

# **Aller Anfang ist schwer ... - oder was?**

## **Beitrag von „Referendarin“ vom 14. Februar 2007 17:51**

Und es wird beim nächsten Mal wirklich einfacher! Es hilft vielleicht schon ein Stück, wenn du dir das immer wieder sagst.

Ich hatte bisher zwei solche Klassen (eine im Ref und eine direkt zum Berufsanfang) und habe dadurch wirklich einiges gelernt. Ich bin ziemlich sicher, wenn ich mal wieder in einer solchen Klasse lande, wird alles viel entspannter.

Was mir geholfen hat: Die schlechten Eindrücke am nächsten Tag wieder löschen.

Wenn du mit einem negativen Gefühl in diese Klasse gehst, wird es nur noch schlimmer. Wenn du aber halbwegs fröhlich oder zumindest neutral in die Klasse gehst, bist du viel weniger angreifbar und die Stimmung überträgt sich teilweise auf die Klasse.

Eine Klasse ist nie komplett und dauerhaft "nervig". Konzentriere dich auf die netten Schüler, schau auch auf die positiven Seiten der nervigen Schüler. Warum stören sie? Vielleicht stören sie, weil sie eigene Schwächen haben, die sie nicht zeigen wollen oder weil sie in dem Unterrichtsfach Defizite haben. Hier ist loben, Mut machen etc. nie verkehrt, dann kann es sein, dass sich das Verhalten einiger Schüler nach einiger Zeit verbessert.

Vielleicht hilft auch der Gedanken, dass es mit der Zeit / wenn man sich aneinander gewöhnt hat und die Schüler deine Grenzen ausgetestet haben, meist besser wird. Meine Bdu-Klasse z.B. hat mich anfangs fast wahnsinnig gemacht, gegen Ende hin haben wir uns wesentlich besser verstanden.

Gut ist auch, dir einige Auszeiten ganz ohne Schule zu gönnen. Setze dir z.B. eine Uhrzeit, zu der deine Vorbereitung fertig sein soll - auch wenn eine Stunde mal nicht perfekt geplant ist (die Stunden in der schwierigen Klasse aber sollten besonders gut geplant sein) - du brauchst die Kraft am nächsten Morgen. Ausgeschlafen stört einen vieles nicht, was dich in angeschlagenem Zustand vielleicht stört.

Und zuletzt: Nimm Unterrichtsstörungen nicht persönlich. Pubertäre Schüler testen jeden und besonders bei Berufsanfängern finden sie noch viele Angriffspunkte.

Viel Glück für die nächsten Monate

wünscht dir

Referendarin