

Lampenfieber

Beitrag von „Basti zwei“ vom 23. Juni 2009 21:34

Guten Abend allerseits,

ich sitze gerade völlig abgekämpft auf dem Sofa, meine Hitzewellen ebbten allmählich ab, mein Puls wird ruhiger... Meint ihr, ich komme vom Marathon ? Nein, nur vom ersten Kennenlernelternabend mit den Eltern meiner neuen Fünften. Zunächst gab es einen allgemeinen Teil, vor allem moderiert von meiner Schulleiterin, dann wurden wir Klassenleiter vorgestellt und baten "unsere" Eltern ins künftige Klassenzimmer. Noch war ich, abgesehen von einer leichten Anspannung, recht ruhig und gelassen . Doch kaum stand ich vorn und spürte alle Blicke aufmerksam auf mich gerichtet, passierte es: Mit einem Schlag packte mich dermaßen das Lampenfieber, dass es mir schwerfiel, meine Themen konzentriert und klar abzuhandeln und ordentliche Sätze zu formulieren. Ich glaube, ich war hochrot, und meine Stimme blieb fast weg. Eigentlich war mir klar, dass nichts dabei ist, aber ich bekomme so etwas nicht in den Griff. In meinen ersten Jahren als Lehrerin war es gar nicht so extrem. Außerdem bin ich eher ruhig und auch im Unterricht gelassen und entspannt. Natürlich habe ich mich vor den Eltern geschämt, weil ich so unsicher wirkte dadurch, habe es aber versucht, mit ein, zwei Sätzen zu entschärfen (dass sie über meine Aufgeregtheit bitte hinwegsehen sollen, ich habe Lampenfieber, Vorfreude etc.), allerdings befürchte ich, dass es das nächste Mal nicht besser wird.

Ich weiß, ihr müsst jetzt denken, ich bin vollkommen verkrampt und unprofessionell, aber ich möchte versuchen, daran zu arbeiten, und möglicherweise gibt es hier im Forum jemanden mit ähnlichen Problemen oder auch mit guten Tipps.

Viele Grüße in die Runde.

Basti zwei