

Ein junger Kollege auf dem Weg ins Burnout :(

Beitrag von „state_of_Trance“ vom 30. März 2023 10:20

<https://www.youtube.com/watch?v=0WoTEsKQXmg>

Auf 70% reduziert um 100% zu arbeiten, jede Unterrichtsstunde dauert 30-45 Minuten Vorbereitung, abends um 20 Uhr Telefonate, ...

Beitrag von „s3g4“ vom 30. März 2023 11:04

[Zitat von state of Trance](#)

<https://www.youtube.com/watch?v=0WoTEsKQXmg>

Auf 70% reduziert um 100% zu arbeiten, jede Unterrichtsstunde dauert 45-60 Minuten Vorbereitung, abends um 20 Uhr Telefonate, ...

20 Uhr telefoniere ich vielleicht mit Freunden. Und eine Stunde länger vorbereiten, als die eigentliche Stunde dann dauert, habe ich zuletzt für meine 2. Staatsprüfung gemacht. Ich habe das Video noch nicht gesehen, aber mir kommt direkt "selbst schuld" in den Kopf.

Beitrag von „state_of_Trance“ vom 30. März 2023 11:08

[Zitat von s3g4](#)

20 Uhr telefoniere ich vielleicht mit Freunden. Und eine Stunde länger vorbereiten, als die eigentliche Stunde dann dauert, habe ich zuletzt für meine 2. Staatsprüfung gemacht. Ich habe das Video noch nicht gesehen, aber mir kommt direkt "selbst schuld" in den Kopf.

Es geht in dem Video auch nicht um Burnout oder eine Schuldfrage. Aber es wird ein Kollege gezeigt, der selbstausbeuterische Tendenzen hat und dies als Normalzustand dargestellt.

Bei mir klingeln da aber alle Alarmglocken.

Edit: Ok, es sind 30-45 Minuten Vorbereitung für jede Stunde. Trotzdem viel zu lang finde ich.

Beitrag von „Sissymaus“ vom 30. März 2023 11:09

Also manches ist aber auch hausgemacht:

Nach dem Sport die Halle fit machen: erledigt man das nicht gemeinsam mit den SuS?

Fachfremd Sport? Gibts in NRW nicht! Ist das überhaupt erlaubt?

Jeder Tag ist sicher nicht so voll, also kopiere ich an den Tagen vor, wenn man kein LMS hat und digital hochladen kann.

Laute Klassen, wenig Pause: Ja, das schlaucht und ich finde auch, dass man einen 9 Stunden-Bürotag gut mit einem 8 Stunden-Unterrichtstag vergleichen kann, wobei der Bürotag je nach Art der Arbeit auch echt chilliger sein kann.

Beitrag von „state_of_Trance“ vom 30. März 2023 11:12

[Zitat von Sissymaus](#)

Jeder Tag ist sicher nicht so voll, also kopiere ich an den Tagen vor, wenn man kein LMS hat und digital hochladen kann.

Laute Klassen, wenig Pause: Ja, das schlaucht und ich finde auch, dass man einen 9 Stunden-Bürotag gut mit einem 8 Stunden-Unterrichtstag vergleichen kann, wobei der Bürotag je nach Art der Arbeit auch echt chilliger sein kann.

Ja das war bisschen melodramatisch, man hat ja nicht täglich einen langen Tag plus Konferenz plus Elterngespräche.

Mir kommt es so vor als würde er sich von jeder Seite einspannen lassen und statt nein zu sagen reagiert er mit Reduktion auf 70%.

Beitrag von „Caro07“ vom 30. März 2023 11:16

Vielen Dank für den Film und danke an den Lehrer (und die Schüler), dass er sich so ungestellt filmen ließ.

Der Film trifft es gut in meinen Augen. Ich finde mich in vielen Aussagen bzw. in dem gezeigten Umfeld wieder, obwohl ich an einer (großen) Grundschule war - das ständige Präsent sein, Streit schlichten, keine Pausen haben, Unterricht spontan umplanen, weil die Planung nicht funktioniert, sich mit Disziplinierungstechniken beschäftigen, weil es notwendig ist, Differenzierung, sich mit einzelnen befassen, ermutigen usw., spontan angesagte Dienstbesprechungen....

Der Film bildet nicht alles ab, es kommt noch mehr dazu, es zeigt dennoch einen realistischen Ausschnitt. Fächer bzw. Themen, die ich schon oft unterrichtete, brauchten nicht mehr so viel Vorbereitung, aber mir ging es bis zum Schluss genauso, wie es Daniel schilderte: Wenn man sich in etwas neues, Fachfremdes einarbeitete und es richtig machen wollte, braucht das viel Zeit, egal wie lange man den Beruf schon macht. Ich muss gestehen, dass mir die Vorbereitung dennoch zum größten Teil Spaß gemacht hat, wenn ich nicht in Zeitnot kam. Ich habe ebenso lieber etwas reduziert um die Gesamtheit der Aufgaben mit weniger Zeitnot und deshalb mit weniger Stress bewältigen zu können. Da sparte jede Unterrichtsstunde, die ich weniger unterrichten musste, Energie. Mir haben 4-5 reduzierte Stunden von 28 schon etwas gebracht.

