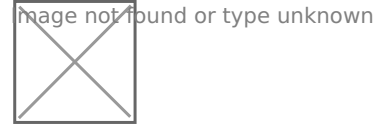


# "Locker" werden

**Beitrag von „Julie\_Mango“ vom 19. Mai 2006 23:04**



Bei mir hat sich diese Lockerheit erst eingestellt, als das Ref um war.

Jetzt bin ich drei Monate im normalen Schuldienst und mittlerweile bin ich angenehm locker und damit auch besser als ich jemals im Ref war, auch wenn ich jetzt viel viel weniger Zeit zur Vorbereitung habe.

Manchen geht halt der Druck im Ref so auf die Nerven, dass sie alles werden (wütend, weinerlich oder wirr), nur nicht locker.

Also, entspann' dich - setzt dich nicht wegen der fehlenden Lockerheit unter Druck, denn dadurch wirst du nur noch angespannter.

Gruß

Julie