

# Schwanger und schlechtes Gewissen

**Beitrag von „Siewie“ vom 31. August 2025 10:11**

Hallo an alle,

ich bin in der 8. Woche schwanger nach einer Kinderwunschbehandlung und habe eine Nierenerkrankung gepaart mit hohem Blutdruck. Meine Schwangerschaft zählt also zur Risikoschwangerschaft und ich werde engmaschig betreut.

Ich habe nach den Sommerferien den Jahrgang gewechselt, einen neuen Teampartner und eine neue 5. Klasse bekommen. Zudem unterrichte ich jetzt erstmal seit dem Ref in der Oberstufe. Es ist also sehr viel Neues dazugekommen mit mehr Verantwortung. Freitag war ich bei meiner Frauenärztin und die meinte, dass ich mich sofort für zwei Wochen krankmelden soll, weil ich seit Beginn des Schuljahres nicht mehr vernünftig essen kann, weil ich so viel gearbeitet habe und dann so erschöpft war. Sie meinte, ich soll mich jetzt auf mich und meine Ernährung konzentrieren. Danach möchte sie mich gerne ins Beschäftigungsverbot schicken, weil ich jetzt schon zu hohem Blutdruck habe, einer Startchancenschule mit vielen Herausforderungen arbeite und meine Nieren schonen soll. Das wird auch meine einzige Schwangerschaft bleiben, weil mein gesundheitlicher Zustand eine zweite ausschließt. In den 2 Wochen soll ich mir Gedanken dazu machen.

Ich habe ein schlechtes Gewissen und fühle mich egoistisch! Selbst die zwei Wochen Krankschreibung machen mich schon fertig, weil ich meinen Teampartner dann mit der neuen Klasse, dem ersten Elternabend und dem Elternsprechtage alleine lasse. Und dann soll ich ins Beschäftigungsverbot gehen und ihn mit allem alleine lassen. Ich fühle mich egoistisch, weil ich den Jahrgang gewechselt habe und den neuen Jahrgang jetzt direkt alleine lasse.

Habt ihr da Erfahrungen oder Tipps?

---

**Beitrag von „ChatNoir88“ vom 31. August 2025 10:17**

Meine Erfahrung: da musst du durch! Auch wenn ich deine Gedanken nachvollziehen kann. Aber: du wirst noch viele Jahre unterrichten, viele Schülerinnen und Schüler begleiten und viel Zeit haben, engagiert in deinem Beruf zu sein. Die Schwangerschaft und ein Beschäftigungsverbot sind nur ein kurzer Moment in deinem Arbeitsleben, also kümmere dich jetzt um dich und dein Ungeborenes.

Was du für dein Gewissen tun kannst: möglichst offen kommunizieren, dass du vorerst

ausfallen wirst und die Übergabe vernünftig gestalten.

Alles Gute!

---

### **Beitrag von „Quittengelee“ vom 31. August 2025 10:30**

[Zitat von ChatNoir88](#)

...

Was du für dein Gewissen tun kannst: möglichst offen kommunizieren, dass du vorerst ausfallen wirst und die Übergabe vernünftig gestalten.

This!

Rede mit den Betroffenen, je klarer du kommunizierst, desto besser für alle Beteiligten. Was man nicht ändern kann, kann man nur annehmen.

---

### **Beitrag von „gingergirl“ vom 31. August 2025 10:41**

Nierenprobleme und Risikoschwangerschaft?! Da gibt es nichts zu überlegen und keine falschen Rücksichten zu nehmen. Du gehörst in keine Brennpunktschule mehr. Es ist so schon herausfordernd in unserem Job genug zu trinken und regelmäßig aufs Klo zu kommen. Und wenn dann noch eine Schwangerschaft hinzukommt, dann hörst du auf den ärztlichen Rat und bleibst zu Hause.

