierengehe und dann beschränke ich meine Vorbereitungen im Moment ziemlich auf Buchunterricht mit schüleraktivierenden Phasen- Sahnehäubchen kommen dann wieder, wenn ich wieder nach den Ferien frische Kraft getankt habe...

Liebe Grüße

Hermine

Beitrag von „schlauby“ vom 18. Februar 2009 15:34

Ach, ~~ihr Lehrer~~ stellt euch nicht so an.

Unser Herr Möllring, ~~nieders.~~ Innenminister und Verhandlungsführer im derzeitigen Tarifstreit, bringt es auf den Punkt:

~~Teilzeitarbeitende Grundschullehrerinnen sind doch bloß "Boutiquenlehrerinnen" (o-Ton), die erstmal lernen müssten, richtig zu arbeiten !!!~~

Also hört auf, zu jammern !

~~... irgendwie traurig, dass die politische Lehrerschelte immer aus meinem Bundesland kommt~~
 ~~("faule Säcke", "Boutiquenlehrerinnen", ...)~~

hat sich dann wohl ergeben*, nachzulesen:

<http://bildungsklick.de/pm/66280/gew-w...tionen-zurueck/>

Beitrag von „der PRINZ“ vom 18. Februar 2009 15:41

Die GEW entschuldigt sich,.... scheint wohl so nicht zu stimmen, seine Aussage...

Beitrag von „Liselotte“ vom 18. Februar 2009 15:45

Zur Zeit reichlich wenig.

Und ich finde es momentan auch sehr schwer die Akkus so aufzutanken, das etwas brauchbares dabei rauskommt wenn ich am Schreibtisch sitze.

Das liegt wohl weniger an der Schule an sich, als viel mehr daran, dass ich so wenig Lust habe mich auf meine Prüfung (die schon sehr sehr bald ist) vorzubereiten und dafür zu lernen. Also ein ungünstiger Zeitpunkt für wenig Energie. 😊

Beitrag von „silke111“ vom 18. Februar 2009 15:46

arbeite vollzeit und zuhause wartet dann noch mein kind auf essen, ha-hilfe und so und bin immer total erledigt, wenn ich nach 6,5-8 Stunden abwesenheit wieder meine wohnung betrete und dann noch die restliche arbeit zuhause auf mich wartet, also einkaufen, kochen, hausaufgabenhilfe leisten, wieder unetrricht vorbereiten, evtl. elterntelefonate führen...

bin oft erschrocken über meine erschöpfung 😞

auch wenn ich mal schon um 16/17h alles erledigt habe, bin ich danach für nichts mehr zu gebrauchen... für hobbys/sport habe ich keine energie mehr.

ich denke manchmal, dass es gar nicht an der stundenzahl alleine liegt, sondern mehr daran, dass wir lehrer an einem tag über 4-8 Stunden (8 bei mir an tagen mit ganztagsunterricht) ohne wirkliche pause ständig npräsent sein müssen, fast durchgehend lärm um uns haben, dauernd jeder etwas zwischene tür und angel von einem will usw. usw.

da reichen an einem stressigen tag schon 4 Stunden, um mich völlig zu ermüden.

frage mich nur, ob es den erfahreneren, älteren kollegen besser geht??

Beitrag von „Referendarin“ vom 18. Februar 2009 16:31

Zitat

Original von silke111

ich denke manchmal, dass es gar nicht an der stundenzahl alleine liegt, sondern mehr daran, dass wir lehrer an einem tag über 4-8 stunden (8 bei mir an tagen mit ganztagsunterricht) ohne wirkliche pause ständig präsent sein müssen, fast durchgehend lärm um uns haben, dauernd jeder etwas zwischene tür und angel von einem will usw. usw.

Ich denke auch, dass es genau das ist!

Beitrag von „leppy“ vom 18. Februar 2009 17:09

Wenn ich direkt etwas nach der Schule vor habe, sei es privat oder noch beruflich schaffe ich es energiemäßig am besten. Es geht auch, wenn ich etwas esse, 15min ruhe und dann etwas mache. Aber wenn ich das nicht tue, dann liege ich oft 2-3h teilweise schlafend erledigt auf der Couch. Wobei ich noch keine Kinder habe und mir das auch mal leisten kann.