Beitrag von „state_of_Trance“ vom 30. März 2023 11:20

[Zitat von Caro07](#)

Da sparte jede Unterrichtsstunde, die ich weniger unterrichten musste, Energie. Mir haben 4-5 reduzierte Stunden von 28 schon etwas gebracht.

Das ist im Übrigen eine riesige Sauerei welche absurd hohen Stundenzahlen an Grund- und Sek1-Schulen erwartet werden. Das ist eine mindestens so große Abwertung dieser Tätigkeit wie die schlechtere Bezahlung. Das hat so was von "ihr malt und bastelt doch sowieso nur, da kann man ruhig ein paar Stunden mehr geben".

Beitrag von „Caro07“ vom 30. März 2023 11:23

Ich habe lange für meinen Beitrag #6 gebraucht. Ich sehe, dass inzwischen mehr geschrieben worden ist. Ich könnte mir vorstellen, dass es Unterschiede zwischen den Schularten gibt.

Beitrag von „Sissymaus“ vom 30. März 2023 11:25

Zitat von state of Trance

Ja das war bisschen melodramatisch, man hat ja nicht täglich einen langen Tag plus Konferenz plus Elterngespräche.

Mir kommt es so vor als würde er sich von jeder Seite einspannen lassen und statt nein zu sagen reagiert er mit Reduktion auf 70%.

Ja, da hast Du wohl recht. Und durch solche Sachen werden sich die Arbeitsbedingungen nicht ändern. Ich würde jedenfalls kein Geld an meinen Dienstherrn verschenken. Ich werde für 41 Stunden pro Woche bezahlt und mehr arbeite ich auch nicht. Dabei ist es egal, welche Besoldungsstufe ich habe.

Beitrag von „Sommertraum“ vom 30. März 2023 15:20

Viele Belastungen, die in diesem Video angesprochen werden, kenne ich auch aus meinem Alltag an der Mittelschule. Besonders der fachfremde Unterricht (hier in Bayern darf bzw. muss jeder MS-Lehrer wirklich jedes Fach unterrichten, auch Sport), aber auch die große Zahl an SuS aus problematischen Familienverhältnissen verlangen einem viel ab.

Dazu kommt, dass man durch das Klassenleiterprinzip oft 20 und noch mehr Stunden die Woche gemeinsam verbringt und das über 2-3 Jahre hinweg. Dadurch entsteht eine enge Schüler-Lehrer-Beziehung, die es fast unmöglich macht, so strikte Grenze zu ziehen, wie es hier im Forum manche KuK von Gy-, SekII und beruflichen Schulen oft schreiben. Wir müssen die uns anvertrauten SuS so weit es nur irgendwie geht mitnehmen und können nicht darauf verweisen, dass eine andere Schulart die geeignetere wäre oder sie ohne Abschluss weiterschicken.

Das alles kostet irrsinnig viel Kraft sowie viele Jahre Erfahrung, damit man das ohne Selbstausbeutung und Überlastung vernünftig schafft.

Beitrag von „Quittengelee“ vom 30. März 2023 16:17

[Zitat von state_of Trance](#)

<https://www.youtube.com/watch?v=0WoTEsKQXmg>

Auf 70% reduziert um 100% zu arbeiten, jede Unterrichtsstunde dauert 30-45 Minuten Vorbereitung, abends um 20 Uhr Telefonate, ...

Ich habe den Eindruck, dass du die eigentliche Belastung nicht richtig wahrnimmst.

- große Klassen
- Disziplin Konflikte
- Pubertät
- Lautstärke
- keine Pausen dazwischen
- Gewalt und andere Sozialprobleme, die nebenher und zwischendrin und im Hintergrund passieren
- abends noch Korrekturen usw.

Die Reduzierung der Stundenzahl hat er nicht vorgenommen, weil er zu lange Unterricht vorbereitet, sondern weil die Tage entzerrt werden, wenn er statt jeden Tag 5 oder 6 nur 3 oder 4 Stunden hat.

Was definitiv hilft, ist Durchsetzungsvermögen. Die SuS sind zu laut. Aber leider kann man das nur bedingt lernen und das dauert seine Zeit. Und es ist auch die schiere Zahl an SuS und Klassen, in denen man nur wenig Zeit verbringt UND fachfremd unterrichten muss, was Tag für Tag an einem nagt und schabt.

Beitrag von „s3g4“ vom 30. März 2023 16:25

[Zitat von Quittengelee](#)

Die Reduzierung der Stundenzahl hat er nicht vorgenommen, weil er zu lange Unterricht vorbereitet, sondern weil die Tage entzerrt werden, wenn er statt jeden Tag 5 oder 6 nur 3 oder 4 Stunden hat.

Nö, im Video wird gesagt, dass er Reduziert hat um den Schülern und SchülerInnen (völlig Banane das Gendern an im Video) besser gerecht werden zu können.

Beitrag von „xwaldemarx“ vom 30. März 2023 17:02

Ich bin LA an einer bayerischen Mittelschule.

