

# Alternative zum Lehrberuf

**Beitrag von „DieBiene85“ vom 7. Dezember 2020 21:39**

Guten Abend,

ich arbeite seit nun 7 Jahren an einer Haupt-/Realschule mit schwieriger Schülerschaft. Die Zahl der Kinder mit Migrationshintergrund ist sehr hoch und nur wenige möchten sich integrieren - als Lehrerin hat man da schon oft eine schlechte Stellung. Viele Kinder sind stark verhaltensauffällig mit ESE Gutachten. In manchen Klassen sitzen zusätzlich bis zu 6 Kinder mit L-Gutachten. Einige der Kinder wurden als nicht therapierbar aus einer Klinik entlassen und in die Schule zurückgeführt. Die meisten haben in ihrem Kopf keinen Platz für Schule. Viele Kinder sind schon vorbestraft und eine Hand voll ist so aggressiv, dass man echt Angst haben muss, dass man eine verpasst bekommt.

Ich habe nun zum zweiten Mal einen Versetzungsantrag gestellt, mit schlechter Aussicht auf Erfolg. Nach Rücksprache mit der SL werden Sie es bis zum Limit mit Ablehnungen ausreizen, weil ich mit meiner Mathestelle einfach zu sehr gefragt bin. Viele Schulen haben schon Interesse an mir bekundet. Aber ich komme nicht weg dort.

Jeden Tag verliere ich ein Stück mehr von der Begeisterung, die ich für diesen Beruf hatte. Ich bin nervlich am Ende. Ich bin ausgebrannt und könnte nur noch schlafen. Mein Privatleben leidet sehr darunter. Ich habe keine Kraft mehr für meine eigenen Kinder, die mich so sehr brauchen.

Immer häufiger denke ich darüber nach, den Beruf als Lehrerin aufzugeben, um endlich wieder glücklich zu sein. Ich bin verbeamtet und die Probezeit ist auch bereits rum. Welche Alternativen bleiben mir, ohne große Geldeinbußen?

Liebe und traurige Grüße

---

**Beitrag von „kodi“ vom 7. Dezember 2020 21:55**

Es ist ein bisschen schwierig, dir Alternativen zu nennen, da du sehr wenig über dich schreibst.

Welche Fächer hast du denn und was kannst du so? Hast du irgendwelche Erfahrungen in anderen Bereichen?

Im Schulbereich sehe ich folgende Möglichkeiten:

- Versetzung durch Aufstiegsstelle
  - Versetzung durch Elternzeit
  - Wechsel in die Fachleitung/ans Studienseminar <-- Interesse an der Tätigkeit vorausgesetzt
  - Bewerbung auf eine Abordnungsstelle (Uni, Bezirksregierung, Schulträger), die keine Freigabe erfordert. <-- Interesse an der Tätigkeit vorausgesetzt
  - Anlauf der Frist bis zur automatischen Versetzungsfreigabe abwarten und bis dahin gucken, ob es Fortbildungen gibt, die dir beim Umgang mit den Problembaustellen an deiner Schule helfen.
- 

### **Beitrag von „DieBiene85“ vom 7. Dezember 2020 22:17**

Meine Familienplanung ist bereits seit 7 Jahren abgeschlossen. Ich habe 2 eigene Kinder.

Ich unterrichte Mathematik und Sozialkunde. Derzeit coronabedingt eigentlich alle Fächer durch feste Lerngruppen (D, Eng, Mu, Ku, MNT, ...).

Während des Studiums habe ich im Einzelhandel gearbeitet.

Aufstieg und Studienseminar sind für mich persönlich nicht erstrebenswert.

Was hat es mit einer Abordnungsstelle auf sich?

Mir wurde gesagt das sich eine Versetzungsfreigabe bis 5 Jahre hinziehen kann.

Fortbildungen hatte ich, aber mir haben sie bisweilen nicht geholfen. Viel Theorie die in der Praxis kaum einsetzbar ist bzw. Nicht gefruchtet hat.

