

Relax! Entspannt Lehrer sein

Beitrag von „Debbie“ vom 15. Februar 2010 15:28

Hey,
in unserem Kollegium kam die Idee auf, einer Kollegin zum Geburtstag das Buch "Relax! Entspannt Lehrer sein" vom Verlag an der Ruhr zu schenken.

Kennt das jemand? Ist das gut? Hat das wertvolle Tipps?

Liebe Grüße,
Debbie

Beitrag von „kleiner gruener frosch“ vom 15. Februar 2010 17:27

<offtopic und leider nicht hilfreich, sorry 😊 >
Ist das ein Science Fiction Roman? *duck und weg* 😊

kl. gr. Frosch

Beitrag von „Hawkeye“ vom 15. Februar 2010 18:25

Ne, ein Handbuch zum exzessiven Drogenkonsum.

Beitrag von „Prusselise“ vom 15. Februar 2010 18:40

■ Zitat

Original von Hawkeye

Ne, ein Handbuch zum exzessiven Drogenkonsum.

Ich lach mich weg.

Lehrer sein IST einfach nicht entspannt. Never, auch nicht mit Buch (zu dem ich lesen gar nicht die Ruhe habe).

Beitrag von „Hawkeye“ vom 15. Februar 2010 21:35

Aber mal im Ernst: so ein Buch eine Kollegin zu schenken...das ist doch wie der Frau ne neue Waschmaschine zu schenken...oder versteh ich da was nicht?

Beitrag von „Schmeili“ vom 15. Februar 2010 21:46

Zitat

Original von Hawkeye

Aber mal im Ernst: so ein Buch eine Kollegin zu schenken...das ist doch wie der Frau ne neue Waschmaschine zu schenken...oder versteh ich da was nicht?

Wow, das mühsam erworbene Wissen (Grundwissen für Männer) sogar auf ein neues Gebiet transferiert! 15 Punkte, setzen! 😄😎

Stimmt dir aber ansonsten vollkommen zu! Ich freue mich auch mehr über wirklich private Geschenke...

Beitrag von „Meike.“ vom 15. Februar 2010 22:07



Liebe Männer, das habt ihr schonmal gut erkannt. Ich bin froh, dass wir die absoluten Basics immerhin nicht mehr mit euch verhandeln müssen.

Darauf kann man doch aufbauen... 😂😂

Beitrag von „annasun“ vom 15. Februar 2010 22:08

Ich hab mir die Beschreibung bei einem bekannten Buchversand 😊 mal angeschaut und muss mich daraufhin meinen Vorrednern anschließen: Da es sich nicht um ein witziges Buch handelt, lieber nicht!

Falls es sich um eine gestresste Kollegin handelt, der ihr was Gutes tun wollt: Massagegutschein etc. schenken!

Gruß
Anna

Beitrag von „Hawkeye“ vom 15. Februar 2010 22:13

Zitat

Original von Meike.



Liebe Männer, das habt ihr schonmal gut erkannt. Ich bin froh, dass wir die absoluten Basics immerhin nicht mehr mit euch verhandeln müssen.

Darauf kann man doch aufbauen... 😂😂

komisch aber, dass die unterhosen da nicht allein hinfinden...

und seltsamerweise wachsen auch klorollen nicht auf dem rollenhalter nach - das ist echt seltsam.

Beitrag von „neleabels“ vom 16. Februar 2010 06:21

Aus den Amazon-Angaben:

Zitat

Über den Autor

Dr. phil. Jessica Lütge ist freie Journalistin und Buchautorin, studierte Literaturwissenschaft und Medien- und Volkskunde.

Ich finde es ja immer so cool, wenn mir Leute, die den Beruf nicht ausüben, einen erzählen wollen, wie er zu tun ist. Morgen gehe ich zu meinem Arzt und erzähle ihm, wie er seine Patienten zu behandeln hat... Besser noch, ich schreibe ein Buch darüber. 😞

Nele

P.S. Aber ganz ernsthaft, vielleicht wäre ja ein Praxisratgeber für Referendare und Junglehrer mal ein interessantes Buchprojekt - inklusive eines Werkzeugkastens, wie man die Arbeitsbelastung WIRKLICH unter dem Deckel halten kann?

Beitrag von „Melosine“ vom 16. Februar 2010 08:32

Muss Prusseliese zustimmen.

Sollte es doch einen Weg geben, diesen Beruf stressfrei und entspannt auszuüben (OHNE Drogenkonsum 😊), dann lasst es mich bitte wissen!

Beitrag von „annasun“ vom 16. Februar 2010 14:54

Zitat

Original von Melosine

Muss Prusseliese zustimmen.

Sollte es doch einen Weg geben, diesen Beruf stressfrei und entspannt auszuüben (OHNE Drogenkonsum 😊), dann lasst es mich bitte wissen!