Allerdings gehe ich meist nicht früh genug ins Bett (meist so gegen 23h, aufstehen spätestens 5.30h), sodass ich nachmittags einiges nachholen muss.

Was ich nach der Schule direkt kann ist leichte Sachen (Diktate, Mathearbeiten, Arbeitshefte) kontrollieren. Für Aufsätze brauche ich richtig Energie um konzentriert bei der Sache zu sein.

Ich finde es aber normal, dass man erstmal müde ist. Mein Schultag geht inklusive Hin-und Rückfahrt meistens von 7h bis 13.30h, das sind immerhin schon 6,5h und die Pausen halten sich aufgrund vieler Aufsichten doch sehr in Grenzen. Habe häufig Vormittage, an denen ich es in den Pausen nicht mal auf die Toilette schaffe.

Gruß leppy

Beitrag von „Vaila“ vom 18. Februar 2009 17:25

Ich zitiere aus der netzeitung.de:

"Bereits vor dem Studium sollten sich angehende Lehrer einem Eignungstest unterziehen, sagt die Präsidentin der Kultusminister-Konferenz Erdsiek-Rave. Die Verfassung der Mehrheit der aktiven Lehrer sei «Besorgnis erregend»."

Beitrag von „Vaila“ vom 18. Februar 2009 17:35

Expertentagung: Viele Lehrer für Beruf ungeeignet

Trier (dpa) - Viele Lehrer an deutschen Schulen sind nach Ansicht von Experten für den Beruf nicht geeignet. Bereits ein Viertel aller Lehramtsstudenten ist nach Angaben des Potsdamer Psychologen Uwe Schaarschmidt chronisch erschöpft.

«Sie sind ausgebrannt, obwohl sie nie gebrannt haben», sagte der Professor auf der Tagung «Auf den Lehrer kommt es an» an der Universität Trier. Sie brächten für den Beruf «Voraussetzungen mit, die alles andere als optimal» seien. Dieses Verhaltensmuster finde sich dann auch an den Schulen: Dort zeigten rund 30 Prozent der Lehrer Zeichen eines Burnout-Syndroms. In Trier diskutierten mehr als 200 Experten aus fünf Nationen über Wege, mehr geeignete Lehrer in die Klassenzimmer zu bringen.

Ein Kritikpunkt ist die fehlende Auswahl: Es gebe «keine Hürde» für den Beruf und oft sei die Wahl nur «Plan B oder C», sagte die Geschäftsführerin des Zentrums für Lehrerbildung an der Universität Trier, Birgit Weyand. Es könne nicht sein, dass diejenigen, die die Aufnahmeprüfung für eine Banklehre nicht schafften, Lehrer würden. Studien gingen davon aus, dass rund 15 Prozent aller Lehrer für den Beruf ungeeignet seien.

Der Frankfurter Pädagogik-Professor Udo Rauin meinte, die wenig durchsichtigen Karriere-Chancen an den Schulen zögen «gerade die an, die wir nicht wollen». «Die denken dann: 'Da kann ich abtauchen'.» Seiner Einschätzung nach gehen rund 25 Prozent der Lehrer in die Schule, weil sie nicht arbeiten wollten. Das Beamtensystem sei sicherlich «ungünstig» für Veränderungen in der Schullandschaft. Es sei aber nur eine «Stellschraube» von vielen.

Schaarschmidt nannte den Lehrer-Beruf «über alle Maßen» anstrengend. Häufig fühlten Lehrer sich «alleingelassen» und seien ständig Druck von verschiedenen Seiten ausgesetzt. Der Lehreralltag in der Schule sei «nicht menschengerecht», da es an Erholungsraum fehle. «Die Pausen sind oft anstrengender als der Unterricht.» Eine seiner Studien habe ergeben, dass 50 Prozent aller Lehrer noch nach 20.00 Uhr, 25 Prozent noch nach 22.00 Uhr arbeiteten. «Da fehlt es an der nötigen Regeneration für den nächsten Tag», sagte er.

