

Wie mental gut gerüstet ins Ref gehen?

Beitrag von „Hermine“ vom 20. Dezember 2008 19:53

Das "Augen zu und durch" kenne ich eben auch nur zu gut- und das Ref war für mich zeitweise wirklich die Hölle- andererseits glaube ich inzwischen, ich wäre heute viel frustrierter und vor manchen Klassen in die Knie gegangen, wenn das alles nicht im Vergleich mit dem Ref so "locker" wäre- und ich könnte mich in "meine" Refs nicht so gut reinversetzen.

Liebe Grüße

Hermine