

Referendariat und panische Angst

Beitrag von „Lina0808“ vom 31. August 2024 10:20

[Zitat von misspoodle](#)

[Lina0808](#)

Wann haben die Selbstzweifel denn begonnen? Gab es einen konkreten Auslöser

Ich kann leider nicht genau sagen, wodurch ich diese Selbstzweifel bekommen habe. In meinem Leben lief eigentlich immer alles glatt – sowohl in der Schule als auch im Studium hatte ich nie Probleme. Lernen und Prüfungen schreiben fiel mir immer leicht, und auch die Schule hat mir Spaß gemacht. Während meiner Praktika im Studium hatte ich auch immer viel Freude in der Schule.

Doch als ich frisch ins Referendariat gekommen bin, hatte ich direkt meinen Orientierungsbesuch. Dieser lief wohl nicht so, wie es sich der Beauftragte gewünscht hatte, und ich bekam ordentlich Kritik ab. Im Nachhinein hat sich dann sogar die Schulleitung bei mir für dieses Gespräch entschuldigt und gesagt, dass es absolut nicht in Ordnung war. Trotzdem bin ich mir nicht sicher, ob das der Auslöser für meine Unsicherheiten war.

Eigentlich habe ich mich nie als unsicherer Mensch empfunden. Ich war immer sehr selbstbewusst, und in der Schule haben sich viele an mir orientiert. Ich habe oft mit anderen zusammen gelernt und ihnen Dinge erklärt. Aber jetzt, im Schulalltag, fällt es mir schwer, das umzusetzen.

Mein Problem ist nicht, dass ich ein Thema nicht aufarbeiten und den Kindern beibringen kann. Was mir wirklich schwerfällt, ist dieser immense Anspruch, der im Seminar erwartet wird – dass man ständig außergewöhnliche Ideen hat.