

# Mir geht es so schlecht (Ref.)

Beitrag von „Veronica Mars“ vom 31. Mai 2021 10:39

## Zitat von Amelie444

Besonders schlimm ist die ständige Bewertungssituation. Gleich ob es sich um UB's handelt oder meine Mentorin zuschaut.

Das kann ich so dermaßen nachempfinden. Ich habe es gehasst im Referendariat. Und auch jetzt graut es mir immernoch vor Unterrichtsbesuchen.

Im Referendariat habe ich versucht mir einzureden, dass das bald vorbei ist. Ich hatte eine App, die hat am Handy Startbildschirm immer runter gezählt bis zu den nächsten Ferien. 😎 So habe ich mich Schritt für Schritt weiter gehandelt.

## Zitat von Amelie444

Meine Mentorin ist sehr anspruchsvoll. Ständig setzt sie mich unter Druck mit Kommentaren, welche mir nicht weiterhelfen. Zum Beispiel: " Pass auf, dass du nicht durch die Lehrproben fällst!"

Ich hatte im ersten Jahr auch jemand, der wenig konstruktive Kritik konnte. Ich habe mir angewöhnt konkrete Ansagen einzufordern. Auf die von dir geschilderte Aussage könnte man z B. antworten: "das möchte ich auf keinen Fall. Was genau muss ich tun, um mich in Ihren Augen zu verbessern?"

Fordere ein, dass die Mentorin konkret wird. Sag ihr, du bist bereit hart an dir zu arbeiten, brauchst aber genaue Anweisungen. Frage so lange nach, bis du dir sicher bist, dass du verstanden hast, was sie will. Vergewissern dich, dass du sie richtig verstanden hast, indem du nachfragt "habe ich es richtig verstanden, Sie meinen in Situation xy hätte ich mehr dies und das tun sollen?"

## Zitat von Amelie444

Ich fühle mich manchmal so unterdrückt von ihr. Besonders fies sind die Drohungen, dass sie vllt mal mit meiner Seminarleitung spricht.

Was will sie denn mit deiner Seminarleitung besprechen? Hält sie dich für dermaßen ungeeignet, dass sie dich sofort rauswerfen lassen will?

Solltest du wirklich vollkommen ungeeignet sein, dann würde man dich doch jetzt schon nicht mehr auf die Kinder loslassen. Frage auch hier lieber konkret nach, bevor du dich in Ängste verrennst. Oder du gehst echt proaktiv aufs Seminar zu und fragst nach, wie du dich konkret verbessern kannst.

#### Zitat von Amelie444

Meine Seminarleitung ist anspruchsvoll und schwer einschätzbar. Grundsätzlich kann ich nicht einschätzen, wie diese zu mir steht.

Frag nach! Was hilft es dir zu überlegen, was die anderen von dir denken könnten. Das Schlimmste, was dir passieren kann, ist dass sie dir sagen, dass du wirklich nicht geeignet bist. Aber dann weißt du wenigstens was Sache ist und kannst dich orientieren.

Wenn Sie sagen "Es wird eng", dann kannst Du fragen, was Du tun musst um Dich zu verbessern. Damit signalisierst Du keine Schwäche, sondern Stärke. Und Du zeigst, dass es Dir wichtig ist.

Übrigens, falls du nahe am Wasser gebaut bist, dann steh dazu. Wenn du heulst, wenn sie sagen, dass es eng wird, dann kannst du sagen, dass es dir so wichtig ist und dich die Kritik daher natürlich sehr trifft. Das zeigt ja letztendlich auch wieder, dass du es schaffen willst.