

Probleme mit Kranksein

Beitrag von „Tapsi“ vom 10. November 2017 13:03

Hallo liebe Kollegen,
ich habe mich registriert, weil ich - so glaube - ich ein Psychohygieneproblem habe...

Früher habe ich lange in verschiedenen Jobs gearbeitet, auch da kam es vor, dass man mal krank war. Man hat angerufen, Krankenschein geschickt und gut... Der Chef war natürlich not amused, aber was soll man machen. Wenn man dann wieder gesund war, ging man wieder ins Geschäft. So weit so gut.

Jetzt bin ich schon eine Weile Lehrer (allerdings immer noch auf Probe in BaWü). Ich bin in 2,5 Jahren jetzt das 2. mal eine Woche krank. Leider erkrankte ich immer in den Ferien, so dass ich die Woche im Anschluss, wenn die Schule wieder los geht zu Hause bleiben muss. Ich glaube, dass liegt daran, dass der ganze Stress da erst abfällt und der Körper dementsprechend reagiert. Jetzt könnte man sagen: "Ist doch nicht schlimm, rufe an, gehe zum Arzt, bleibe zu Hause und erhole dich."

So weit so gut. Das mache ich auch.

Jetzt kommt die Psyche: Mein Gehirn sagt mir: "Hey du bist Beamter, du darfst eigentlich 5 Tage ohne Krankmeldung zu Hause zu bleiben. Dir kann nichts passieren, denn du hast sogar eine Krankmeldung abgegeben." Aber gleichzeitig sagt es: "Hey, was fällt dir ein, in den Ferien krank zu werden. Dein Chef ist enttäuscht von dir, denn du bist nicht krank. Er denkt, du willst nur deine Ferien verlängern. Wenn du wieder in die Schule kommst, wird dir dein Beamtenstatus aberkannt. Da du nur auf Probe bist schmeissen sie dich raus."

Jetzt meine Frage: Wie kann sowas sein??? Ich meine früher, in meinen normalen Jobs, wo die Angst theoretisch viel größer hätte sein müssen, war sie nicht da. Jetzt, obwohl ich eine größere Absicherung habe, ist sie da. Diese Gedanken machen mich kaputt. Ich schlafe schlecht und denke viel darüber nach. Ich kann mich während der Krankheit dadurch nicht erholen... Ein Teufelskreis beginnt.....

Habt ihr einen guten Rat?



Liebe Grüße von der Tapsi

Beitrag von „Susannea“ vom 10. November 2017 13:09

Dann lass dich doch bereits in den Ferien krankschreiben, dann kann dein Schulleiter so etwas nicht wirklich denken!

Beitrag von „DePaelzerBu“ vom 10. November 2017 13:16

Wenn ich's recht verstehe, denkt das nicht der Schulleiter, sondern Du denkst, dass er das denken KÖNNTE? Also geht es tatsächlich im Kern darum, die Ansprüche an sich selbst etwas herunterzuschrauben.

Anfangs ging's mir in solchen Fällen ähnlich.

Was mir da geholfen hat: Ich hab mir irgendwann mal klar gemacht, was man so alles unter der Hand zusätzlich macht, wofür einem weder in Worten noch finanziell oder mit Stundenausgleich gedankt wird, und was man nicht mal in diese dämlichen Aufstiegs-Beurteilungen schreiben darf, weil's eben inoffiziell ist.

Seitdem gilt: Wenn ich krank bin, bin ich krank, völlig egal wann. Der Schulbetrieb, der auch weiterläuft, wen Kollegen mehrere Monate ausfallen, wird's überleben, wenn ich ein paar Tage fehle.

Gruß,
DpB

PS: Nebenbei: Echt 5 Tage ohne Krankmeldung? Bei uns sind's drei.

Beitrag von „Frapper“ vom 10. November 2017 17:06

[Zitat von DePaelzerBu](#)

PS: Nebenbei: Echt 5 Tage ohne Krankmeldung? Bei uns sind's drei.

