

# Was tut Ihr gegen den Ferienend-Blues?

**Beitrag von „DePaelzerBu“ vom 12. August 2017 15:33**

Ich mag den Job ja wirklich sehr, freue mich auf meine neuen Klassen und bin gespannt, was das Jahr so bringt. Und insgeheim denke ich seit mindestens einer Woche "Och, es könnte jetzt eigentlich weitergehen"...

Trotzdem packt mich immer zwei, drei Tage vor dem Ende der Sommerferien der Ferienendblues aus völlig unspezifisierbaren Gründen (sprich: ich weiß nichtmal, warum!). Würde mich meine Freundin dann nicht für verrückt erklären, würde ich vermutlich einfach das ganze Wochenende im Kreis rennen und rufen "oh nein, warum nur" 😊 Natürlich etwas übertrieben, aber vielleicht wisst Ihr was ich meine.

Wem geht's noch so, und was tut Ihr dagegen?

Gruß,  
DpB

---

**Beitrag von „SteffdA“ vom 12. August 2017 16:15**

relax...

---

**Beitrag von „Mikael“ vom 12. August 2017 17:01**

[Zitat von DePaelzerBu](#)

Und insgeheim denke ich seit mindestens einer Woche "Och, es könnte jetzt eigentlich weitergehen"...

Das ist nicht normal. Geh zum Psychologen. Gibt doch nichts schöneres als Schule, oder?

Gruß !

### **Beitrag von „Zweism“ vom 12. August 2017 20:55**

Ich kenne das auch! Nach drei bis vier Wochen kriege ich Arbeitswut und würde gerne starten. Das ebbt dann ab und ich krieg auch den Blues kurz bevor es losgeht. Habe aber noch keine Strategie dagegen gefunden. Lediglich meine Arbeitswut nutze ich dann für Vorbereitungen...

---

### **Beitrag von „Meike.“ vom 12. August 2017 21:46**

Selbstbestimmtheit versus Fremdbestimmtheit. Geht jedem Arbeitnehmer so.

---

### **Beitrag von „Piksieben“ vom 12. August 2017 23:36**

Kenn ich auch gut. Je schöner die Ferien waren, desto schmerzlicher - trotz der Neugier und Vorfreude, weil es ist ja auch immer ganz nett, und überhaupt, nach drei Tagen zwischen Listen und Kram ist man wieder ganz im Thema.

Nimm den Blues als Zeichen. Was will er dir sagen?

Mir sagt er: Bemühe dich immer wieder aufs Neue, dich nicht auffressen zu lassen von all der Hektik. Ich schaffe mir meine Inseln, in denen ich ganz entspannt das tue, was mir guttut. Ich habe ja auch nur dies eine Leben.

Und dann entspinnen sich so Dialoge wie:

"Wie waren die Ferien?"

(seufz) "zu kurz"

"Denk ich auch immer, aber so ein Jahr ist auch sehr kurz. Und dann ist man wieder ein Jahr älter."

Dass die Ferien einem zu kurz vorkommen, kann nur daran liegen, dass sie zu lang sind ... man gewöhnt sich dran ...

---

### **Beitrag von „Friesin“ vom 13. August 2017 19:06**

vielleicht liegt dieser Blues daran, dass die Betroffenen in den Ferien alles das verstärkt nachholen wollen, was sie in der Schulzeit meinten, nicht tun zu können?

Ein bisschen so wie die Erwartungen bezüglich Weihnachten, mit geballtem Friede Freude Tralala, was aber schon all die anderen Monate nicht klappt?

Eine mögliche Lösung wäre dann, sich für das Schuljahr vorzunehmen, möglichs oft ein bisschen Ferien einzuplanen, heißt, sich selbst Gutes zu tun. Abzuschalten. Runterzukommen. Nicht nur Schule im Kopf haben.

Anders kann ich es m ir nicht erklären, denn man weiß ja schließlich, dass und wann die Ferien vorbei sind. Kann man sich ja drauf einstellen 😊

Aber vll liege ich ja auch völlig falsch mit meiner Deutung... 🤔

---

### Beitrag von „plattypus“ vom 13. August 2017 19:15

[Zitat von DePaelzerBu](#)

Wem geht's noch so, und was tut Ihr dagegen?

Urlaub buchen. 😊

Da ich kein Fan des Winters bin, dafür aber die Sommerferien gut daheim verbringen kann, geht es dann über Weihnachten ins Warme.

Dann ist bei mir als Single auch der Weihnachts-Blues weg, wenn da alle auf Harmonie machen und ich allein unterm Baum sitze. Bei 26°C kommen einfach keine Weihnachtsgefühle auf.



---

### Beitrag von „MrsPace“ vom 13. August 2017 19:51

Ich hatte noch nie Ferienendblues. Ich mache in den Sommerferien genau gar nichts für die Schule und dann darf es nach 6,5 Wochen gerne auch wieder weitergehen...

### **Beitrag von „Schwamm“ vom 5. September 2017 11:21**

Ich freue mich gegen Ende der Ferien sogar schon darauf, das es bald wieder losgeht und der "Schlendrian" endlich ein Ende hat. Also zumindest in den Sommerferien gibt es bei mir keinen Ferienendblues.

