

Hilfe, ich bin total verzweifelt

Beitrag von „AffeDude“ vom 20. Mai 2010 19:07

Hallo,

Nach so vielen Beiträgen, die auch so Selbstzweifel im Referendariat haben, dachte ich, ich schreibe auch mal einen Beitrag.

Also: erst mal: wenn du einen lieben Mann hast, der dich unterstützt (jedenfalls menschlich) , dann ist das doch schon mal was....

Ich habe heute meine benotete Lehrprobe in IFA hinter mir, die Kinder waren super, denen hat es auch gefallen, aber den Seminarleitern nicht, habe jetzt eine 4+ und das, obwohl ich mir so den A.... aufgerissen habe, außerdem hatte ich nur 13 Tage zeit für die Vorbereitung, weil ich die Klasse gewechselt habe für meine Lehrprobe, da ich in der 3. gar nicht zurecht kam, habe groooooßee Disziplinprobleme in den Klassen, auch wenn ich schon strenger geworden bin und wie meine Mentorin lauter werde und versuche, energischer zu sein, aber trotzdem klappt es nicht.

Fühl mich auch wie ein Versager und unfähig für den Lehrerberuf, ich habe zwar oft gute Ideen und bereite schönes Material vor, aber die Umsetzung ist nicht gerade duftend...und endet oft in Chaos, was ich mir vornehme dauert immer viel länger, weil ich meistens mit Disziplin in der Klasse zu kämpfen habe.

Mit meiner Schule habe ich zwar den Jackpot gelandet: super Mentorin, sehr kompetent, lieb und hilfsbereit! Liebe Kollegen, und trotzdem fühle ich mich einfach ungeeignet als Lehrer.

Wohne alleine und nicht zu Hause, wo ich meine Freunde und Familie habe, fahre zwar am Wochenende heim, das ist aber auch nervig.

Mache sogar Gestalttherapie, weil ich vor der ersten Lehrprobe die Nerven verloren habe und meine Mentorin dabei belastet habe...und versuchen will, selbstsicherer zu werden, aber das kommt ja auch nicht von heute auf morgen.

Komme nach Hause und da ist keiner, der mich mal in den Arm nimmt...

Habe mich heute bei den Silberfischen im Bad ausgeheult....

Bin zwar erst 25 aber ich wüsste nicht, was ich statt GP machen könnte als Beruf, da ich einfach nicht weiß, was ich gut kann, in manchen Sachen kann ich okay, aber es gibt nicht, wo ich sagen würde: hey, darin bin ich richtig gut und kann meine Aufgaben gut bewältigen.

Sitze den ganzen Tag an Unterrichtsvorbereitungen, manchmal sogar bis Nachts um 1:30 Uhr.

Zu wenig Schlaf, Stress ohne Ende, keine richtigen Erfolge zu sehen, andere machen 11-13 Punkte in den Lehrproben.....

Habe vor meinen Unterrichtsstunden sehr oft Bauchkrämpfe morgens und will gar nicht aufstehen...

Jedenfalls weißt du, dass du nicht die einzige bist, der es so beschissen geht, und die Probleme hat.....

Entweder liegt das einfach daran, dass das Studium einen Null Komma Null auf die Praxis vorbereitet hat (Welten dazwischen) oder dass das Referendariat einfach sauer Stressig ist und

einem den Spaß am Beruf verdirbt, ewige Kritiken, Druck.....

Ich hab immer das Gefühl, es liegt an mir selbst, weil ich einfach nicht dafür geeignet bin, nicht der Lehrertyp, das ist Scheiße, und ich war schon 3 Mal davor, aufzuhören, und mach jetzt doch noch weiter....weil es einfach das ist, was ich immer machen wollte.

Dir scheint es aber noch dreckiger zu gehen als mir, also bevor die Gesundheit extrem leidet, wirklich besser einen Schlusstrich ziehen.

Frag andere, was deine Stärken sind und überlege dir das selbst. Das ist zwar leichter gesagt als getan, bei mir hats auch nicht wirklich geholfen:

Bin recht musikalisch, aber nicht genug, um Musik zu studieren, bin gut in Englisch, aber nicht genug, um dolmetschern zu können, nett, freundlich, zuverlässig (wovon ich auch nichts habe), keine Ahnung....

So, wenn es dir schlecht geht, zum Lachen: schau dir Bodo Wartke an, der ist sau gut!!!! Und Eckart von Hirschhausen hat auch recht gute Sprüche drauf.....

Ich denke immer: des isses nicht wert, dass ich mich deswegen total kaputt mache und meine Gesundheit ruiniere, wenn mein Körper sagt: ich kann nicht mehr: aufhören, sonst kann das in die Hose gehen (Zusammenbruch, Depressionen, Krankheit...)

Meine Gestalttherapeutin sagt, man soll sich nicht mit anderen vergleichen sondern sein Bestes geben und es würde auch reichen, nur 80 Prozent zu geben, mit 100 Prozent würde man schon zu viel machen....im Referendariat sind es eher 180 Prozent, gelle?

So ein Sch.... das ist aber auch echt ungerecht: manche haben ein natürliches Talent zum Lehrer sein, andere müssen Jahre dafür kämpfen, zurecht zu kommen.

Man müsste echt einen Club der Gestressten Referendare bilden und dann streiken, dass man als Roboter oder Maschine gesehen wird und nicht als Mensch, wie ich das hasse, das Menschliche ist da irgendwie Fremdwort.....

Mein Ärger wird darüber immer ärger ;-)))

Am besten man nimmts mit Humor, dann steigert man sich wenigstens nicht in schlimme Gedanken hinein.....

Ich empfehle dir auch, mal nach Gestalttherapie zu schauen, klingt zwar streng "Therapie", aber ich find es hilfreich, mit jemandem zu quatschen und am positiven Denken zu arbeiten, mal kleine Übungen zu machen, die einem helfen, selbstbewusster aufzutreten, Entspannungsübungen, Kritisches Ich in die Ecke pfeffern und so weiter...je nach Problem.....

Also, alles Gute für dich, bitte mach dich nicht kaputt, das Leben hat auch so viele schöne Dinge, die man total vergisst in seinem Leid und Frust, eigentlich ist es das gar nicht wert, wert ist die Gesundheit, das Wohlbefinden und dass man liebe nette Menschen hat, die zu einem stehen, einem helfen und für einen da sind.....

Mir fehlt das gerade ein bisschen, weil ich hier in der Pampa hocke und Unterricht plane und keiner da ist, der mich mal drückt oder mich aufbaut...määäähhh, also doch wieder mit den Silberfischen im Bad reden ;-)))

Alles Gute,
Dude