---

### **Beitrag von „Finnegans Wake“ vom 31. August 2025 10:48**

Kein schulisches - also lösbares - Alltagsproblem ist es wert, dass du deine und die Gesundheit deines Kindes gefährdest. Die Schule wird weiter funktionieren. Deine Schwangerschaft ist das einzig wichtige in dem Kontext.

### **Beitrag von „CDL“ vom 31. August 2025 10:49**

Schlechtes Gewissen gegenüber Fremden abstellen, dich selbst und dein ungeborenes Kind priorisieren und alles machen, was ihr jetzt braucht, um eine Schwangerschaft zu haben, die so gesund verlaufen kann, wie eben möglich bei den bestehenden Erkrankungen. Sprich offen mit SL und Teampartner darüber, warum du jetzt direkt ausfällst. Wenn das keine Holzklötze sind, verstehen sie das sofort und selbst wenn sie es nicht verstehen würden: Eigene Gesundheit geht über anderer Menschen Befindlichkeiten, Job, schlechtes Gewissen.

Ich wünsche dir, dass du schnell etwas zur Ruhe kommen kannst, damit dein Zustand sich verbessert. Herzlichen Glückwunsch! ☐☐

---

### **Beitrag von „Emerald“ vom 31. August 2025 11:35**

Ich habe es zwei Mal miterlebt, dass eine Kollegin kurz nach den Sommerferien schwanger wurde und sofort im Beschäftigungsverbot war. Na, dann werden ihre Kurse eben umverteilt. Ich habe nämlich beide Male Kurse übernommen, einmal auch eine Klassenleitung. Beide Kolleginnen haben es uns KuK freundlicherweise (per Mails und Videokonferenzen) so einfach wie möglich gemacht. Aber auch das hätten sie nicht tun müssen.

Daher kann ich mich den Anderen nur anschließen.

Herzlichen Glückwunsch und alles Gute für die Schwangerschaft.

---

### **Beitrag von „Susannea“ vom 31. August 2025 12:53**

#### [Zitat von gingergirl](#)

Nierenprobleme und Risikoschwangerschaft?! Da gibt es nichts zu überlegen und keine falschen Rücksichten zu nehmen. Du gehörst in keine Brennpunktschule mehr. Es ist so schon herausfordernd in unserem Job genug zu trinken und regelmäßig aufs Klo zu kommen. Und wenn dann noch eine Schwangerschaft hinzukommt, dann hörst du auf den ärztlichen Rat und bleibst zu Hause.

Genau so, nutze die 2 Wochen, um klar zu kommunizieren und dir darüber klar zu werden, wie du die Übergabe vernünftig gestalten kannst und wem du was sagen willst, aber alles andere an Kraft sollte jetzt dir und dem Kind gehören.

---

### **Beitrag von „Dejana“ vom 31. August 2025 12:54**

Erstmal Herzlichen Glückwunsch und den anderen kann ich mich nur anschliessen. In der Situation musst du erstmal an dich und das Baby denken. Auch wenn man sich als Lehrer immer mal unverzichtbar glaubt, geht das Schulleben doch auch ohne einen weiter. Je früher dein Kollege und deine SL Bescheid wissen, umso schneller lassen sich Sachen regeln.

Ist halt doof. Ich hab damals auch meine super liebe 3. Klasse im November in der 7. SSW kurzfristig verlassen (mit dem Grossen hatte ich bis zur 34. Woche durch gearbeitet). Sie haben es aber überlebt (und ich hab ein paar jetzt in der 5. wieder). Drücke die Daumen, dass alles glatt läuft.

---

### **Beitrag von „kodi“ vom 31. August 2025 14:04**

#### Zitat von gingergirl

Nierenprobleme und Risikoschwangerschaft?! Da gibt es nichts zu überlegen und keine falschen Rücksichten zu nehmen. Du gehörst in keine Brennpunktschule mehr.

Das sind so Aussagen, die den Betroffenen massiv schaden, weil sie sämtliche Akzeptanz vernichten und massive Vorurteile produzieren.

Finde ich nicht hilfreich.