Wissen Sie was mit dem Beamtenstatus passiert, wenn man sich aus dem Schulwesen zurückzieht? Bleibt dieser bestehen? Sowie die Gehaltsklasse? Oder fängt man bei Null an?

---

### **Beitrag von „CDL“ vom 7. Dezember 2020 22:25**

Wenn du tatsächlich darüber nachdenkst dem Schuldienst den Rücken zu kehren, dann solltest du dich sowohl begleitend, als auch vorab unbedingt rechtlich von deiner Gewerkschaft beraten

lassen, um alles im Blick zu behalten, was dabei zu beachten ist. Prüf vielleicht auch für dich, ob es im Extremfall eine Option für dich wäre, den Beamtenstatus aufzugeben um früher wegzukommen und dann ggf. andernorts als Angestellte weiterzumachen mit der deutlich höheren Flexibilität, die dieser Statuswechsel mit sich bringt. [Gruenfink](#) ist diesen Weg beispielsweise gegangen.

Lass dich unbedingt auch von deinem örtlichen PR und oder Gewerkschaft eingehend zu deinen Optionen beraten angesichts der massiven psychischen Belastung, die offenbar mit deiner jetzigen Stelle einhergeht, ob es vielleicht möglich ist, dass du vor Ablauf von 5 Jahren eine Freigabe erzwingen kannst. Letztlich ist ja niemandem damit gedient, wenn du entweder nach 5 Jahren mit Burnout ausscheidest oder vorher aus Verzweiflung dem Schuldienst komplett den Rücken kehrst, egal wie drängend man an dieser speziellen Schule gerade deine Fächer benötigen würde.

Versuch unbedingt dir erst einmal jetzt bis Weihnachten, wenn du hoffentlich wieder etwas auftanken kannst, kleine Inseln zu suchen im Alltag, die dir zumindest etwas Kraft und Zuversicht geben. Das ist ganz und gar essentiell, um gesund zu bleiben.

---

### **Beitrag von „yestoerty“ vom 7. Dezember 2020 22:28**

Wenn ihr auf einen Teil des Einkommens verzichten könnt, vielleicht die Stunden auf ein Minimum zurückschrauben, oder wenn es gerade auch ohne geht: hast du noch Elternzeit übrig und für später übertragen? Oder einfach aus familiären Gründen Beurlauben lassen, Sabbatjahr ansparen und direkt mit der Freistellung starten,...

wenn die Schulleitung dich nicht gehen lassen will, muss man sich rar machen.

---

### **Beitrag von „DieBiene85“ vom 7. Dezember 2020 22:40**

Meine Elternzeit ist aufgebraucht. Die erste im 1. Staatsexamen und die zweite im 2. Staatsexamen. Leider wird es schwer für uns mit geldlichen Einbußen. Ich hatte letztes Jahr nach Ablehnung der Versetzung überlegt in meiner Stundenzahl herunter zu gehen und durchgerechnet. Ist leider nicht drin derzeit.

## Beitrag von „Pet“ vom 7. Dezember 2020 22:53

### [Zitat von DieBiene85](#)

Jeden Tag verliere ich ein Stück mehr von der Begeisterung, die ich für diesen Beruf hatte. Ich bin nervlich am Ende. Ich bin ausgebrannt und könnte nur noch schlafen. Mein Privatleben leidet sehr darunter. Ich habe keine Kraft mehr für meine eigenen Kinder, die mich so sehr brauchen.

Wenn ich das lese, würde ich mir an deiner Stelle ärztliche/therapeutische Hilfe suchen. Ich wünsche dir alles Gute.

---

## Beitrag von „DieBiene85“ vom 7. Dezember 2020 22:58

### [Zitat von Pet](#)

Wenn ich das lese, würde ich mir an deiner Stelle ärztliche/therapeutische Hilfe suchen. Ich wünsche dir alles Gute.

