

# Überforderung und Abbruchgedanken

Beitrag von „Wolfgang Autenrieth“ vom 8. März 2024 09:22

## Zitat von nikoo

ich bin seit dem 01.11.2023 Referendar an einer BBS in Rheinland-Pfalz und aktuell im 4. Monat. Es läuft leider überhaupt nicht gut und ich bin maximal frustriert. Meine Gedanken laufen schon auf den Abbruch hinaus. Seit dem 01.02. muss ich 10 Stunden eigenverantwortlich unterrichten.

Willkommen im Club. Das Referendariat ist besonders ein Test auf Stressresistenz. Die Klagen von Reffis sind Legion. Mach' dir das bewusst. Es liegt nicht an deiner Person, sondern an der Rolle, in der du dich befindest. Du bist Zwitter zwischen Lehrer- und Schülerdasein.

Du kannst dich ja über die Suchfunktion hier im Forum umschauen, welche Klagen - und Tipps zu deiner Situation passen. Da wurde bereits SOOOO viel geschrieben. Ebenfalls empfehlenswert sind bestimmte FB-Gruppen wie "Referendariat - Selbsthilfegruppe" mit >25.000 Mitgliedern.

Den Abbruch lässt du hübsch bleiben. Bist du a) Quereinsteiger oder hast du b) auf Lehramt studiert?

Bei a) - Nun. Go back where you belong. Bei b) - Du wirst doch die ganzen Studienjahre nicht in die Tonne treten wollen!

Wem das Wasser bis zum Hals steht, der sollte den Kopf nicht hängen lassen. Also: Kopf hoch!

