

# **Studienabschluss steht bevor, Unsicherheiten, Selbstzweifel und evtl. auch psychosomatische Angsterkrankung**

**Beitrag von „Salzkristall“ vom 29. Dezember 2020 20:20**

## **Teil 2**

In einem halben Jahr steht nun also der Studienabschluss bevor, nach ewig langer Studienzeit. Ein Grund, warum sich das Studium in die Länge gezogen hat, so vermute ich, ist der Unsicherheit und den Selbstzweifeln geschuldet, und auch der Versagensangst vor dem immer so schrecklich proklamierten Referendariat danach. Das Studium war quasi wie die damalige Schulzeit: man hatte eine gewisse Sicherheit, Struktur, Ordnung im Leben und die fällt nun mit Beendigung des Studiums abermals wieder weg. Es ist nicht so, dass ich faul gewesen wäre, oder extra lange studiert hätte: die lange Studienzeit ergab sich eigentlich zwangsweise aus einem Fachwechsel, einem 1-jährigen Auslandsaufenthalt und einem Wechsel der Prüfungsordnung (da das alte Staatsexamen ja abgeschafft wurde).

Es hat mich sozusagen also immer wieder etwas zurückgeworfen.

Zusätzlich zum nahenden Studienabschluss gesellen sich bei mir psychische Probleme dazu. Vermutlich ist das gar nicht mehr verwunderlich, nach dem, was ich bislang schon so berichtet habe. Die anfangs doch immer so gut verdrängte Frage nach meiner Sexualität war natürlich immer da im Hintergrund und wurde mit den Jahren auch immer stärker. Genoss ich es anfangs für mich alleine zu sein und einfach meine Freiheiten und meine Kontrolle zu haben, so kehrte sich dies nun allmählich ins Gegenteil um: ich wurde zunehmend einsamer und ich sehne mich mehr und mehr nach Partnerschaft und nach Beziehung. Klassenkameraden von mir fangen bereits an Kinder zu bekommen, in eigene Wohnungen/Häuser zu ziehen und ich hocke abwechselnd in meiner kleinen Studentenbude oder bei meinen Eltern zuhause und schlage mich durch die noch anstehenden Semester.

Mein Bruder, 4 Jahre jünger als ich, hat einen geradlinigen Musterweg hingelegt: Abitur, Bachelor, Master, arbeitet jetzt im Finanzwesen bei einer gut angesehenen Bank, hat eine Freundin seit 8 Jahren - alles super. Vorzeigekind. Leben im Griff, perfekt.

Was ist mit mir? Nun 30 geworden, Studium immer noch nicht fertig, noch dazu besteht eine sehr große Chance, dass ich den Berufszweig, für den ich nun 10 Jahre meines Lebens als Studium verschwendet habe, vielleicht gar nicht dauerhaft antreten oder vielleicht auch von vorneherein gar nicht erst antreten möchte. Beziehungslos, alleine, voller Selbstzweifel, Versagensängsten, Sorgen, muss immer noch von den Eltern finanziell unterstützt werden, total chaotischer Lebenslauf nach Beendigung der Schule. Ich fühle mich einfach nur noch als großen

## Versager!!

Meine Eltern wissen noch gar nichts von dem Plan, den ich heimlich schon schmiede: ich habe vor, nach Beendigung des Studiums in einem halben Jahr eine Ausbildung zu beginnen, einerseits als "Backup", damit ich einfach noch einen Plan B in der Hinterhand habe, weil ich mich aufs Lehramt alleine nicht verlassen will, nicht verlassen kann. Die Frage ist natürlich aber: finde ich mit 30 und einem abgeschlossenen Lehramtsstudium überhaupt noch eine Ausbildung?

Meine Ängste und Sorgen wachsen, dass der Zug hierfür schon abgefahren ist. Dass ich jetzt entweder die Lehramtsschiene weiterfahren muss, oder aber mich den Rest meines Lebens mit Niedriglohn-Jobs rumschlagen muss. Sicherer und gutes Leben Fehlanzeige.

