

Ref. abbrechen oder unterbrechen?

Beitrag von „Grisuline“ vom 24. November 2012 16:12

Zitat von Engelmann

Da ich mit dieser Situation so nicht weiter machen kann, überlege ich, mich längerfristig krankschreiben zu lassen und das ganze professionell behandeln zu lassen.

Aus der Ferne und von außen lässt sich natürlich nicht beurteilen, wie es Dir tatsächlich geht. Allerdings scheinst Du - trotz Deiner Angst - durchaus passabel im Alltag zu bestehen.

Wäre es dann nicht ein Weg, sich professionelle Hilfe zu suchen und gleichzeitig weiterzumachen?

Ich halte es für sehr gut möglich, dass Du mit einem guten (geschulten) Gesprächspartner schnell eine erste Entlastung erfahren könntest. Ich würde Dir raten, jemanden zu suchen, der im schulischen Kontext arbeitet. Einen geschulten Supervisor o.ä. Das würde ich in jedem Fall ausprobieren, bevor Du unterbrichst oder gar abbrichst.

Was Du schreibst, klingt einerseits nach überhöhten Ansprüchen an Dich selbst - Das lässt sich ganz sicher "professionell behandeln" wichtiger ist aber vermutlich, dass Du selbst das Heft des Handelns in die Hand nimmst.

Ich erinnere mich übrigens auch an Phasen teilweise lähmender und eher diffuser Angst im Referendariat. Im Rückblick würde ich sagen, dass diese Angst zu Teilen ein Reflex ist auf ein immer wieder sehr widersprüchliches und unüberschaubares System, das Schule eben auch ist. Zum anderen fühlt man sich als angehender Lehrer für viel zu viel verantwortlich, bezieht viel zu viel auf sich. Es ist ein ganz normaler Lernprozess, die vermeintlichen und tatsächlichen Einflussmöglichkeiten zu erkennen und realistischer einzuschätzen. Auf diesem Feld gibt es auch immer wieder neues zu entdecken. Das hört nicht auf, was, wie ich finde, zu den schönen Seiten des Berufs gehört. Wichtig ist allerdings schon, dass man sich mit der Zeit etwas mehr Gelassenheit zulegt - mit eigenen und fremden Unzulänglichkeiten.

Übrigens: An manchen Tagen habe ich auch heute noch Angst - Ich sehe sie als eine Art Lampenfieber, sie kann manchmal lästig sein, aber sie hindert mich nicht, in die Schule zu gehen. Und bin ich erst einmal drin, ist das flau Gefühl auch schnell weg. Auch, weil ich gelernt habe, dass auch was schiefgehen darf. (s.o.)

Also vielleicht ist der erste Schritt viel weniger radikal, als Du Dir im Moment ausmalst? Vielleicht reicht es fürs Erste, sich Hilfe zu holen und erst einmal weitermachen. Abbrechen oder unterbrechen kannst Du später immer noch. Viel Erfolg!