

Angst vor der Arbeit?

Beitrag von „icke“ vom 20. Januar 2011 18:50

Genau das hatte ich bei meinem Berufs(wieder)einstieg auch und bei mir war es definitiv stressbedingt. Ich war am Anfang schlicht überfordert mit der Flut an neuen Eindrücken, wobei mich am wenigsten der Unterricht gestresst hat... schlimmer war das ganze Drumherum (Organisationschaos, Formalitäten, unangenehme Eltern...) . Ich hatte ständig das Gefühl nicht zu überschauen, was noch alles von mir erwartet wird und fühlte mich irgendwie "gefangen". Zwischenzeitlich habe ich mich gefragt, ob ich überhaupt belastbar genug bin für den Job... Ich war mir aber absolut sicher, dass es "nur" Stress war, und bin davon ausgegangen, dass es sich irgendwann normalisiert. Hat es Gottseidank auch (nach einigen Wochen), es gab dann nur noch einen Rückfall direkt nach den ersten längeren Ferien, in denen es mir gelungen ist mal komplett abzuschalten. Mittlerweile kann ich aber auch das. Nun bist du ja anscheinend kein Anfänger mehr, aber es klingt ja doch nach Stress im Moment... also drücke ich dir die Daumen, dass es sich mit abnehmendem Stress (nach den Zeugnissen?) wieder einpegelt, denke aber auch, dass im Zweifelsfall ein Arztbesuch nicht schadet.

Ich drück die die Daumen