

Schwangerschaft, starke Gereiztheit und Stress in der Schule

Beitrag von „lordhelmchen21“ vom 13. Juni 2009 17:25

Liebe Kollegen,

ich bin ganz frisch schwanger in der 8. Woche. Nun bin ich seither - im Gegensatz zu vorher - wahnsinnig gereizt oder leicht reizbar. Ich gehe ganz schnell an die Decke.

Ich fühle mich schlecht meinen Schülern gegenüber,
meinem Baby gegenüber
mir selbst gegenüber
(und leider auch meinem Mann gegenüber).

Ich versuche gelassen zu bleiben und schaffe es nicht. Habt Ihr Tipps?

Ganz verzweifelte Grüße,
Lordhelmchen21

Beitrag von „flecki“ vom 13. Juni 2009 17:46

Hallo,

erstmal herlichen Glückwunsch zur Schwangerschaft.

Ich denke, dass du deinen Schülern am besten erklären kannst weshalb du so gereizt bist. Selbst die ganz kleinen Mäuse verstehen das schon und nehmen Rücksicht.

Und dein Mann sollte es auch verstehen. Meiner hat das Ganze damals recht gelassen gesehen - er wusste ja, dass andere Zeiten kommen würden.

Ig
flecki

Beitrag von „silke111“ vom 13. Juni 2009 17:55

in der 8. woche sollte man den schülern (und somit den eltern) noch nichts von der schwangerschaft sagen, oder?

Beitrag von „Aseriono“ vom 13. Juni 2009 18:40

Tipps habe ich leider keine. Nur die Aussicht, dass das es im Laufe der Schwangerschaft in Wellen verlaufen kann. Manchmal komme ich mir vor wie ein Lamm und dann....

Aus Gesprächen und der aktuellen Erfahrung am eigenen Leib kann ich sagen, dass du nicht allein bist mit deinen Sorgen. Es geht vielen so und dieses Wissen hat mir schonmal geholfen. Zumindest mit deinem Mann kannst du aber wirklich ganz und gar offen reden und ihm erklären, wie es dir mit dieser Reizbarkeit geht. Wenn er dann allerdings bei einem Wutausbruch grinsend sagt: "Ich glaube es geht wieder los", ist das auch keine Hilfe. 🍷
Aber den Spaß muss man ihm, im normalen Zustand betrachtet, lassen.

Beitrag von „lordhelmchen21“ vom 13. Juni 2009 19:41

Also,

ich werde es meinen Schülern sicher noch nicht sagen. Das ist einfach zu früh.

Und was meinen Mann angeht: Ich wäre froh, wenn er es mit Humor nehmen könnte.

Beitrag von „Heli“ vom 13. Juni 2009 22:06

Herzlichen Glückwunsch!

Ich habe einen Tipp: viel schlafen! Und zwar gleich nach der Schule, ohne Rücksicht auf Verluste. Die Anfangszeit ist kräftezehrend, nach dem 3. Monat wird es besser....

Alles Gute!

Heli

Beitrag von „CKR“ vom 13. Juni 2009 22:14

Zitat

Original von lordhelmchen21

Und was meinen Mann angeht: Ich wäre froh, wenn er es mit Humor nehmen könnte.

Wenn der wüsste, was ihn erwartet, wenn das Kind erstmal da ist und die Nächte so richtig schlaflos werden.