Ich kann mir irgendwie nicht vorstellen zu meinem Hausarzt zu gehen und zu sagen, ich bin müde. Der lacht mich doch sicher aus. Ich bin ja nicht wirklich krank.

---

## Beitrag von „Websheriff“ vom 7. Dezember 2020 23:02

### [Zitat von DieBiene85](#)

Ich kann mir irgendwie nicht vorstellen zu meinem Hausarzt zu gehen und zu sagen, ich bin müde. Der lacht mich doch sicher aus. Ich bin ja nicht wirklich krank.

Doch, bist du möglicherweise doch. Lass das den Arzt sondieren. Wenn ich von deiner Scham vorm Arzt lese, denk ich, du wärst ein Mann.

---

## **Beitrag von „DieBiene85“ vom 7. Dezember 2020 23:16**

### Zitat von Websheriff

Doch, bist du möglicherweise doch. Lass das den Arzt sondieren. Wenn ich von deiner Scham vorm Arzt lese, denk ich, du wärst ein Mann.

Mit Scham hat das wenig zu tun und Menschen sollte man nicht in Schubkasten stecken. Ihren letzten Satz finde ich persönlich unangebracht und wenig hilfreich.

---

## **Beitrag von „Humblebee“ vom 8. Dezember 2020 07:58**

Ich denke auch, dass du evtl. nah am Burnout stehst. Geh' bitte unbedingt zu deinem Hausarzt/ärztin und vertraue dich ihm/ihr an. Wenn er/sie dich nicht ernst nehmen sollte, wechsle den Arzt.

---

## **Beitrag von „Lehrerin2007“ vom 8. Dezember 2020 08:45**

Auf jeden Fall. Wenn ich dem Hausarzt nicht vertraue oder gar fürchten muss, ausgelacht zu werden, würde ich mir womöglich gleich jemand anderes suchen, vielleicht jemanden, der eher darauf spezialisiert ist.

Jemand, der einen vielleicht auslacht, kann nicht die richtige Anlaufstelle sein.

---

## **Beitrag von „Karl-Dieter“ vom 8. Dezember 2020 10:54**

Beförderungsstelle woanders. Dann bist du zügig weg

---

## **Beitrag von „MrsPace“ vom 8. Dezember 2020 14:21**

#### [Zitat von DieBiene85](#)

Jeden Tag verliere ich ein Stück mehr von der Begeisterung, die ich für diesen Beruf hatte. Ich bin nervlich am Ende. Ich bin ausgebrannt und könnte nur noch schlafen. Mein Privatleben leidet sehr darunter. Ich habe keine Kraft mehr für meine eigenen Kinder, die mich so sehr brauchen.

Ich habe jetzt die anderen Beiträge nicht gelesen... Aber das spricht doch Bände.

Ab zum Arzt. Z73.

Und dann schauen wir mal, wie lange die Schule dich noch halten will, wenn du laufend gelbe Scheine vorlegst.

Es kann doch nicht sein, dass man seinen Beruf aufgeben muss, nur weil man das Pech hatte, in einer Schule mit unzumutbaren Arbeitsbedingungen zu landen.

---

#### **Beitrag von „Stan“ vom 8. Dezember 2020 14:33**

Ich kann MrsPace nur zustimmen:

"nervlich am Ende", "keine Freude mehr", "Privatleben leidet", "keine Kraft mehr", "könnte nur noch schlafen" - da lacht dich kein Arzt aus!

Nebeneffekt: Irgendwann kapiert's auch deine Schulleitung, dass es so nicht mehr weiter geht!

---

#### **Beitrag von „CDL“ vom 8. Dezember 2020 15:48**

#### [Zitat von Websheriff](#)

Doch, bist du möglicherweise doch. Lass das den Arzt sondieren. Wenn ich von deiner Scham vorm Arzt lese, denk ich, du wärst ein Mann.