Bei uns ist ab dem dritten Tag eine AU fällig. Das passt auch damit, dass der Hausarzt nur zwei Tage rückwirkend die AU bescheinigen kann.

Beitrag von „hanuta“ vom 10. November 2017 17:17

Das geht noch schlimmer: Ich denke immer, dass irgendwer was denken könnte. Dabei weiß ich vom Verstand her sogar, dass bei mir niemand auch irgendwas denkt. Zumindest niemand, bei dem das irgendwie wichtig wäre.

Aber trotzdem gibt es immer einen Grund, warum ich "gerade heute" eigentlich nicht krank sein dürfte.

Vor/nach den Ferien. Montags oder Freitags (Wochenendverlängerung).

Dienstags auch nicht, da habe ich meinen längsten Tag.

Mittwochs schon gar nicht - Auszeit zur Wochenmitte...

Ich weiß, dass das total bescheuert ist. Zumal ich halt wirklich sicher bin, dass ich die Letzte bin, der man sowas andichten würde. Nützt aber nichts, die Gedanken sind trotzdem da.

Ich weiß nicht, warum das so ist.

So lange das nicht dazu führt, dass ich mich krank hinschleppe, leben ich halt mit dieser Macke.

Beitrag von „Conni“ vom 11. November 2017 10:13

Wir könnten eine virtuelle Selbsthilfegruppe gründen? 😎

Beitrag von „MrsPace“ vom 11. November 2017 10:43

Wenn du das zweite Mal innerhalb von 2,5 Jahren krank bist, "denkt" keiner irgendetwas!

Dass du denkst, der Chef oder andere, KÖNNTEN denken, liegt daran, dass manche Kolleginnen und Kollegen, diese AU-Freiheit schamlos zu ihren Gunsten ausnutzen. Da wird sich mal das Wochenende verlängert, damit man Skifahren gehen kann (Bilder davon waren auf FB). Oder man hat Besuch von der Verwandtschaft aus Peru und ist dann am Brückentag (der eigentlich nicht unterrichtsfrei war) "krank". Oder der Hund hat Durchfall und man bleibt zuhause. Wie viele Kollegenkinder tatsächlich 10 Tage im Jahr mit "Infekten" geplagt sind, ist auch bemerkenswert. Gerne ist man auch an strategisch günstigen Terminen "krank". Elternabend, Elternsprechtag, Tag der offenen Tür, Konferenzen, etc. Ich habe eine Kollegin, die war noch NIE seit ich an der Schule bin bei einem Elternsprechtag.

Also: Mit dir ist NICHTS verkehrt, keine Sorge! Die Anderen sind das Problem...

Beitrag von „Krabappel“ vom 11. November 2017 13:36

Weder können andere beurteilen, ob man selber krank ist, noch ob es das Kind ist. Für die "Infekte" reichen 10 Tage bei kleinen Kindern normalerweise nicht aus. Ich kenne es auch nur so, dass Eltern sich gegenseitig anmaulen, wer zu Hause bleiben MUSS, denn

Kinderlose werdens kaum glauben: es ist wenig lustig nachts Kotze zu wischen, Betten zu beziehen, am Inhaliergerät zu sitzen oder auf dem Balkon mit einem Pseudokrapp-Kind das einem fast erstickt:-(und dann 3 Stunden in der Kinderarztpraxis warten... da gehen die meisten lieber auf Arbeit.

Genauso bei dir selbst: wenn du krank bist, dann geh zum Arzt und leg dich hin. Wenn du im Urlaub krank bist, müsstest du den theoretisch sogar nachholen dürfen. Zu überlegen, ob dich der Chef lieb hat oder persönlich enttäuscht ist finde ich schon ein bisschen -öhm- neurotisch. Grübele mal in einem stillen Moment, was genau dir eigentlich Sorgen macht.

Beitrag von „Alterra“ vom 11. November 2017 15:00

Hinzu kommt ja noch, dass das Fehlen eines Lehrers häufig zu mehr Arbeit für die Kollegen führt, wenn der Unterricht vertreten wird. In meinen ersten Jahren hatte ich vor allem deshalb fast ein schlechtes Gewissen und habe in fünf Jahren genau einen Tag gefehlt und mich in die Schule geschleppt.

