

# Quereinstieg Referendariat Berufsschule mit Kind - Erfahrungen gesucht

**Beitrag von „Sissymaus“ vom 24. Januar 2020 11:34**

Liebe Haubsi,

ich kann so gut nachvollziehen, wie es Dir geht. ich habe das auch hinter mir. Mein Sohn war ein Jahr, meine Tochter in der Pubertät und auf einem anspruchsvollen Gysi als ich den Quereinstieg gewagt habe. Ich war nur etwas jünger, wenn 75 Dein Geburtsjahr darstellt. Trotzdem erkenne ich mich sehr stark wieder in Deinen Schilderungen. Habe schon die ganze Zeit mitgelesen, fand aber nie die Zeit, mal ausführlich zu antworten, denn ich glaube, das brauchst Du.

Ich kann Dir nur Mut machen: Es wird besser! Wirklich! Heute kann ich mich so gut um meine Familie kümmern, wie ich es in vergleichbaren Positionen in der Wirtschaft im Maschinenbau nie hätte schaffen können. Die Unterrichtsvorbereitung ist auf ein Minimum gesunken. Und auch wenn ich wochenweise viel arbeite: Ich nehme mir die Ferien so gut wie komplett frei. Es wird also! Versprochen!

Meine Tipps für Dich zu Beginn:

Du verwendest zu viel Energie in Deine Vorbereitung. Die muss effizienter werden. Ist ein Anfangsproblem, das sich legt, aber ich glaube, Du brauchst Hilfe, sonst brichst Du zusammen. Es gibt auch Lehrer, die das nie schaffen und die landen im Burnout. ich verspreche Dir aber, dass man das lernen kann.

Besorge Dir Literatur mit fertigen Reihen für die Klassen, in denen Du grad keine Lehrprobe hast. Für Deutsch müsste es doch sowas geben. Nimm das als Grundlage und trau Dich, Buch oder Übungsstunden zu machen. Das gibt Dir Luft für die weiteren Aufgaben und lässt Dich vielleicht schon Muster erkennen, wie Unterricht geplant werden kann. Kannst Du vielleicht auch Rechtschreibung / Grammatik üben? Da gibts doch massig Material und viele Schüler brauchen das tatsächlich! Manche Schulen haben auch ihre didaktische Jahresplanung im Internet. Nimm Dir ein Beispiel und plane das genauso. Man muss das Rad nicht neu erfinden. Für Wirtschaft müsste es doch auch einiges geben. Als Ref bekommst Du 50% bei den Verlagen, falls Du die Bücher nicht woanders herbekommst. Am Anfang muss man erstmal ein bißchen sammeln, auch wenn es Geld kostet.

Frage erfahrene Kollegen (besser keine Fachleiter, sonst steht nachher noch im Gutachten: nicht belastbar), wie Du am besten in deinen Klassen kraftsparend und mit wenig Reibungsverlusten Unterricht planen kannst. Gibt es vielleicht Themen, die bei minimaler Vorbereitungszeit sehr viel Zeit in Anspruch nehmen? Ich kenne mich da nicht so aus, aber bei

mir waren das immer Zeichnungen per Hand oder mit CAD. Da konnte ich verschlafen und hatte trotzdem wenig vorzubereiten.

Schildere vielleicht (wenn Du Vertrauen hast) Deiner Schulleitung Dein Problem und bitte sie/ihn, Dich einige Stunden für Hospitationen freizustellen. Bei erfahrenen Kolleg\*innen kann man wirklich viel lernen und abschauen.

Geht es gar nicht mehr: Klink Dich 3 Tage aus, lass Dich krank schreiben, tanke Kraft. Ich habs mich damals nicht getraut, aber in der Nachschau muss ich sagen, dass ich Glück hatte, dass ich das so ohne Nachwirkungen überlebt habe. Ich hätte eigentlich auch mal eine Auszeit gebraucht.

Mehr fällt mir grad nicht ein. Ansprüche des Seminars sind immer schwierig. Die sollte man erfüllen. Aber dann muss man eben an anderer Seite sparen. Nur so kann man überleben.

Ich schicke Dir Kraft rüber und hoffe, Du kannst einige Tipps gebrauchen und für Dich umsetzen.