

stelle Beruf in Frage - Verzweiflung

Beitrag von „atlanta70“ vom 29. März 2016 22:32

Liebe Forengemeinde,

Ich fühle mich ziemlich verzweifelt gerade.. Ich habe das Referendariat für das Lehramt abgeschlossen und arbeite aktuell an einer Grundschule.

Ich hatte schon im ersten Staatsexamen an der Uni totale Schwierigkeiten, habe mich überfordert gefühlt und war völlig verzweifelt. Nach dem 1.

StEx dann ein Jahr Pause, in dem ich nur gejobbt habe und aufgelebt bin.

Habe dann, auch weil andere es mir geraten haben, es doch wenigstens zu versuchen, das Referendariat gemacht, was wieder eine Hölle des Überforderungsgefühls und Ohnmachtsgefühls war. Nach dem Ref habe ich dann meine jetzige Stelle angetreten, wiederum auch auf Anraten anderer, auch meiner Therapeutin, die meinte, dass ich mich ja krankmelden könne, wenn es gar nicht gehe.

Ich habe große Probleme damit, mich zu motivieren und meine Stunden vorzubereiten, und fühle mich in den

Stunden häufig „überflutet“, wenn die Klasse chaotisch reagiert. Ich ziehe mich dann in mich zurück und reagiere zurückhaltend und unsicher.

Meine größten Baustellen sind eine geringe

Konfliktfähigkeit – ich ziehe mich lieber in mich zurück als den Mund aufzumachen, und Probleme, mich zu strukturieren und vernünftig vorzubereiten.

Meine Therapeutin meint einerseits, dass ich zwar dem Beruf gewachsen sei und es in einiger Zeit schaffen könnte, andererseits aber auch, dass ich es mir gönnen sollte, etwas anderes zu tun, es mir leichter zu machen.

Ich hatte schon vor einer Weile mit der Schulleitung gesprochen und gesagt dass ich unsicher bin, ob der

Beruf der richtige ist. Nun braucht sie eine Entscheidung von mir, und zwar in dieser Woche. Sie bietet mir auch an, in einer anderen, weniger schwierigen Klasse mitzuarbeiten, aktuell bin ich mit in einer Gruppe in der ich oft gar nichts ausrichten kann (ich arbeite 50%).

Ich bin völlig hin- und hergerissen:

Ich habe Angst vor den Anforderungen wenn ich weitermache. Die Schulleiterin hatte im Beurteilungsgespräch mir gesagt, dass ich mich im Bereich des „in der Klasse den Überblick behaltens“ verbessern müsste, und auch in meiner Organisation. Mir liegen diese Aufgaben inzwischen wie ein Stein im Magen, ich bin wirklich sehr wenig motiviert, an meiner

Vorbereitung zu arbeiten. Ich wollte während des Refs usw. immer irgendwie weg. Ich habe sehr wenig Lust, noch zu bleiben, fühle mich mit dem nötigen Überblick und der Verantwortung überfordert. Ich überlege, das Angebot anzunehmen, aber nebenher ein Coaching zu machen und eine Alternative zu entwickeln. Nur würde ich dann weiter arbeiten mit dem Gefühl, mich nicht richtig "dafür" entschieden zu haben, würde weiter mit angezogener Handbremse tätig sein. Ich weiß nicht wie ich aus dem Tunnel der Motivationslosigkeit rauskomme.

Andererseits habe ich panische

Angst, aufzuhören. Mir fällt aktuell überhaupt nichts ein, was ich gerne anstatt dessen tun würde. Habe Angst, mich zu verlieren, wenn ich einfach aufhöre, und keinen passenden Beruf zu finden.

Hat irgendjemand so eine Phase schon einmal erlebt und hat Tipps, wie man damit umgehen kann? Sieht jemand noch Alternativen oder „Mittelwege“?

Ich komme alleine nicht aus meiner Ratlosigkeit heraus..

Ich würde mich sehr freuen über Nachrichten, danke!