

Habe ich ein Wutproblem?

Beitrag von „amselnest“ vom 27. Januar 2022 23:12

Guten Abend,

ich wende mich nun an dieses Forum, in dem ich als Gast schon länge interessiert mitlese und die Meinungen und den Rat schätze.

Ich bitte um eine ehrliche und kritische Meinung zu folgendem: Ich bin 45 und seit 15 Jahren Lehrer. Ich habe viel Wut. Das war nicht immer so, ob sie nur von der Schule kommt, weiß ich nicht, aber ich wüßte nicht von was sonst. Bin oft ausgelastet und will nur noch loslassen nach der Arbeit.

Ich schreie zum Beispiel im Auto massiv rum. Das hört zwar keiner, ich empfinde es auch als prima Ventil. Vor allem, wenn ich von der Schule heimfahre, nervt es mich, wenn Leute nicht das Tempolimit ausnutzen und kriechen, wenn ich schnell heim will, um loszulassen.

Ich wohne alleine und lasse auch dort beim Reinkommen erst einmal verbal Dampf ab und brülle Schimpfwörter. Habe seit 2 Jahren ein eigenes kleines Haus und zelebriere so die Freiheit. Rumschreien einfach weil ich es kann.

Ferner habe ich eine Chatrunde mit Freunden, die auch Lehrer sind und ebenfalls viel Wut haben. Es geht eigentlich schon morgens um 6 Uhr nach dem Aufstehen los, daß wir da per Audio-Sprachnachricht NULL BOCK skandieren usw. Nach getaner Arbeit berichten wir uns, wie wir unseren Streß mit Bier oder Gin Tonic verarbeiten. Trinke nicht täglich Alkohol, oft geht es auch um Freßexzesse als Belohnung.

Ich bin aber kein Alkoholiker, weil ich den trockenen Januar mache. Auch trinke ich an zwei bis drei Tagen in der Woche nichts, aber wenn ich z. B. mittwochs spät Schule habe, kracht es Dienstag abend schon mal mit 7 halben Liter Bier und ein zwei Schnäpsen.

Jedenfalls ist es so, dass wir in den Sprachnachrichten sehr derbe Fäkalsprache gebrauchen und die "Fo***schule" oder die "Fi**arbeit" schimpfen. Eine Konferenz ist eigentlich immer eine "Hu***konferenz", ein Test, der zu korrigieren ist ein "Nu****test" usw. Schüler oder Eltern

dürften das nicht hören, klar. Es sind meist sexuell aufgeladene Schimpfwörter oder Dinge, die mit Prostitution zu tun haben. Eigentlich sind wir alle politisch korrekte Kerle, daher sehe ich das selbst schon kritisch. Aber ich fühle mich oft ausgelastet, daher bringt so was schon etwas Linderung.

Körperliche Aggression ist normal nicht im Spiel, aber wenn wir zusammen ins Fußballstadion gehen, lassen wir auch dort massiv Dampf ab in der Fankurve. Also nicht unbedingt vorbildhaft, ehrlich gesagt, aber wir sind dann immerhin verumumt.

Ich selbst habe schon an ein Anti-Aggro-Training gedacht, aber die Kumpels (wie gesagt alle selbst Lehrer und im Gegensatz zu mir auch Familienväter) sagen ich spinne. Was meint Ihr? Oder geht das auch wieder weg? Seit Corona ist es heftiger, und vielleicht flaut es ja nach Corona wieder ab.

Beitrag von „Websheriff“ vom 27. Januar 2022 23:33

Verzeih, aber ...

Begib dich in Quarantäne!

Google mal nach "Fazenda da Esperanca".

Beitrag von „Kiggie“ vom 27. Januar 2022 23:41

[Zitat von amselnest](#)

Vor allem, wenn ich von der Schule heimfahre, nervt es mich, wenn Leute nicht das Tempolimit ausnutzen und kriechen, wenn ich schnell heim will, um loszulassen.

Du solltest kein Auto mehr fahren!

Beitrag von „DeadPoet“ vom 27. Januar 2022 23:50

Zitat von amselnest

Ich bin aber kein Alkoholiker, weil ich den trockenen Januar mache. Auch trinke ich an zwei bis drei Tagen in der Woche nichts, aber wenn ich z. B. mittwochs spät Schule habe, kracht es Dienstag abend schon mal mit 7 halben Liter Bier und ein zwei Schnäpsen.

Jedenfalls ist es so, dass wir in den Sprachnachrichten sehr derbe Fäkalsprache gebrauchen und die "Fo****schule" oder die "Fi**arbeit" schimpfen. Eine Konferenz ist eigentlich immer eine "Hu****konferenz", ein Test, der zu korrigieren ist ein "Nu****test" usw. Schüler oder Eltern dürften das nicht hören, klar. Es sind meist sexuell aufgeladene Schimpfwörter oder Dinge, die mit Prostitution zu tun haben. Eigentlich sind wir alle politisch korrekte Kerle, daher sehe ich das selbst schon kritisch. Aber ich fühle mich oft ausgelastet, daher bringt so was schon etwas Linderung.

Körperliche Aggression ist normal nicht im Spiel, aber wenn wir zusammen ins Fußballstadion gehen, lassen wir auch dort massiv Dampf ab in der Fankurve. Also nicht unbedingt vorbildhaft, ehrlich gesagt, aber wir sind dann immerhin verumumt.

Ich fürchte, Du hast mehr als ein "Wutproblem".

Beitrag von „amselnest“ vom 28. Januar 2022 00:21

Mehr als ein Wutproblem? Hm.

Also bzgl. Verkehr: Habe keine Punkte in Flensburg!

Beitrag von „WispyWaterfall14734“ vom 28. Januar 2022 05:44

Popcorn Thread?

Beitrag von „Steffi1989“ vom 28. Januar 2022 06:12

Auch, wenn Du (zur Zeit noch) niemand anderem als Dir selbst schadest, sagt mir Dein Text eindeutig, dass Du mit Deinem Leben nicht glücklich bist. Das finde ich schade, denn Du hast nur eins. Für einen temporären Zeitraum kann man sich mal durch solche Phasen durchbeißen, aber ein Dauerzustand darf so etwas niemals sein. Sonst befürchte ich, dass Du entweder ernsthaft krank wirst oder irgendwann doch einmal etwas tust, was Du später sehr bereuen könntest (im Straßenverkehr, gegenüber einem Schüler, Gewalt im Stadion o.ä.). Mein - völlig pauschaler - Rat: Werde Dir darüber klar, wie Du leben willst und versuche, Deine jetzige Situation dahingehend zu verändern. Leichter gesagt als getan, ich weiß. Aber so kann es doch nicht die nächsten Jahrzehnte weitergehen.

Beitrag von „O. Meier“ vom 28. Januar 2022 06:41

Ich bin mir nicht sicher, ob der Eingangsbeitrag ernst gemeint ist oder einen Trollversuch darstellt.

Beitrag von „Bolzbold“ vom 28. Januar 2022 07:02

Der Eingangsbeitrag erfüllt so ziemlich alles für einen Trollbeitrag, weil er gleich mehrere Facetten gesellschaftlich unerwünschten primär männlichen Verhaltens enthält und einfach zu dick aufträgt. Und natürlich hofft der TE auf entsprechende zahlreiche Reaktionen - vorwiegend natürlich belehrender Art, die er dann kontern kann. Ich mache daher hier mal dicht.