

# **Referendariat abbrechen oder (durch)kämpfen?**

**Beitrag von „NikolasK88“ vom 21. Februar 2019 23:36**

Grundsätzlich würde ich dir raten, auf dein Inneres zu vertrauen. Ich kenne dich nicht, gehe aber davon aus, dass du nach dem Studium normalen Stress von wirklich ungesundem Stress unterscheiden kannst. Ein wichtiger Indikator ist sicherlich, ob Dinge wie starke Schlafstörungen, Panikattacken und/oder psychosomatische Symptome auftreten. Ist das der Fall, solltest du die Notbremse ziehen. Die Gesundheit geht vor. Ich habe das selber auf die leichte Schulter genommen und musste mit einer Angsterkrankung dafür büßen. Das war bei mir im letzten Studienhalbjahr (zu sehr aufs Gas gedrückt), im Referendariat kann das aber mitunter schlimmer sein, wenn menschliche Konflikte mit im Spiel sind bzw. die Abhängigkeit von Menschen, die einen evtl. tatsächlich auf ihrer Abschussliste haben. Bei mir war das nicht so stark ausgeprägt wie bei dir, aber selbst in dieser reduzierteren Form war es bereits sehr belastend.