Was hat das mit dem Geschlecht zu tun?

#### Zitat von DieBiene85

Ich kann mir irgendwie nicht vorstellen zu meinem Hausarzt zu gehen und zu sagen, ich bin müde. Der lacht mich doch sicher aus. Ich bin ja nicht wirklich krank.

Davon würde ich nicht ausgehen, dass der dich auslacht. Schildere ihm, wie es dir geht und dass du aktuell befürchtest, auf einen Burnout zuzusteuern, denn zumindest liest es sich so, was du eingangs beschrieben hattest. Lass dich begleitend von Gewerkschaft/PR beraten, damit es nicht so weit kommen muss und du hoffentlich schnell weg kannst. Auch mit Gewerkschaft/PR solltest du dabei unbedingt sehr offen und ehrlich über deine psychische Belastung sprechen, damit denen klar ist, dass es wirklich brennt bei dir und du alle Hilfe benötigst, du du bekommen kannst. Ich wünsche dir alles Gute. Pass gut auf dich auf!

---

### **Beitrag von „Lindbergh“ vom 8. Dezember 2020 16:49**

#### Zitat von CDL

Was hat das mit dem Geschlecht zu tun?

Männer sind häufig wehleidiger als Frauen.

---

### **Beitrag von „Fallen Angel“ vom 8. Dezember 2020 17:35**

Häufig, nicht immer. Selbst wenn deine Aussage richtig wäre, würde eine wehleidige Person lediglich mit höherer Wahrscheinlichkeit männlich als weiblich sein.

Kurzes Rechenbeispiel: 40% aller Männer und 30% aller Frauen sind wehleidig. Es gibt genauso viele Männer wie Frauen. Dann wäre eine wehleidige Person mit einer Wahrscheinlichkeit von  $0,4/(0,4+0,3)=0,4/0,7=4/7$  männlich und mit einer Wahrscheinlichkeit von  $3/7$  weiblich (unter der Annahme, dass es nur m und w gibt).

---

### **Beitrag von „Thamiel“ vom 8. Dezember 2020 17:48**

AU, lange, wiederholt, bis die SL merkt, dass sie ihrer Fürsorgepflicht nicht nachkommt, wenn sie dich auf die Art weiter verheizt. Aufsässig werden. Nicht mehr jeden Vertretungsplan schlucken, unbequem werden, Änderungen verlangen, Gesundheit an die erste Stelle setzen, nicht nur die Körperliche. Kein Arzt lacht, wenn ein Lehrer solche Symptome schildert. Das ist the oldest story in the book. Das wird nicht mehr von selbst besser. Das ist kein Licht mehr am Ende dieses Weges. Da muss ein anderer Weg her. Die Tragödie liegt nur in der Zeit die es braucht, sich das selbst einzugestehen.

---

### **Beitrag von „SwinginPhone“ vom 8. Dezember 2020 17:50**

Was hat Scham vorm Arzt mit Wehleidigkeit zu tun?

---

### **Beitrag von „Lindbergh“ vom 8. Dezember 2020 18:14**

Interessantes und zugleich schwieriges Thema. Ich habe jetzt keine Statistik parat, würde aber mal behaupten, dass Männer seltener zum Arzt gehen, auch was Vorsorgeuntersuchungen und so angeht. Viele machen kleine "Wehwehchen" mit sich selbst aus und weil Männer es nicht gewohnt sind, *nach außen* hin schwach herüberzukommen, "dramatisiert" man ein bisschen, was dann zu Phänomenen wie der Männergrippe führt. Bei Frauen ist es so, dass sie noch heute viel Verantwortung *innerhalb der Familie* übernehmen und der Knotenpunkt der familiären Organisation sind. Um zu großen Ausfall zu kompensieren, nehmen sie körperliche Signale ernster, gehen eher zum Arzt, um dann auch möglichst zeitnah wieder voll für die Familie da sein zu können.