Eine große Portion Wursttätigkeit entwickeln! 😊

Gruß

Anna

Beitrag von „annasun“ vom 16. Februar 2010 14:57

Zitat

Original von neleabels

Aus den Amazon-Angaben:

Ich finde es ja immer so cool, wenn mir Leute, die den Beruf nicht ausüben, einen erzählen wollen, wie er zu tun ist. Morgen gehe ich zu meinem Arzt und erzähle ihm, wie er seine Patienten zu behandeln hat... Besser noch, ich schreibe ein Buch darüber.



Oh, das hatte ich glatt überlesen. Das ist ja schon ein k.o. Kriterium für das Buch.

Beitrag von „Avantasia“ vom 16. Februar 2010 17:14

Ohje, dann bring ich mal ein paar Punkte für das Buch (ob man das einer Lehrerin im Berufsleben schenkt, ist eine andere Sache, vielleicht eher einer Referendarin zum bestandenen Examen oder so):

Nützliche Tipps:

Richte deinen Arbeitsplatz angenehm ein (Pflanzen, Bilder, etc.) -> Eins meiner Argumente für Lehrerräume!

Arbeite im Team

Gestalte Konferenzen nach Zeitplan (und halte dich daran)

Klar, das sind Tipps, die erfahrene Lehrer nicht unbedingt vom Hocker hauen. Als Geschenkbuch (wie sich das Buch versteht) für den Berufsanfang aber finde ich das ganz nett (zusammen mit Mattes, der sich mehr um die U-Planung kümmert).

À+

Beitrag von „Boeing“ vom 17. Februar 2010 00:02

Ich habe keinen Mattes, ich muss meine Unterrichtsplanung selbst machen. Ist das ein Leiharbeiter, sprich, kannst du ihn mir leihen? 😊

Nach deiner Information würde ich das Buch auf keinen Fall einem Lehrer schenken, es könnte vollkommen falsch ankommen. Nach dem Motto: Entspann dich mal, du gehst und oder den Schülern auf die Nerven; du hast keine Ahnung, lass dir von dem Buch "erklären", wie deine Arbeit "richtig geht".

Aber ich muss auch sagen, dass mir nach fast zehn Jahren "Geschenkefee" die guten Ideen auch ausgehen, aber den Job ("Freud- und Leidkasse") will keiner übernehmen, ich weiß auch warum :O

Beitrag von „pinacolada“ vom 17. Februar 2010 00:30

Zitat

Original von Boeing

Aber ich muss auch sagen, dass mir nach fast zehn Jahren "Geschenkefee" die guten Ideen auch ausgehen, aber den Job ("Freud- und Leidkasse") will keiner übernehmen, ich weiß auch warum :O

Also, das ist bei uns wirklich unproblematisch - wenn auch dann ohne Überraschungseffekt - gelöst: Man wünscht sich was und die "Geschenkefee" besorgt es dann. Sonst wäre es ja der totale Stress :O
LG pinacolada

Beitrag von „Mia“ vom 17. Februar 2010 11:38

Bei uns gibt's standardmäßig für Kollegen zum Geburtstag hübsche Blumensträuße. Die Freud- und Leidkasse artet daher nicht in übermäßigem Stress aus. Wenn jemand näheren Kontakt zu Kollegen hat, dann wird - wenn man halt mag - zusätzlich etwas Persönliches geschenkt. Dieses Buch fände ich in beiden Fällen jetzt nicht gerade einen Glücksgriff.

Meine persönliche Meinung...

Beitrag von „Prusselise“ vom 17. Februar 2010 13:48

Zitat

Original von Boeing

Ich habe keinen Mattes



Ich auch nicht. Vielleicht gibts den auch bei amazon ???



Beitrag von „Liselotte“ vom 17. Februar 2010 17:42

Zitat

Original von Prusselise



Ich auch nicht. Vielleicht gibts den auch bei amazon ???



Ist der denn vielleicht auch noch was für's Auge? Also ich meine, man soll seinen Arbeitsplatz doch nett einrichten (hab ich doch weiter oben gelesen, oder täusche ich mich?). 😄

Tut mir leid, war natürlich völlig off-topic.

Beitrag von „Piksieben“ vom 17. Februar 2010 18:03

Zitat

Ist der denn vielleicht auch noch was für's Auge?

Ich möchte auch einen Mattes. 😊

Von mir aus muss der noch nicht mal meinen Unterricht vorbereiten. Reicht, wenn er die Betten frisch bezieht, den Sperrmüll rausträgt und Pfannekuchen backt.

Ich würde mich so doll entspannen, ich würde glatt ein Buch schreiben: "Noch mehr Wellness für Lehrer"

Beitrag von „Avantasia“ vom 17. Februar 2010 18:19

Kopf -> Tisch

Die Ferien sind wohl zu weit weg...?

