

Verschlafen im Referendariat / nach dem Referendariat?

Beitrag von „wolkenstein“ vom 27. Februar 2005 12:20

Hallo Femina,

mach dir nicht so große Panik, obwohl ich deine Sorgen gut verstehen kann - ich bin zwar normalerweise eher ein Stehaufmännchen, hab aber einen Langschläfer als Freund, und der leidet mächtig. Wir haben das Problem halb gelöst mit einem Monsterwecker (den er so gerade hört und der mich in den Wahnsinn treibt) und dem morgendlichen liebevollen Weckanruf, weil ich meist eh früher unterwegs bin als er.

Während des Refs war ich meist eher zu früh als zu spät wach, obwohl ich zur ersten Stunde um 5.15 aufstehen musste (lange Anfahrt). Die Spannung sorgt wirklich dafür, dass du eher schlechter schläfst und leichter wach wirst. Sollte das bei dir nicht so funktionieren, sind die Tipps mit den drei Weckern und der Lampe schon prima - im Zweifelsfall würd ich den Weckdienst der Telekom beauftragen, kostet zwar Geld, aber aus irgendwelchen Gründen verschläft man ein klingelndes Telefon nicht.

Ich bin im Ref dreimal zu spät gekommen - einmal zum Vorstellungsgespräch beim Direx, weil ich mich verlaufen hatte (sehr peinlich), einmal wg Bahnverspätung um über eine halbe Stunde, und einmal, weil ich verpennt hatte. War nach dem Examen, Tiefenentspannung hatte eingesetzt, und ich hab den Wecker nicht gehört. Da ich eine wichtige Vertretungsstunde hatte, bin ich dann mit dem Taxi (schmerzhaft teuer) in die Schule gefahren und war "nur" eine halbe Stunde zu spät - trotzdem. Es hat keiner was gesagt, höchstens gelacht, weil ich den Perfektionistenruf an der Schule weg hatte und mich das anscheinend menschlich machte. Wichtig, wenn du verpennt: Sofort die Schule anrufen, ETA angeben und wenn möglich, der Sekretärin einen Arbeitsauftrag für die SuS mitgeben, damit die Blagen so lang beschäftigt sind.

Angenehme Nachtruhe,
w.