

# **Ich weiß nicht mehr weiter, bitte um einen Rat**

## **Beitrag von „DeadPoet“ vom 1. November 2025 18:03**

Nur ganz kurz: Da wir eine Seminarschule sind, ändert sich mein Stundenplan jedes Jahr mindestens einmal nach den Allerheiligenferien. In 20 Jahren ist er in meiner Erinnerung ein einziges Mal besser, ansonsten ständig schlechter geworden (z.B. dass ich länger bleiben musste, eher an die Schule musste, bis zu 10 Löcherstunden im Stundenplan hatte usw.). Soll heißen: ein sich verschlechternder Stundenplan hat nicht unbedingt mit Mobbing zu tun.

Auch ich musste schon Klassen abgeben und habe andere bekommen. Hat oft (neben Seminarschule) damit zu tun, dass z.B. jemand ausfällt und die Schulleitung z.B. einem "Neuen" nicht unbedingt den Abiturjahrgang geben will und der "Neue" dann halt die 6. Klasse nimmt und ich den Abiturjahrgang.

Das Referendariat / die Ausbildungsphase im Quereinstieg wird von vielen als unheimlich belastend und anstrengend empfunden (und wenn man gesundheitlich selber angeschlagen ist, wohl um so mehr ... dazu noch die Vorgeschiede mit Deinem Vater). Da muss man leider halt schon die Frage stellen, ob man im Moment diese Phase schaffen kann.

Bitte bedenken, dass "häufige Fehlzeiten und 2 Wochen Ausfall nach Tod des Vaters" (so leid mir das tut) von Kolleginnen und Kollegen aufgefangen werden müssen, die - und das weiß man halt oft nicht - auch ihre Last mit sich rumschleppen.

Es gibt natürlich auch Verantwortliche, die ihre "Machtposition" ausnutzen, nur sind das mMin weniger, als man oft so glaubt. Sehr häufig kommen Refis/Einsteiger halt wirklich nicht mit den Anforderungen klar bzw. nehmen Kritik sehr persönlich, fühlen sich stärker unter Druck gesetzt als nötig.

Absprachen, die nicht eingehalten werden (vor allem wenn die Verantwortliche die Position wechselt), kommen immer wieder vor. Ist blöd (vor allem wenn man auf eine Erleichterung hofft, sie evtl. sogar braucht), aber kein Beleg dafür, dass alle Welt sich verschworen hat.

Ich werd auch nicht gern besucht, aber es ist - immer noch - Teil meines Berufs (wenn auch nicht mehr häufig). Kann es nicht auch sein (vor allem wenn Du sagst, Du verstehst Dich eigentlich mit der Mentorin gut), dass man Dich im ersten Jahr wegen deiner Erkrankung und Deines Vaters mehr in Ruhe gelassen hat und nun die Ausbildung halt voran bringen muss? Nächtelange Vorbereitung und ständig unter Druck - kenne ich aus meiner Ref-Zeit auch. Das ist kein Mobbing.

Die anderen Geschichten (die Drohungen von Vorgesetzten) etc. kann ich nicht beurteilen.

Einiger Weg wenn man wirklich nicht mehr kann: zum Arzt. Komm erst einmal wieder mit Dir selbst ins Reine und zu Kräften.