Bevor wieder die klassischen Nachrichten kommen: Es gibt natürlich Ausnahmen bei beiden Geschlechtern, wie immer eben bei Klischees.

---

### **Beitrag von „raindrop“ vom 8. Dezember 2020 19:16**

 [Zitat von Lehramtsstudent](#)



Männer sind häufig wehleidiger als Frauen.

Das ist doch Quatsch. Wenn Sie krank sind, dann aber so richtig und dass muss die ganze Welt erfahren. Das muss zelebriert werden. Das ist der Weg!

---

### **Beitrag von „Thamiel“ vom 8. Dezember 2020 19:21**

This is the way! 😄

---

### **Beitrag von „UrlaubVomUrlaub“ vom 8. Dezember 2020 20:34**

[Zitat von Lehramtsstudent](#)

Interessantes und zugleich schwieriges Thema.

Aber du kannst es in einem Satz erklären?

[Zitat von Lehramtsstudent](#)

Bevor wieder die klassischen Nachrichten kommen: Es gibt natürlich Ausnahmen bei beiden Geschlechtern, wie immer eben bei Klischees.

Bevor die klassischen Klischees kommen, was soll die TE damit anfangen?

---

### **Beitrag von „Lindbergh“ vom 8. Dezember 2020 20:48**

Keine Ahnung, der "wie ein Mann"-Kommentar kam nicht von mir, ich habe nur erklärt, was es damit auf sich hat 😊 .

---

## Beitrag von „Seph“ vom 8. Dezember 2020 23:33

### Zitat von Lehramtsstudent

Keine Ahnung, der "wie ein Mann"-Kommentar kam nicht von mir, ich habe nur erklärt, was es damit auf sich hat 😊 .

Naja, genau genommen hast du lediglich deine Interpretation wiedergegeben. Das Deutsche Ärzteblatt gibt als einen wesentlichen Faktor für die statistisch erfassten geringeren Besuchsquoten von Männern bei Ärzten eher (beruflich induzierten) Zeitmangel an, anstatt der hier kolportierten These der Wehleidigkeit.

---

## Beitrag von „Websheriff“ vom 9. Dezember 2020 13:56

Herrlich (sage jetzt bitte niemand genderlike "dämlich"!):

Da hab ich oben mit der Mönnerscham vorm Arzt selbstironisch mein eigenes Vorurteil manifestiert, da fühlt sich das halbe (?) Forum mal wieder angegriffen!

Liebe Leute:

So habe ich das alles nicht gemeint!  
mea culpa mea culpa mea maxima culpa

Ich wollte eigentlich nur die TE ermutigen, "stark wie eine Frau" zu sein und sich vertrauensvoll in Bezug zu ihrer Ärztin zu begeben.

Okay?

Was steht nun als Bußleistung an?

---

## Beitrag von „Stan“ vom 9. Dezember 2020 14:27

Tja, Websheriff, dann mal ab zum verpflichtenden Sensibilisierungsworkshop:

<https://www.frauenbeauftragte.uni-muenchen.de/genderkompeten...odul/index.html>

Bitte Zertifikat der erfolgreichen Teilnahme hier posten!

---

### Beitrag von „Websheriff“ vom 9. Dezember 2020 17:28

[pasted-from-clipboard.png](#)

Dann starten wir mal mit Lektion 1.

---

### Beitrag von „Stan“ vom 9. Dezember 2020 18:07

He! Nicht der *Senso*-bilisierungsworkshop! Na egal, macht bestimmt mehr Spaß... 😄

---

### Beitrag von „Websheriff“ vom 9. Dezember 2020 19:13

Zitat

Entgeltfrei ist die Teilnahme für alle an den bayerischen Trägerhochschulen der vhb immatrikulierten Studentinnen und Studenten (Anmeldung unter <http://www.vhb.org>). Andere Personen, die an der Entstehung von Geschlechtertypisierungen, -rollen und -hierarchien ebenso wie an Diversity-Strategien in den verschiedenen gesellschaftlichen Teilbereichen interessiert sind, können das Lehrangebot gegen Entgelt und nach vorheriger Anmeldung nutzen.