---

### **Beitrag von „Yummi“ vom 5. September 2017 11:57**

Tage zählen bis zu den Herbstferien 😋

---

### **Beitrag von „Meerschwein Nele“ vom 5. September 2017 12:50**

Seltsam. Dieses Schuljahr hatte ich den gar nicht. Dafür habe ich jetzt einen Arschvoll Arbeit mit nicht funktionierender IT auf gleich zwei schulischen Baustellen. 😞

---

### **Beitrag von „Conni“ vom 5. September 2017 19:02**

Ich denke dann wieder daran, wie viel nicht funktionieren wird und um wie viel Prozent das Chaos größer sein wird als im letzten Jahr. Und sicher: Auch wenn man denkt, es geht nicht mehr, wird man eines Besseren belehrt.

Ich habe momentan so einen Schuljahresbeginn-Blues, der eher rot ist, knallrot.

Aber ich bin tapfer: Ich versuche, nichts zu sagen (das habe ich so oft getan), ich habe alle meine 1.-Klasse-Kopiervorlagen irgendwo im Keller und ich habe heute eine der neuen Kolleginnen gefragt, ob sie weiß, ob heute denn Teamsitzung sei - bevor sie mich fragen konnte. Sie hatte dann gehört, dass die andere Kollegin auch schon gegangen sein wollte, weil der 4. Kollege gesagt hatte, dass wohl diese Woche nichts sei. Wozu Kalender? Wozu Stundenplan? Hauptsache, alle sitzen nachmittags zusammen, verbringen Zeit in Teams, Arbeits- und Projektgruppen und unterrichten schön im Gleichschritt.

Ich habe heute erst einmal eine nette Unterrichtsreihe zum Thema "Wahlen" vorbereitet und werde in der nächsten Woche das gleichschrittige Arbeiten damit starten, dass ich den von uns

erstellten (und irgendwo zusammengerollt auf einem A-Doppel-Null-Plakat liegenden) Arbeitsplan einfach ein Stück Packpapier sein lasse und etwas unterrichte, was mir Spaß macht und für die Kinder relevant ist.

Privat esse ich Schokolade, hänge im Internet ab und suche mir Urlaubsziele heraus.

---

### Beitrag von „Meike.“ vom 5. September 2017 20:21

Sommerferienendblues hab ich eigentlich nie. Die sind lang genug um mich zwischendrin zu erholen, der bezirkspersonalrätliche Teil zieht sich eh die Ferien durch, zumindest punktuell, das finde ich gar nicht schlimm, weil ich ohne Termindruck einfach in meinem Tempo Arbeit vom Schreibtisch schaffen und liegen Gebliebenes erledigen kann. Passt. Am Ende freu ich mich auf neue Kurse und die netten Kollegen.

Weihnachtsferien ähnlich.

Herbst und Osterferien hingegen empfinde ich als Hohn, da korrigiere ich straight durch und auch im anderen Jobteil sind da "heiße Phasen", kurz: ich *habe* da keine Ferien. Ich arbeite annähernd die normale Stundenzahl. Nur später aufstehen kann ich und vor der Arbeit Sport machen. Immerhin. Aber wenn mich Nachbarn oder Nichtlehrerfreunde auf meine "schon wieder Ferien" ansprechen, krieg ich mal nen kleinen Ausraster. 🗨️🗨️ Am letzten Tag derselben bin ich immer nur mit einem beschäftigt: wie krieg ich all das, was ich auch da nicht abarbeiten konnte, noch im normalen Betrieb unter? Das fühlt sich in der Tat mal etwas bluesig an. Spätestens ab nächsten Morgen um 8.00 hab ich dann keine Zeit mehr für so Befindlichkeiten. 🤔

---

### Beitrag von „plattyplus“ vom 5. September 2017 20:55

#### Zitat von Meike.

Herbst und Osterferien hingegen empfinde ich als Hohn, da korrigiere ich straight durch und auch im anderen Jobteil sind da "heiße Phasen", kurz: ich *habe* da keine Ferien. Ich arbeite annähernd die normale Stundenzahl.

Das habe ich normalerweise immer über die Weihnachtsferien. Alle Klausuren vorher noch geschrieben und fürs Halbjahreszeugnis müssen passend die Noten zu Anfang Januar da sein. Da habe ich echt jedes Jahr zu kämpfen, um mir die Weihnachtsferien freizuschaueln.

---

**Beitrag von „Bridget70“ vom 18. September 2017 13:45**

Ich hab den auch, aber meist mache ich dann noch einen schönen kleinen Kurzurlaub, Tagesurlaub und dann freu ich mich auch schon wieder auf die Schule.

Eigentlich kann man gegen den Blues ja auch nichts tun. Der kommt so oder so. 😊

---

**Beitrag von „fossi74“ vom 18. September 2017 19:00**

Als ich an meiner Privatschule angefangen habe, dachte ich: Oh Gott, keine Ferien mehr, wie schrecklich, wie soll ich denn mit 30 Tagen Urlaub auskommen?! Nach sechs Jahren weiß ich: Der komplett entfallene Ferien-End-Blues macht das mehr als wett. Es ist so ein himmelweiter Unterschied, nach zwei Wochen Urlaub in einen Betrieb zurückzukehren, der weitergelaufen ist, gegenüber der Rückkehr in eine Schule, wo alle gleichzeitig wieder neu anfangen und einer den anderen runterzieht... ich würde es nicht mehr haben wollen. Die Möglichkeit, Brückentage als solche zu nutzen und zum Beispiel am 2. Oktober frei zu nehmen, mal ganz außer acht gelassen.

Wobei ich zugeben muss, dass die völlige Abwesenheit von Noten und Korrekturen bei uns da auch eine gewaltige Rolle spielt. Das war eine wahnsinnige Befreiung nach fünf Jahren Oberstufe mit Deutsch und Englisch.