© sueddeutsche.de - erschienen am 17.02.2009 um 16:35 Uhr

Beitrag von „frauteacher“ vom 21. Februar 2009 09:44

Ich bin recht froh, dass ich nicht alleine bin mit diesem Problem...dachte schon abnormal zu sein....hängt oft ja auch von der Tagesverfassung ab.

Mara:

Zitat:

"Ich freue mich nach der Schule auf meine Tochter und kann durch sie auch viel besser abschalten - generell nehme ich die Schule nicht mehr so wichtig, weil ich ja andere Prioritäten im Leben habe und das ist auch gut so!"

Das beruhigt mich zu lesen....wenn es dann bei mir mal so weit ist. 

Vaila

Was möchtest du mir, uns mit diesen Beiträgen sagen, dass ich ungeeignet bin, weil ich zu wenig Energie habe???....In der Schule habe ich ja Energie...nachher nicht mehr viel.

Beitrag von „alias“ vom 21. Februar 2009 11:35

Zitat

Original von Vaila

Ich zitiere aus der netzeitung.de:

"Bereits vor dem Studium sollten sich angehende Lehrer einem Eignungstest unterziehen, sagt die Präsidentin der Kultusminister-Konferenz Erdsiek-Rave. Die Verfassung der Mehrheit der aktiven Lehrer sei «Besorgnis erregend»."

Dieses dummliche Zitat liest man immer wieder. Leider lässt sich die Eignung für den Lehrerberuf nur schwer über derartige Tests feststellen - die "allwissende Diagnositis" funktioniert nicht.

Ich habe mich gestern mit einem alten Freund getroffen, der im Verkauf arbeitet und von ähnlichen Erschöpfungszuständen am Abend berichtet, die auch viele Lehrer plagen. Manche seiner Kollegen seien nahe am "Burn-Out" oder schon darüber. Wir kamen dann im Gespräch auf eine einleuchtende Erklärung:

Wer - wie Lehrer oder Verkäufer - sich im Minutentakt auf andere Menschen und deren Wünsche einstellen muss, ist ständig gefordert kreative Entscheidungen zu treffen, muss im Sekundentakt abwägen, wie am Besten auf das Ansinnen des "Kunden" reagiert werden kann. Viele dieser Entscheidungen sind emotionaler Natur. Sie betreffen auch Körperhaltung, Gesichtsausdruck, Sprachmelodie.

Oft muss entgegen der eigenen Natur gehandelt werden. Während unsere Steinzeitvorfahren bei einem Angriff kleinhirngesteuert und reflexartig zurückgeschlagen haben, muss bei uns das Großhirn den gesamten Hormonhaushalt in diesen Fällen auf Freundlichkeit und rationale Problemlösung programmieren.

Jede spontan zu treffende Entscheidung kann weit reichende Folgen haben - ein Verkäufer spürt seine Fehlentscheidungen am selben Tag bei seinen Umsatzzahlen - und dem damit verbundenen Gehaltsverlust (=Provisionsanteil), ein Lehrer durch Spannungen im sozialen Gefüge "seiner" Klasse bzw. sofortigen Rückmeldungen durch Schüler, Eltern, Schulleiter oder Schulrat.

Während ein Kaufmann oder Angestellter im Büro seine Entscheidungen meist in Ruhe überlegen und abwägen kann - eventuell mal kurz einen Kaffee zwischendurch trinkt - bleibt einem "Arbeiter mit direktem Menschenkontakt" diese Zeit in der Regel nicht.

Weil man hinterher oft klüger ist, nagen Spontan-Fehlentscheidungen (auch didaktischer Natur) bei Lehrern oft tage- und nächteweise. Dies ist eine Ursache von Burn-Out.

