

# Anspruch und Selbstzweifel

**Beitrag von „Milk&Sugar“ vom 31. Oktober 2018 15:33**

Ich schließe mich den anderen an. In Seminaren und Vorlesungen sitzen Leute aus verschiedenen Semestern und mit unterschiedlichen Hintergründen, dass man da nicht überall mitreden kann, ist verständlich.

Warte erst mal ab, wie die Klausuren im Dezember laufen, manchmal reden die Leute viel, bekommen dann aber schriftlich nicht viel hin.

Jetzt mal zu deinen Fragen (habe sie einfach mal durchnummeriert)

## Zitat von Nachgedacht

1. Ging es euch im Studium auch mal so?
2. Geht das irgendwann weg?
3. Kann man das irgendwie beschleunigen?
4. Ist es normal, dass man von vielen Dingen noch nie etwas gehört hat?
5. Und vielleicht am Wichtigsten: Wie komme ich von diesem ewigen Perfektionismus weg? Letztens gab es hier einen Faden in dem es um Perfektionismus und Burnout ging. Da ich ungern in 10 Jahren auch so einen Faden eröffnen möchte, frage ich jetzt.

1. und 2. Oh ja, wird aber mit der Dauer des Studiums besser.
3. Wenn du möchtest, kannst du zusätzlich zur geforderten Literatur natürlich noch weiterführende Literatur lesen (einfach mal den Dozenten fragen, was er empfiehlt)
4. Ja, sonst müsste man ja nicht studieren 😊
5. Du sagst selbst, dir ging es in der Schule schon ähnlich, überlege dir, was hat dir da geholfen? Wer kann dich unterstützen? Lies mal im Burnoutfaden, da gibt es einige Tipps zur Selbsthilfe. Wenn es nicht besser wird, dann solltest du dir lieber zu früh als zu spät professionelle Hilfe holen. An jeder Uni gibt es z.B. Psychologen die sich mit solchen Fällen auskennen.