À+

Beitrag von „gelöschter User“ vom 18. Februar 2010 01:58

Zitat

Original von Piksieben

Ich würde mich so doll entspannen, ich würde glatt ein Buch schreiben: "Noch mehr Wellness für Lehrer"

So ein Blödsinn - so ein Buch kannst du doch überhaupt nicht kompetent schreiben. Dazu muss man doch fachfremd sein und keine Ahnung haben...

Beitrag von „neleabels“ vom 18. Februar 2010 05:52

Obwohl ich den Anspruch des Titels für sehr richtig halte - der Lehrerberuf SOLLTE ein entspannter Beruf sein. Ich halte das schon für ein Gebot der Menschlichkeit - in der Schule führen wir das große Wort vom "richtigen Leben" als Erziehungsziel und was machen wir selber? Diese ständige Hetzerei, Ängstlichkeit und Bedrängnis kann man ja nicht aushalten!

Ich glaube allerdings auch, dass da eine ganz praktische Annäherung möglich ist. Seit einer eigenen Berufs-, Gesundheits- und Burnout-Krise vor einigen Jahren arbeite ich systematisch daran, mit mir und mit meinem Beruf in Einklang zu kommen. Ich ziehe Grenzen, sage "nein"; ich mache das, was nützlich und gut ist, ohne mich dabei aufzugeben; ich setze meine Prioritäten richtig (Schule kommt erst so an vierter Stelle der Dinge, die mir im Leben wichtig sind.) Ich entwickle gute Ordnungssysteme und verfolge ein Prinzip der Nachhaltigkeit. Ich unterscheide Wichtiges von weniger wichtigem und unwichtigem und verschwende keine Zeit für Nebensächlichkeiten.

Ich habe bei allem, was ich im Job tue, auch immer im Blick, dass ICH einen Nutzen davon haben muss - die Grundleistung deckt das Gehalt ab, zu Mehrleistung bin ich bereit, wenn ICH davon profitiere: sei es, dass ich Arbeit in verbesserte und interessantere Methoden investiere, die MIR die Arbeit leichter machen; sei es, dass ich Wege finde, persönliche und berufliche Interessen zu verbinden (Zertifikatskurs Latein, Spezialisierung auf Online-Learning und Medieneinsatz...)

Ich für meinen Teil sehe bei mir einen stetigen Fortschritt: Halbjahr für Halbjahr geht es mir im Beruf besser UND ich bin ruhiger und entspannter - da nähere ich mich schon meiner Vorstellung an, wie ein guter Beruf auszusehen hat. Erstaunlicherweise bin ich durch eine gelassene Haltung sehr viel effizienter, produktiver und kreativer geworden.

Ach, eigentlich ist das nicht wirklich erstaunlich - steht als Grundprinzip ja auch in jedem Didaktikbuch ("Lernen ohne Stress"...)

Man muss natürlich auch bereit sein, sich selbst und seine Lebensweise tatsächlich zu ändern. Es ist macht einen Unterschied, ob man ein Lächeln in die Schule trägt und sich über Dinge freuen kann, oder ob man den Weg zur Arbeit schon angemuffelt erträgt. Und es kostet eben mehr Arbeit, die Dinge, die einen in seiner Lebenssituation stören, tatsächlich anzupacken und da, wo es möglich ist, zu verändern. Es gibt einem eine momentane, ungute Befriedigung sich über die ach-so-dummen Schüler zu erheben und kollektiv-herablassend im Lehrerzimmer über sie zu schimpfen; es ist zuerst mal schwieriger, sie als interessante und individuelle Menschen wahrzunehmen, die Ecken und Kanten haben und auf einem schwierigen Weg sind. Das bringt aber mehr, weil man sich dabei langfristig auf einer ganz anderen, gewinnbringenden Ebene begegnet.

Kurzum: ständiges Klagen über das "System", die allgemeine Aussichtslosigkeit und die Ungerechtigkeit der Welt bietet ein wohliges Gefühl, bringt aber nichts.

Nele

Beitrag von „Debbie“ vom 18. Februar 2010 21:55

Hey danke für eure Antworten und "Sorry" dass ich das Thema nicht unter OFF Topic geschrieben hab....

Glücklicherweise haben wir uns echt für ein anderes Geschenk entschieden. Wollte hier im Foren auch unbedingt ein paar Gegenargumente hören... war auch nicht wirklich (eher gar nicht) für dieses Geschenk.

Naja aber die Kollegin hat sich ein pädagogisches Buch für den Alltag gewünscht.

Bekommt nun eine Amazongutschein 😄 und Blümchen gibts sowieso immer dazu.

Viele Grüße

Debbie

P.S.: Naja, aber fall jemand das Buch doch nochmal irgendwann im Leben liest, dann kann er/sie ja mal sagen wie man entspannt Lehrer sein kann.... Danke ja, den Zustand gibts erst im Ruhestand.....