

# Referendariat und panische Angst

Beitrag von „s3g4“ vom 23. September 2024 06:46

## [Zitat von Joni](#)

Im Berliner Seminar sitzen mittlerweile mehr Quereinsteiger als Lehramtsstudenten. Das heißt, die meisten haben schon mindestens 3 Jahre selbständigen Unterricht hinter sich. Trotzdem ist im Ref auf einmal eine Angst und Unsicherheit da, die vorher nicht da war. Gestandene Erwachsene haben Bauchweh und schlafen nicht gut und fühlen sich wieder klein. Obwohl die Seminarleitungen zugewandt und wohlwollend sind. Es ist einfach eine Situation, die extrem stresst. Das heißt nicht, dass man es im normalen Schulalltag nicht packt.

Korrekt, so ging es mir auch, zumindest war unterschwellig immer ein ungutes Gefühl dabei. Ich habe zwar vorher nie hauptberuflich unterrichtet, aber schon verantwortungsvolle Aufgaben in der Industrie übernommen. Ich bin aber ziemlich resilient gegenüber Stress, daher konnte ich ziemlich gut schlafen (sogar vor der 2. Staatsprüfung). Ich kann mir aber sehr gut vorstellen, dass es bei anderen nicht besonders schön war.