

# Frustration und Selbstzweifel

Beitrag von „Lehrzweig“ vom 25. August 2022 22:20

[Zitat von chilipaprika](#)

Du bist mit einer 1,X vorbenotet, bist in der Prüfung (überraschend!) durchgefallen und die Kolleg\*innen (die also zu dieser Vornote beigetragen haben) haben jetzt dir gegenüber eine komplett andere Haltung, einen scharfen, herablassenden Ton?

In diesem Fall sind es Kolleg\*innen, bei denen ich vorher keinen Ausbildungsunterricht hatte.

[Zitat von chilipaprika](#)

was machst du jetzt und was denkst du wäre besser? Kannst du es aufbringen und welche Hilfe von außen brauchst du, um es aufbringen zu können?

Ich habe mir vorgenommen klarer Arbeitszeiten einzuhalten, die öfter durch Pausen durchbrochen sind, sodass ich stringenter arbeite und mich weniger leicht ablenken lasse. Außerdem habe ich mir vorgenommen, mir mehr Feedback von mehreren Kolleg\*innen einzuholen und vor allem auch bevor ich die Stunden halte.