Mittlerweile jedoch mache ich das nicht mehr und wenn ich krank bin, dann ist das eben so. Der Laden läuft auch ohne mich weiter...

Während der Abschlussprüfung war ein Kollege (Prüfer eines Hauptfachs) vor zwei Jahren erkrankt. So what? Es hat auch ohne ihn geklappt und keiner nahm es ihm übel. Solange man nicht zu den bereits erwähnten "strategischen" Kollegen gehört, ist doch alles kein Problem. Wir machen doch auch nur einen Job 😊

Beitrag von „Mikael“ vom 11. November 2017 16:08

Wenn man krank ist, ist man krank. Mehr gibt es nicht zu sagen.

Was mich aber mittlerweile ankotzt, sind wirklich die "strategischen" Krankheiten bei einigen. Insbesondere habe wir hier Kollegen, die sich für irgendwelche "Projekte" völlig verausgaben. Werden dafür natürlich von der SL gelobt. Im Anschluss an ihre "tollen" Projekte, melden sie sich aber oft erst einmal krank, und zwar bis zu einer Woche. Und die anderen dürfen dann den Vertretungsunterricht schieben...

Gruß !

Beitrag von „Krabappel“ vom 11. November 2017 18:23

Was sind denn das immer für Projekte, von denen ihr schwadroniert? Ich kenne es leider nur so, dass Projekte im Keim erstickt werden. "Hammer schon immer/ noch nie so gemacht". Das finde ich wesentlich kräftezehrender!

Und ich kenne auch keinen einzigen Kollegen, der mal eben blau macht. Man sieht's doch an den Debatten hier: wir sind alle viel zu pflichtbewusst.

Beitrag von „Meerschwein Nele“ vom 11. November 2017 19:10

[Zitat von Alterra](#)

In meinen ersten Jahren hatte ich vor allem deshalb fast ein schlechtes Gewissen und habe in fünf Jahren genau einen Tag gefehlt und mich in die Schule geschleppt.

Gute Sache, dass du das nicht mehr tust. So vorsätzlich als Bazillenmutterschiff in engen Räumen mit vielen Menschen rumzulaufen, ist nämlich alles andere als rücksichtsvoll.

Beitrag von „MrsPace“ vom 11. November 2017 19:14

[Zitat von Meerschwein Nele](#)

Gute Sache, dass du das nicht mehr tust. So vorsätzlich als Bazillenmutterschiff in engen Räumen mit vielen Menschen rumzulaufen, ist nämlich alles andere als rücksichtsvoll.

Das ist dann das andere Extrem. Kollegen, die sich mit Virusgrippe in die Schule schleppen. Denen könnte ich manchmal auch den Hals umdrehen...

Es wäre so einfach. Wenn man krank ist, bleibt man zuhause. Ansonsten kommt man in die Schule.

Beitrag von „annasun“ vom 12. November 2017 13:29

Zitat von Mikael

Wenn man krank ist, ist man krank. Mehr gibt es nicht zu sagen.

Richtig.

Mich hat es mal Freitag Abend erwischt, was das ganze WE im Bett und montags noch nicht gesund, also blieb ich zuhause. Am Dienstag ging es wieder und da ging ein Raunen durch Kollegium. Nur am Montag krank?? Nein, das ganze WE. Irgendwie bin ich mir echt doof vorgekommen. Ich bin selten krank geschrieben. Mir zuwas zu unterstellen, fand ich das Allerletzte. Tja, was war die Konsequenz? Nie wieder am Montag krank, das nächste Mal eben Mo-Mi. 😊

Wenn ich mir nicht sicher bin ob ich gehen soll oder nicht, denke ich daran ob ich in meinem angeschlagenen Zustand denn noch zusätzlichen Vertretungsunterricht für krank geschriebene Kollegen machen kann und das ist meistens dann der Ausschlag dafür zuhause zu bleiben und mich auszukurieren.