Beitrag von „Vaila“ vom 21. Februar 2009 12:37

Entschuldige! Ich wollte den Artikel mal so in den Raum stellen, da er neueste Studien widerspiegelt, die wiederum das Lehrerbild in der Öffentlichkeit bestimmen. Was hier von einigen "Experten" geäußert wird, macht mich sehr zornig, weil die Ursache für die "chronische Erschöpfung" wieder nur an der Lehrerpersönlichkeit festgemacht wird. Sprich: zu viele unfähige Personen im falschen Beruf, da man ja ganz locker Lehrer werden kann! Ja Himmel, woher beziehen besagte "Experten" eigentlich ihre Informationen? Ich finde es überhaupt nicht leicht, Lehrer zu werden, denn man muss ja schließlich erst einmal ein langwieriges Studium zu Ende bringen. Und jeder, der einmal ein Referendariat gemacht hat, weiß, dass die Sache absolut kein Zuckerschlecken ist. In dieser Phase wird - meiner Ansicht nach - die Spreu vom Weizen getrennt. Wie dann noch 30 % unfähige Lehrer (solche mit Zeichen eines Burnout-Syndroms sind wohl als unfähig zu bezeichnen) zustande kommen, ist mir absolut schleierhaft! Ich bin auch chronisch erschöpft, weil ich zwei Korrekturfächer habe und mir in den letzten Jahren 3-4 Deputatsstunden Mehrarbeit aufgezwungen wurden, die vorbereitet werden müssen und an denen wiederum Korrekturen hängen. Zudem gibt es zeitaufwändige neue Prüfungen: Lernstandserhebungen, Zentrale Prüfungen, Zentralabitur, die viele (unausgegorene) Neuerungen mit sich bringen, in die man sich erst einarbeiten muss. Das Schulgesetz schreibt individuelle Förderung vor: Jeder Kollege/jede Kollegin weiß, dass diese Vorschrift ein Fass ohne Boden ist! Mein Arzt (Image: Halbgott) stellt für das Setzen einer Spritze 30 € in Rechnung (Arbeitszeit ca. 30 Sekunden!). Wir LehrerInnen leisten hochqualifizierte Arbeit unentgeltlich und ernten Hohn und Spott. Erschöpfung programmiert!

Beitrag von „Antigone“ vom 21. Februar 2009 12:53

Zitat

Wer - wie Lehrer oder Verkäufer - sich im Minutentakt auf andere Menschen und deren Wünsche einstellen muss, ist ständig gefordert kreative Entscheidungen zu treffen, muss im Sekundentakt abwägen, wie am Besten auf das Ansinnen des "Kunden" reagiert werden kann. Viele dieser Entscheidungen sind emotionaler Natur. Sie betreffen auch Körperhaltung, Gesichtsausdruck, Sprachmelodie. Oft muss entgegen der eigenen Natur gehandelt werden. Während unsere Steinzeitvorfahren bei einem Angriff Kleinhirngesteuert und reflexartig zurückgeschlagen haben, muss bei uns das Großhirn den gesamten Hormonhaushalt in diesen Fällen auf Freundlichkeit und rationale Problemlösung programmieren. Jede spontan zu treffende Entscheidung kann weitreichende Folgen haben - ein Verkäufer spürt seine Fehlentscheidungen am selben Tag bei seinen Umsatzzahlen - und dem damit verbundenen Gehaltsverlust (=Provisionsanteil), ein Lehrer durch Spannungen im sozialen Gefüge "seiner" Klasse bzw. sofortigen Rückmeldungen durch Schüler, Eltern, Schulleiter oder Schulrat.

Ich glaube, dass daran viel Wahres ist!