Das Video beschreibt meinen Schulalltag seit Tag 1 meines Referendariats.

Bis zur Pension werde und will ich den Job nicht machen (können).

Spaß macht er mir trotz der Umstände aber trotzdem häufig.

Nachtrag: Die Schulart und die SuS (zumindest die Mehrheit) ist großartig! Die Umstände (Lehrermangel) machen den Job madig.

Beitrag von „Quittengelee“ vom 30. März 2023 19:43

[Zitat von s3g4](#)

Nö, im Video wird gesagt, dass er Reduziert hat um den Schülern und SchülerInnen (völlig Banane das Gendern an im Video) besser gerecht werden zu können.

Ah okay, dann habe ich genau den Satz übersprungen. Aber die Darstellung des Arbeitslltags und der Stress des Kollegen ist schon nachvollziehbar, oder?

Beitrag von „s3g4“ vom 31. März 2023 19:34

Zitat von Quittengelee

Ah okay, dann habe ich genau den Satz übersprungen. Aber die Darstellung des Arbeitsalltags und der Stress des Kollegen ist schon nachvollziehbar, oder?

Kann ich nicht beurteilen. Mein Alltag sieht völlig anders aus. Ich bin eigentlich selten gestresst. Vielleicht organisiere ich mich auch anders (oder zu wenig?)

Naja ich sitze jetzt noch bis 21 Uhr im Unterricht. Stresst mich aber weniger 😄

Beitrag von „Quittengelee“ vom 31. März 2023 20:26

Ui, das ist aber schon spät... Eher so für "Typ Eule", statt "Lerche"? 😄

Vielleicht ist das DIE Idee schlechthin, mit 14 in einen Betrieb und dann, mit 16 oder 18, wenn man *wirklich* will, gezielt auf einen Schulabschluss hinarbeiten.

Beitrag von „c. p. moritz“ vom 31. März 2023 20:51

Zitat von state_of Trance

Es geht in dem Video auch nicht um Burnout oder eine Schuldfrage. Aber es wird ein Kollege gezeigt, der selbstausbeuterische Tendenzen hat und dies als Normalzustand dargestellt.

Bei mir klingeln da aber alle Alarmglocken.

Edit: Ok, es sind 30-45 Minuten Vorbereitung für jede Stunde. Trotzdem viel zu lang finde ich.

Ah, du hast offensichtlich auch unter dem Video kommentiert.

Beitrag von „c. p. moritz“ vom 31. März 2023 20:53

Zitat von Sissymaus

Jeder Tag ist sicher nicht so voll, also kopiere ich an den Tagen vor, wenn man kein LMS hat und digital hochladen kann.

Laute Klassen, wenig Pause: Ja, das schlaucht und ich finde auch, dass man einen 9 Stunden-Bürotag gut mit einem 8 Stunden-Unterrichtstag vergleichen kann, wobei der Bürotag je nach Art der Arbeit auch echt chilliger sein kann.

Ich habe im Büro gearbeitet, und das war kein Däumchendrehtjob. Ich kann dir versichern, die Gleichung 6 Unterrichtsstunden = 8 Bürostunden kommt eher hin.

Beitrag von „c. p. moritz“ vom 31. März 2023 20:54

Zitat von state of Trance

Ja das war bisschen melodramatisch, man hat ja nicht täglich einen langen Tag plus Konferenz plus Elterngespräche.

Mir kommt es so vor als würde er sich von jeder Seite einspannen lassen und statt nein zu sagen reagiert er mit Reduktion auf 70%.

Andererseits wurde viele Arbeitsbelastungen, bspw. durch Korrekturen, noch nicht einmal thematisiert oder gezeigt.

Beitrag von „s3g4“ vom 3. April 2023 09:59

Zitat von Quittengelee

Ui, das ist aber schon spät... Eher so für "Typ Eule", statt "Lerche"? 🤪

Keine Ahnung 😂 wahrscheinlich beides. Ich suche mir die Zeiten ja nur bedingt aus 😂

Beitrag von „FrozenYoghurt“ vom 4. April 2023 15:42

Puh, wenn Alltag in der Sek I überwiegend so zu sein scheint, bin ich ganz froh, eine Planstelle in dem Bereich nicht angenommen zu haben wegen genau solcher Bedenken.

Andererseits muss ich ganz ehrlich sagen, dass ich - was die Unterrichtsvorbereitung angeht - seit dem 2. Staatsexamen wirklich zeiteffizient arbeite. Sprich: Schulbuch als Grundlage, hier und da mal etwas special effects, falls im Materialordner vorhanden und das alles garniert mit gesundem Menschenverstand bringen einen schon sehr weit. 10-15 Minuten vielleicht, für die 08/15- Durchschnittsstunde mit schickem Tafelbild.

Die Gefahr, in jungen Jahren einem Burnout schon gut Vorarbeit zu leisten, nehme ich durchaus sehr, sehr ernst. Und überhaupt: Ich bin noch nicht damit fertig, es so richtig auszukosten, nicht mehr überall 100% Perfektion abliefern zu müssen, wie es an einen im Ref leider herangetragen wird.