Jetzt wollte ich doch tatsächlich diesen Bußkurs "3 Ave Maria für die linke Hand des Teufels" mal eben absolvieren, da stell ich fest, dass die dafür auch noch meine Daten nutzen wollen. Nee, dann noch ne Runde Sensobilisierung! (Schaff jetzt schon 14 Tipps.)

---

### Beitrag von „MarieJ“ vom 9. Dezember 2020 19:21

Ich finde mindestens 5 „Ave Maria“ und eventuell noch 2 bis 3 „Mutter unser“ (am besten in der Übersetzung der Feminispräch von den Missfits) als Buße für Genderverstöße absolut ausreichend.

---

**Beitrag von „Websheriff“ vom 9. Dezember 2020 19:27**

**Neeneenee, Leute, das ist keine Buße, das ist eine STRAFE!**

<https://www.youtube.com/watch?v=Q4LO3uqUI7A>

---

**Beitrag von „MarieJ“ vom 10. Dezember 2020 06:43**

Strafe ist angebracht☐☐

---

**Beitrag von „Websheriff“ vom 10. Dezember 2020 16:49**

Strafe führt aber nicht zu Besserung, Mädels.

---

**Beitrag von „MarieJ“ vom 10. Dezember 2020 17:57**

Die Strafe soll dich vor Wiederholung abschrecken, Männlein.☐☐

---

**Beitrag von „Websheriff“ vom 10. Dezember 2020 18:05**

[https://www.youtube.com/watch?v=Q4LO3uqUI7A&feature=emb\\_logo](https://www.youtube.com/watch?v=Q4LO3uqUI7A&feature=emb_logo)

Okay, ich zieh's mir nochmal rein. 😊

---

### **Beitrag von „MarieJ“ vom 10. Dezember 2020 18:16**

Wenn du das wirklich versuchst zu sprechen, hast du auch echtes Gehirnjogging gemacht. Nicht falsch für uns als ältere Generation. Außerdem ist's für die Zuhörenden sehr witzig. erinnert an die dusseligen „Geheimsprachen“ aus Kindertagen: bei uns z. B. Erbsensprache oder ähnliche.

---

### **Beitrag von „Grubenvogel“ vom 11. Dezember 2020 19:41**

#### [Zitat von DieBiene85](#)

Meine Elternzeit ist aufgebraucht. Die erste im 1. Staatsexamen und die zweite im 2. Staatsexamen. Leider wird es schwer für uns mit geldlichen Einbußen. Ich hatte letztes Jahr nach Ablehnung der Versetzung überlegt in meiner Stundenzahl herunter zu gehen und durchgerechnet. Ist leider nicht drin derzeit.

Dann wird es aber vermutlich auch mit einem Ausstieg schwierig. Wenn Du den Beamtenstatus kündigst, wirkt sich das nicht nur auf Dein Gehalt aus (je nach neuem Job eben), sondern auch auf Deine Pension - er-heb-li-che Einbußen. Wie schon andere geraten haben: lass das man von Deiner Gewerkschaft durchrechnen. Jobwechsel und Beamter bleiben: hm, ich glaube, dazu wurden auch schon alle Alternativen genannt...

Als erstes würde ich auch mit dem Arzt sprechen, denn Du klingst mir sehr Burn-Out-gefährdet. In dieser Situation sollte man keine weitreichenden Entscheidungen treffen, sondern erstmal ganz bei sich ansetzen und Hilfe suchen.

Wenn Dein Arzt Dich auslacht, ist er der falsche Arzt. Die Signale Deines Körpers und Deiner Psyche sollten Du und er ernstnehmen. Alles Gute!