

# Krise Berufseinstieg- Abbruch?

**Beitrag von „Kiray“ vom 29. August 2008 19:16**

Hallo Zottel,

klar ist der Anfang hart, ich habe mich im ersten Jahr unglaublich oft gefragt, was ich eigentlich im Referendariat gemacht habe, 10 Std. Unterricht kamen mir so lachhaft vor... Im Ref hat man das Gefühl nie Zeit zu haben, im ersten Jahr mit voller Stelle fängt man an sich zu sagen, dass das Ref eine nette Zeit war und man jetzt keine Zeit mehr hat.

Mir ging es ähnlich wie dir, ich hatte null Privatleben und das Gefühl, dass mein Unterricht immer schlechter wird. Irgendwie wird das alles aber wieder. \*tröst\*

Mein Tipp: Bereite dich auf schwierige Kurse (gerade auch Freitags 7. Std.) gut vor und sei konsequent bei Schülerfehlverhalten (z.B. wenn deine SuS nochmal zu spät kommen, ruf die Eltern an o.ä.). Damit vereinfachst du dir auf Dauer das Leben ungemein.

In Kursen, die gut laufen, mach planungseinfachen Unterricht, Text im Buch lesen, Aufgaben bearbeiten, fertig oder entlaste dich durch Projektphasen, durch Lernen-durch-Lehren Sequenzen o.ä.

Du musst jetzt Routinen entwickeln und das dauert eine Weile, aber dann wird es besser!

Und noch was: Such dir eine Person, bei der du jammern kannst! Dann siehst du nämlich, dass du nicht alleine mit deinen Problemen bist und das hilft ungemein. Ich telefoniere noch immer regelmäßig mit meiner "Jammerfreundin", das hilft wirklich! 😊

Viel Glück!!!