Ansonsten @TO:

Richte dich nach der Empfehlung deiner Ärztin! Sie kann am besten einschätzen, was aus medizinischer Sicht richtig ist!

Schwangerschaften gehören zum normalen Leben und auch, dass sich mal ein Einsatzplan in der Schule ändern muss.

---

### Beitrag von „Susannea“ vom 31. August 2025 14:28

#### [Zitat von kodi](#)

Das sind so Aussagen, die den Betroffenen massiv schaden, weil sie sämtliche Akzeptanz vernichten und massive Vorurteile produzieren.

Finde ich nicht hilfreich.

Warum? Ich finde sie sehr hilfreich und passend, bis auf die "Brennpunktschule" denn mit den Voraussetzungen gehört man überhaupt nicht in den Unterricht (sondern maximal in den Innendienst in einer Schule).

---

### Beitrag von „Quittengelee“ vom 31. August 2025 15:36

#### [Zitat von Susannea](#)

Warum? Ich finde sie sehr hilfreich und passend, bis auf die "Brennpunktschule" denn mit den Voraussetzungen gehört man überhaupt nicht in den Unterricht (sondern maximal in den Innendienst in einer Schule).

Nee, auch du kannst nicht beurteilen, wo andere "hingehören". Das ist eine Entscheidung der Gyn.

---

### Beitrag von „Siewie“ vom 31. August 2025 15:57

Vielen Dank für die ganzen Antworten und Glückwünsche! Das hat mir wirklich geholfen!

---

### Beitrag von „Susannea“ vom 31. August 2025 16:49

#### Zitat von Quittengelee

Nee, auch du kannst nicht beurteilen, wo andere "hingehören". Das ist eine Entscheidung der Gyn.

Daher kommt doch die Entscheidung und vor allem die Diagnosen, die hier schon ganz richtig dazu sagen, dass eben ein regelmäßiger Toilettengang und regelmäßig trinken unumgänglich sind und evtl. machen wir was falsch, aber bei uns klappt das im normalen Schuldienst nie, daher kann jemand mit so einer Diagnose nicht im normalen Schuldienst sein.

Mal davon ab, dass deine Antwort einfach falsch ist, denn das kann auch die Entscheidung des AG sein, wenn er so etwas eben nicht sicherstellen kann.

---

### **Beitrag von „Quittengelee“ vom 31. August 2025 21:06**

#### Zitat von Susannea

Daher kommt doch die Entscheidung und vor allem die Diagnosen, die hier schon ganz richtig dazu sagen, dass eben ein regelmäßiger Toilettengang und regelmäßig trinken unumgänglich sind und evtl. machen wir was falsch, aber bei uns klappt das im normalen Schuldienst nie, daher kann jemand mit so einer Diagnose nicht im normalen Schuldienst sein.

Mal davon ab, dass deine Antwort einfach falsch ist, denn das kann auch die Entscheidung des AG sein, wenn er so etwas eben nicht sicherstellen kann.

Im vorliegenden Fall geht es aber nicht ums "genug Trinken" sondern um wesentlich mehr gesundheitliche Probleme und mich nervt es kolossal, wenn Kolleginnen schon wieder meinen, beurteilen zu müssen, was maximal möglich wäre. Geh du doch arbeiten so viel du willst, wenn du krank bist, aber lass die anderen in Frieden!

---

### **Beitrag von „Susannea“ vom 31. August 2025 21:58**

Was gerade willst du denn eigentlich von mir, ich sage, dass sie eben nicht arbeiten gehen soll, warum genau pöbelst du mich also an?!?

Und doch, im vorliegenden Fall geht es auch um so ganz banale Sachen, wie regelmäßiges Trinken und regelmäßiger Toilettengang, die eben keinesfalls sichergestellt sind, aber ganz ganz wichtig wären, da sind die andere Probleme gar nicht mehr entscheidend für.