Mich strengt vor allem auch diese permanente Präsenz an, diese nie nachlassende Aufmerksamkeit. Wer einen Bürojob hat, kann sich gut und gerne mal 10 Minuten ausklinken, seinen Kaffee trinken und aus dem Fenster gucken. An einem Vormittag von 6 U-stunden am Stück ohne Freistunde habe ich meist nichtmals in der Pause eine Minute für mich. Dazu die Geräuschkulisse. Ok, das lasse ich dann um halb 2 hinter mir, und wenn ich dann wirklich richtig frei hätte, würd ich ja sagen, ok, alles halb so wild. Aber dann geht's ja munter weiter mit den Korrekturen und Vorbereitungen. Nicht zu vergessen auch die sich seit den 90ern vollziehende Öffnung von Schule, die zig außerunterrichtliche Aktivitäten, Veranstaltungen mit sich bringt. Muss ja alles gemacht werden. Und das ja nicht von mehr Personal, sondern immer noch von derselben Anzahl von Kräften. Als ich in den 80ern selbst Schülerin war, gab's an meinem Gym. einen Tag der offenen Tür, eine (!) AG - Spanisch zur Oten Stunde 😊 -, und ab und an mal 'ne Theateraufführung, die durch einen Kunstlehrer organisiert wurde, der ansonsten das ganze Schuljahr von einem Kabuff neben dem Kunstraum seinen Unterricht praktizierte, also hinreichend Muße hatte sich theaterpädagogisch zu betätigen. Das war's. Nichts gg. Kunstlehrer und nicht dass ich diese Zeiten zurücksehne, aber es werden heute soviele Anforderungen an Lehrer gestellt, dass mich zumindest nicht wundert, warum mehr und mehr Kollegen die Pension mit 65 nicht mehr erreichen. Dass das allesamt Weicheier sein sollen, weise ich ganz entschieden zurück.

Grüße!

Antigone

Beitrag von „isabella72“ vom 21. Februar 2009 22:36

Huhu,
ich kann mich meinen Vorrednern nur anschließen.

Diese permanente Präsenz ist recht anstrengend. Die Stunde ist um, die große Pause beginnt....da stehe ich noch in der Klasse und warte auf den Letzen, damit ich die Klasse abschließen kann. Auf dem Weg ins Lehrerzimmer treffe ich natürlich noch Schüler oder Kollegen, die ein Anliegen haben, da sind die ersten 5 Minuten der 15 Minutenpause vorbei. Im Lehrerzimmer setze ich mich erstmal hin, um gleich wieder aufzustehen, weil irgend jemand am Telefon ist oder am Eingang nach mir fragt.

Das Aufgabengebiet der Schule (Fremdsprachenprojekte u.s.w.), welches ich betreue, muss ich z.T. zu Hause erledigen, also nach der Schule.

Dazu kommen Korrekturen und Vorbereitungen..... nix Neues also.....

Dann sind da noch ein paar nette Eltern, die von mir verlangen, dass ich sie nach 19h30 anrufe oder am Wochenende..... (deren Kinder sind nicht in meiner Klasse).

Sorry, dafür gebe ich meine Restenergie nicht hin, da habe ich dann **Präsenzfeierabend!!!!!!**

Diese Zeiten muss ich mir immer wieder ins Gedächtnis rufen, da ich auch dazu neige, Arbeit und Privates nicht zu trennen und meine Arbeit zu Hause nicht anzuerkennen, da ich "ja zu Hause bin" und zwischendurch mal etwas esse, Fernseh schaue oder Musik höre.....

...dafür mache ich am Besten mal einen neuen Thread auf 😊

LG
Isa

Beitrag von „paulchen2008“ vom 25. Februar 2009 18:45

Ja,

ich kann das alles auch nur noch mal dick unterstreichen. Bin nun seit fast einem Jahr in Vollzeit dabei. War am Anfang nachmittags völlig erschlagen und reif fürs Bett. Inzwischen ist es etwas besser, aber irgendwie schaffe ich an den Nachmittagen nicht viel und bin im Moment ständig unzufrieden darüber.

Bin manchmal froh, einfach was im Haushalt zu machen, da sieht man zumindest mal ein paar

Ergebnisse.

Freu mich auf die ersten warmen Tage und dann geht es wieder in den Garten. Dafür nehme ich mir dann auch die Zeit - das gibt mir auch Kraft und wie ja viele schon sagten - wir leben nicht nur für die Schule!!! und das sollten wir auch alle beherzigen.

Mir reichen im Moment schon 2-3 Konferenzen pro Wochen, Fortbildungen und andere Treffen, die unendlich viel Zeit treffen - manchmal denkt man, es sind ABM-Maßnahmen. Die brauche ich aber eigentlich nicht auch noch. Ist aber an meiner Schule leider recht viel. Da brauch ich dann die restlichen "Konferenzfreien" nachmittage zum Erholen.