

# Überlegung Abbruch Referendariat

**Beitrag von „Siempre“ vom 22. April 2025 19:18**

Hallo,

ich befinde mich aktuell (seit September) im 1. Referendariatsjahr in Bayern (Realschule, Mathe/Physik).

Seit Januar (ca. seit der ersten Lehrprobe) fühle ich mich häufiger erschöpft und ausgelaugt, wodurch seitdem der Gedanke, das Referendariat abzubrechen, häufig aufkam.

Hinzu kommt, dass mein Unterricht definitiv einige Defizite aufweist, dies liegt wahrscheinlich an mehreren Faktoren:

-Ich bin von grundauf ein eher wenig flexibler Mensch (was für das Lehramt einen immensen Nachteil darstellt, vermutlich bin ich dahingehend auch leicht autistisch)

-Ich habe häufig Schwierigkeiten, sinnvolle Überleitungen zu finden. (also die Unterrichtsphasen damit klar zu trennen)

-Meine Fragetechniken weißen oft Defizite auf, bzw. ich merke oft, dass es mir schwer fällt, ein Thema so zu präsentieren, dass es durch die Schüler erschlossen wird. (oft habe ich das Bedürfnis, das Thema dann im "Vorlesungsmodus" zu erklären).

-Ich bin eher unkreativ, was die Unterrichtsvariation/Methodik anbelangt. (liegt jedoch auch u.a. daran, dass das Grundgerüst selbst jetzt noch nicht wirklich sitzt).

-In Physik scheine ich einiges an fachlichen aus dem Studium vergessen zu haben (vermutlich, weil es inzwischen knapp 2 Jahre her ist, da ich danach für 1 Jahr als Aushilfslehrer tätig war) und habe aktuell nicht wirklich die Energie das Wissen zu reaktivieren.

-Ich bin teilweise etwas statisch/monoton (wahrscheinlich bin ich teilweise etwas unlocker, da ich mich ja letztlich am Artikulationsschema orientieren soll/muss)

In Mathe kommt aktuell hinschwerend hinzu, dass ich inzwischen der einzige Referendar bin (da die Kollegin vor der 1. PLP abgebrochen hat) und ich somit wenig Möglichkeiten zum Austausch habe.

Aktuell merke ich, dass ich zwar im Prinzip viel Zeit investiere (also normalerweise bis mind. 8 am Schreibtisch sitze), jedoch die Zeit sehr ineffektiv nutze. Häufig muss ich mich wirklich zwingen, um mit der Vorbereitung anzufangen, was sehr anstrengend/unangenehm ist. Große Teile meiner Vorbereitungszeit prokrastiniere ich leider, wodurch meine Stundenvorbereitung letztlich eher mäßig ist. (ich aber anscheinend massivst viel Zeit investieren müsste, um mein

Defizit in der Flexibilität zu kompensieren).

Der Umstand, dass meine Stunden selten wirklich gut/variationsreich sind, scheint mich weiter zu demotivieren.

Zwar mag ich die soziale Interaktion mit den Schülern sehr gerne (und in der Schulzeit mochte ich auch Mathe/Physik und Nachhilfe), jedoch scheint es mir aktuell, dass ich für den Lehrerberuf ungeeignet bin. Aktuell hält mich noch ein wenig vom Abbruch ab, dass ich nach dem Ref schon 1 Jahr als Aushilfslehrkraft ( 10 Std/Woche) tätig war und sich das wesentlich weniger stressig anfühlte (vermutlich auch, weil das Schülerverhältnis sehr gut war, der Unterricht wies aber retrospektiv definitiv deutliche Defizite auf) und, weil die Möglichkeiten nach dem 2. Examen gemäß Arbeitsagentur deutlich besser sind.

Ich habe diesbezüglich auch mit meiner Seminarlehrerin geredet, welche mir sagte, dass ich hier schon richtig bin, aber (sinngemäß) oft nicht in die Gänge komme. (mir scheinen aktuell auch ein wenig die Kapazitäten, ggf. die Motivation zu fehlen, die vielen Informationen zu verarbeiten).

Sie sagte mir mal, dass ich theoretisch vieles richtig durchdenke, es jedoch oft an der Umsetzung mangelt.

(Als Beispiel: Vom Aufbau hat sie meine PLP als "sehr gut" eingestuft, dennoch wurde es letztlich nur eine 4)

Vielleicht gibt es hier ja Gedanken/Eindrücke, die mir bei der Entscheidungsfindung helfen.

Grundsätzlich möchte ich nicht vorschnell abbrechen, jedoch möchte ich auch nicht krampfhaft daran festhalte, wenn es sehr evident ist, dass ich womöglich ungeeignet bin. (und es auch ein hohes Stressniveau für mich bedeutet).

Vielen Dank fürs Lesen und eure Gedanken.