---

### **Beitrag von „Karl-Dieter“ vom 31. August 2025 23:14**

Mir ist es trotzdem nicht ganz klar, warum man es im normalen Tagesgeschehen nicht schafft, etwas zu trinken. Dann macht man was falsch.

---

### **Beitrag von „Quittengelee“ vom 1. September 2025 03:50**

#### Zitat von Susannea

Was gerade willst du denn eigentlich von mir, ich sage, dass sie eben nicht arbeiten gehen soll, warum genau pöbelst du mich also an?!?

Nein, du sagst, man gehöre "maximal in den Innendienst". Die TE hat aber bereits klare Anweisungen ihrer Ärztin erhalten, kein Grund also, diese schon wieder zu verwässern. Sie kann aus Gründen, die du nicht kennst, nicht vernünftig essen und ein Wechsel an einen unbekannten Arbeitsplatz ist jetzt offenbar nicht angezeigt, sonst wäre es besprochen worden. Vielleicht liegen auch noch andere, hier nicht benannte Risikofaktoren vor.

Die Ferndiagnosen bei Schwangeren nerven einfach nur.

---

### **Beitrag von „CrimsonFirefly33255“ vom 1. September 2025 20:57**

#### Zitat von Siewie

Hallo an alle,

ich bin in der 8. Woche schwanger nach einer Kinderwunschbehandlung und habe eine Nierenerkrankung gepaart mit hohem Blutdruck. Meine Schwangerschaft zählt also zur

Risikoschwangerschaft und ich werde engmaschig betreut.

Ich habe nach den Sommerferien den Jahrgang gewechselt, einen neuen Teampartner und eine neue 5. Klasse bekommen. Zudem unterrichte ich jetzt erstmal seit dem Ref in der Oberstufe. Es ist also sehr viel Neues dazugekommen mit mehr Verantwortung. Freitag war ich bei meiner Frauenärztin und die meinte, dass ich mich sofort für zwei Wochen krankmelden soll, weil ich seit Beginn des Schuljahres nicht mehr vernünftig essen kann, weil ich so viel gearbeitet habe und dann so erschöpft war. Sie meinte, ich soll mich jetzt auf mich und meine Ernährung konzentrieren. Danach möchte sie mich gerne ins Beschäftigungsverbot schicken, weil ich jetzt schon zu hohen Blutdruck habe, einer Startchancenschule mit vielen Herausforderungen arbeite und meine Nieren schonen soll. Das wird auch meine einzige Schwangerschaft bleiben, weil mein gesundheitlicher Zustand eine zweite ausschließt. In den 2 Wochen soll ich mir Gedanken dazu machen.

Ich habe ein schlechtes Gewissen und fühle mich egoistisch! Selbst die zwei Wochen Krankschreibung machen mich schon fertig, weil ich meinen Teampartner dann mit der neuen Klasse, dem ersten Elternabend und dem Elternsprechtag alleine lasse. Und dann soll ich ins Beschäftigungsverbot gehen und ihn mit allem alleine lassen. Ich fühle mich egoistisch, weil ich den Jahrgang gewechselt habe und den neuen Jahrgang jetzt direkt alleine lasse.

Habt ihr da Erfahrungen oder Tipps?

Du brauchst absolut kein schlechtes Gewissen zu haben, das tut dir nicht gut. Gerade jetzt solltest du in jedem Fall auf deine Gesundheit achten! Sonst wirst du dir vielleicht später mal Gedanken machen, die du vielleicht bereust! Es gab schon mehrere Lehrerinnen die auch schwanger geworden sind, und da hat man es auch schultechnisch irgendwie lösen können. Und das hat auch nichts mit Egoismus zu tun, sondern ist schlichtweg vernünftig!

Also tut dir und vorallem deinen ungeborenen Kind den Gefallen und stelle deine Gesundheit an die erste Stelle! Was nützt es, wenn du weiterhin arbeiten gehen würdest und dir permanent negative Gedanken um dich selbst machen müsstest! Damit wäre auch niemandem geholfen!