Meine psychischen Probleme sind vermutlich aufgrund dieser ganzen Konstellationen mehr und mehr prominent geworden: schon seit 4 Jahren leide ich hin und wieder an psychosomatischen Beschwerden, vermutlich aufgrund einer Angststörung. Angst vor Krankheiten, Versagensängste, Zukunftsängste. Anfang dieses Jahres fasste ich mir ein Herz und ging in die psychosomatische Ambulanz. Man diagnostizierte mir eine hypochondrische Angststörung. Mittlerweile habe ich auch schon 2 Sitzungen bei 2 verschiedenen Psychologinnen hinter mir, aber die waren eher mittelmäßig, ich hatte nicht den Eindruck, dass es mir dauerhaft helfen könnte.

Zudem kam mit diesem Schritt eine erneute Angst hinzu: jetzt habe ich mir meine Verbeamtung versaut, denn ich habe psychologische Sitzungen (selbst wenn es nur 2 waren) in Anspruch genommen. Ich habe mir also nun noch mehr Steine in den für mich eh schon sehr steinigen Lehramtsweg gelegt.

Leider muss ich sagen, spielen meine Eltern auch ihren Teil zu dieser verfahrenen und für mich so furchtbaren Situation bei: zwar unterstützen sie mich finanziell, wo sie können (und das selbst aufgrund meines deutlich überzogenen Studiums), allerdings ist es leider auch so, dass besonders mein Vater sehr sehr gut verdient als Selbstständiger und ich mir deshalb vermutlich eine Art Erwartungsdruck aufgebaut habe, besonders, was finanzieller Wohlstand und Einkommen angeht.

Meine Eltern, bzw. besonders mein Vater, sind also quasi extrem fixiert auf diese Verbeamtung und ständig muss ich mir anhören, dass meine Besuche bei diesen "Psychotanten" meine künftige "Karriere" ruinieren würden. Meine Einwände, dass die Verbeamtung überhaupt nicht das Essentielle am Lehramt sei und in vielen Bundesländern überhaupt gar nicht per se verbeamtet würde, werden sofort gekontert mit anekdotischen Erzählungen von seinen Clienten/Kunden, welche er finanziert, unter welchen wohl auch Lehrer sind, dass er da genau weiß, wie die Einkünfte zwischen verbeamteten und nicht-verbeamteten Lehrern liegen und ob ich dann mit meinen "zwei fünf" monatlich als angestellter Lehrer glücklich sei und jährlich über die Sommerferien "zum Jobcenter rennen" wollte, um sich Bezüge für die Dauer der Arbeitslosigkeit in den Sommerferien zu holen.

Da dies natürlich nur auf Lehrer mit nicht-befristetem Angestelltenverhältnis zutrifft, habe ich erwähnt, aber es ist einfach total mühsam, dagegen anzugehen, vor allem, weil diese geschissene Verbeamtung und überhaupt dieses geschissene Lehramt momentan so überhaupt NICHT meine wichtigste Sorge ist!! Ich habe grade viel eher Sorge, dass ich gesundheitlich abrutsche und überhaupt nicht mehr auf die Beine komme und dann tatsächlich noch zum Sozialfall werde!

Ich weiß nicht, wie ich so "astray" gehen konnte in meinem Leben, was wohl passiert ist, was ich wohl falsch gemacht habe... Ich fühle mich einfach nur richtig schlecht, mir gehts gesundheitlich scheiße, habe einen total unklaren und uneinheitlichen Lebenslauf seit Beendigung der Schule und stehe nun nach 10 Jahren Studium da und weiß nicht mehr, wie es weitergehen soll und kann...

Es tut mir leid für diesen mäandernden Schwall an Text. Aber ich musste es einfach mal rauslassen!