

Die Angst vor dem Referendariat

Beitrag von „Buntflieger“ vom 12. Juli 2019 19:31

Zitat von Kreacher

Aber ich kann mich selbst halt einfach nicht einschätzen. Ich weiß, ich neige zu Perfektionismus und zu Prüfungsängsten, zu Selbstzweifel und Unsicherheiten. Eventuell in stärkerem Maße als bei anderen. Ein positives hatte es: meine Uni-Noten bewegen sich dadurch wirklich im oberen 1er Bereich.

Hallo Kreacher,

das, was du beschreibst, bin im Grunde ich.

Deine Sorgen sind realistisch und keinesfalls unberechtigt. Ich finde es gut, dass du so weitsichtig bist und dich mental auf das Kommende vorbereitest. Du bist wahrscheinlich jemand, der in höherem Maße darauf angewiesen ist, auf der richtigen Schule und bei den passenden Ausbildern zu landen.

Mein Tipp: Such dir die Schule frühzeitig selbst aus. Rede mit Kollegen und vor allem auch der Schulleitung. Hast du hier schon einen guten Eindruck, ist die Basis für einen guten Start ins Referendariat gelegt. Beim Seminar kannst du wenig beeinflussen, hier ist es einfach eine Glückssache, ob du an die "passenden" Leute gerätst.

Was ich als Perfektionist gelernt habe: Improvisation und Abgebrühtheit. Früher stand ich gefühlt wie in Unterhosen vor Klassen, wenn ich nicht alles bis ins Kleinste durchdacht und vorbereitet hatte. Heute zieh ich mir auch mal kurz vor Unterrichtsbeginn ein paar Arbeitsblätter, deren Inhalt ich erst beim Austeilen erfasse und lass mir nichts mehr anmerken. Es macht mir auch immer weniger aus. Das musste ich aber mühsam lernen, bzw. von fertigen Kollegen abschauen. 😊

Sei dann nach außen hin perfekt, wenn es dir konkret was bringt (in Bewertungssituationen) und lerne in den restlichen (überwiegenden) Phasen das, was du später am nötigsten in dem Job brauchst: den realen Alltag an einer Schule mit Würde und möglichst auch etwas Spaß/Freude bewältigen. Das lernt man nicht am Seminar. Perfektionisten, die das Seminar ernst nehmen, gehen kaputt. Da hilft auch das Gefasel von der "Lehrergesundheit" nichts.

Man könnte auch zusammengefasst sagen: "Augen zu und durch!" 🍷

der Buntflieger