Zur Anzahl der Tage: Wer kleine Kinder hat, kann sich leider nicht den ganzen Tag viele Stunden am Stück ins Bett legen, sondern je nach Betreuungssituation nur 4-7 Stunden am Stück, und muss dann wieder "ran" und das ist krank natürlich auch anstrengend und dienst nicht der Genesung. Nicht jeder kann auf Großeltern oder einen flexiblen Job beim Kindesvater zurückgreifen. Dadurch verlängert sich die Genesungszeit eben.

Leute, die anderen unterstellen, blau zu machen, haben sowas meist selbst schon gemacht.

Beitrag von „Siobhan“ vom 12. November 2017 15:10

Ich mache bei uns an der Schule den Vertretungsplan. Und mir als Planerin ist es fast egal, wann jemand mit welchen Gründen krank ist. Hauptsache, derjenige meldet sich rechtzeitig ab. Ich bevorzuge es, wenn ich früh genug weiß, wie lange jemand ausfällt, plane aber auch mal spontan jemanden aus, wenn er oder sie im Laufe des Tages ausfällt. Was ich nicht mag ist folgende Situation: Kollege kommt schon krank zur Schule und es ist abzusehen, dass er nicht den Tag durchhält. Dann sitze ich wie auf heißen Kohlen, weil ich jederzeit im Unterricht angerufen werde mit der Ansage "Kommen Sie bitte und organisieren Sie schnellstmöglich eine Vertretung für XY." Davon abgesehen, dass ich es schon bei Schülern nicht gut finde, wenn die krank zur Schule kommen.

Interessant ist auch das Mitteilungsbedürfnis einiger Kollegen bezüglich des Krankheitsgrundes. Oder die Fragerei, was XY denn nun hat.

An meiner Schule ist es mir noch nicht aufgefallen, dass bestimmte Kollegen gehäuft an bestimmten Tagen fehlen oder sich das WE verlängern. Ich habe eher den Eindruck, dass es im Schnitt gut über die Woche verteilt ist.

Meist machen sich die Erkrankten viel zu viele Gedanken.

Beitrag von „WillG“ vom 12. November 2017 15:16

So ca. 2-4 Tage im Schuljahr erwischt es mich im Schnitt auch. Ich weiß nicht, ob das nun viel oder wenig ist, aber das ist auch egal. Dann bin ich krank und kann nichts daran ändern. Prinzipiell habe ich dann auch nicht das Gefühl, mich rechtfertigen zu müssen.

Ich habe aber auch schon bemerkt, dass meine Fehltage immer wieder ums Wochenende auftreten. Das liegt dann daran, dass ich schon die Woche über mit der Krankheit gekämpft habe und entweder am Donnerstag oder Freitag den Kampf verliere, oder dass ich bis zum Wochenende durchhalte, und dann eben immer mal wieder auch am Montag (evtl. auch noch am Dienstag) zu krank bin, um in die Schule zu gehen.

Klar denkt man, dass das einen schlechten Eindruck macht. Gleichzeitig glaube ich auch, dass solche Gedanken ein Zeichen der Selbstüberschätzung sind. Ich kann mir gut vorstellen, dass ein Schulleiter oder auch ein Vertretungsplanmacher andere Dinge im Kopf haben, als ob Herr WillG mit seinen 2-4 Fehltagen im Jahr sich beim letzten Mal vielleicht auch zufällig gerade ums Wochenende herum krank gemeldet hat.

Bei Kollegen mit deutlich mehr Fehltagen mag das anders auffallen.

Beitrag von „Alterra“ vom 21. November 2017 12:27

Zitat von Meerschwein Nele

Gute Sache, dass du das nicht mehr tust. So vorsätzlich als Bazillenmutterschiff in engen Räumen mit vielen Menschen rumzulaufen, ist nämlich alles andere als rücksichtsvoll.



habe es gerade erst gelesen und muss kurz auflachen. In die Schule hab ich mich am Ende der Schwangerschaften geschleppt. Erfreulicherweise sind "Bauchparasiten" nicht ansteckend



Beitrag von „eva-renate“ vom 22. November 2017 05:55

Liebe Grüße - habe nur ich Probleme damit, dass meine Klasse dann während meiner Krankheit aufgeteilt und /oder mit Stillarbeit"ruhig" gestellt wird? Wenn ich gesund oder fast gesund wieder komme, habe ich nicht nur den Kollegen gegenüber ein schlechtes Gewissen, sondern muss auch meine Klasse wieder organisieren und den Stoff nacharbeiten.

Beitrag von „Friesin“ vom 22. November 2017 08:17

doch, das geht mir auch so.

ist ätzend, aber ich wüsste kein "Gegenmittel" 🤔

Beitrag von „DePaelzerBu“ vom 22. November 2017 09:24

Zitat von eva-renate

Liebe Grüße - habe nur ich Probleme damit, dass meine Klasse dann während meiner Krankheit aufgeteilt und /oder mit Stillarbeit"ruhig" gestellt wird? Wenn ich gesund oder fast gesund wieder komme, habe ich nicht nur den Kollegen gegenüber ein schlechtes Gewissen, sondern muss auch meine Klasse wieder organisieren und den Stoff

nacharbeiten.

Ein mögliches Rezept hätte ich:

Wenn's geht, schick ich den Vertretungskollegen Material für die Schüler (Übungen zum aktuellen Thema oder Selbsterarbeitungsaufträge). Die Kollegen sind dankbar, dass sie sich nicht auf die Schnelle selbst was suchen müssen, und ich kann es danach in meinem Unterricht besprechen. Das macht bei uns auch fast jeder so. Ein bis drei Doppelstunden kann man so schon mal überbrücken.

Bevor jetzt gleich jemand mit dem - völlig berechtigten - "Krank ist krank" kommt: Das ist bei uns keine Vorschrift, aber letztendlich ein Win-Win. Und auf die zehn Minuten Alt-Übungen suchen und verschicken kommts nach zwei Stunden Arzt echt auch nicht mehr an.

Gruß,
DpB

Beitrag von „yestoerty“ vom 22. November 2017 12:26

Meist hat man das ja auch schon vorbereitet und bekommt eher ein Problem wenn einem plötzlich 3 Stunden vor der Klausur fehlen.

Aber in der Grundschule mag das deutlich schwieriger sein, wenn es nicht genügend Kollegen für Vertretungen gibt und die Schüler auch noch unselbstständiger sind.

Meine Oberstufe kommt meist mit einem hinzugefügten Satz über dem Arbeitsblatt alleine, ohne Aufsicht, klar.

Beitrag von „Conni“ vom 22. November 2017 20:23

[Zitat von DePaelzerBu](#)

Wenn's geht, schick ich den Vertretungskollegen Material für die Schüler (Übungen zum aktuellen Thema oder Selbsterarbeitungsaufträge). Die Kollegen sind dankbar, dass sie sich nicht auf die Schnelle selbst was suchen müssen, und ich kann es danach in meinem Unterricht besprechen. Das macht bei uns auch fast jeder so.

Ich mache das seit Jahren so, wenn irgendwie möglich. Oder: Wenn ich total erkältet bin und mich schon ziemlich schleppe, lege ich eine Planung, die auch für Vertretung machbar sein sollte, sichtbar auf den Schreibtisch. Und in den letzten Jahren passiert es immer häufiger, dass sogar Stunden aus meiner Planung umgesetzt werden und ich nicht mehr so viel mit dem Lochen, Einsortieren und Retten oder Wegwerfen von wirklich gut gemeinten "Vertretungsarbeitsblättern" oder "Vertretungsthemen" beschäftigt bin.

Beitrag von „eva-renate“ vom 23. November 2017 06:56

Das ist bei uns leider nur die Theorie und ich gebe auch immer für Vertretung Material ect. Leider klappt es meist nicht, weil einfach keine Vertretung da ist. Doch danke für eure Hilfe.