

# Vorbereitung auf das Refrendariat

## Beitrag von „55Momo“ vom 4. Mai 2009 12:25

Hallo Zusammen,

ich habe meine 1.Staatsexamen bestanden und möchte mich nun auf das Refrendariat einstellen.

Welche (Literatur-) Tipps und Ratschläge könnt ihr mir geben??

---

## Beitrag von „philosophus“ vom 4. Mai 2009 12:44

Buchtipps gibts z. B. [hier](#).

---

## Beitrag von „Hawkeye“ vom 4. Mai 2009 14:03

tipps:

- ein hobby suchen und ausüben
- am besten sport treiben
- frustrationsschwelle erhöhen
- perfektionismus aufgeben
- die freundin / den freund jetzt heiraten
- an den regionalen berufsverband wenden (gibts da nicht an eurer uni auch diese anwerber?)
- verlagsadressen sammeln und umhören, wos noch was kostenlos gibt
- [das hat mir geholfen, auch nach dem ref. \(da hab ichs erst entdeckt.\), wenn es mal wieder schwerer lief](#)

grüße

h.

ps: persönlicher tipp: genieß erstmal die freie zeit.

---

### Beitrag von „Schmeili“ vom 4. Mai 2009 15:10

Zitat

*Original von Hawkeye*

tipps:

- die freundin / den freund jetzt heiraten



Bevor sich selbiger/selbige doch noch aus dem Staub macht, weil er/sie merkt, dass so ein Nervenbündel doch nicht so das wahre ist? Oder weil man sich doch schönere Tätigkeiten als "Hilfsbastler" ("Kannst du mir mal beim Shcneiden der Memorys helfen") vorstellen kann? 😎

---

### Beitrag von „Matula“ vom 4. Mai 2009 15:32

Mein Rat wäre eher: Sich JETZT vom Freund/Freundin trennen. Unheimlich viele Beziehungen gehen während des Ref in die Brüche.

---

### Beitrag von „Referendarin“ vom 4. Mai 2009 15:53

Zitat

*Original von Matula*

Mein Rat wäre eher: Sich JETZT vom Freund/Freundin trennen. Unheimlich viele

Beziehungen gehen während des Ref in die Brüche.

Na, das ist ja mal ein toller Ratschlag. 😄

Da geht man doch gleich voll positiver Erwartung ins Referendariat. 😊

---

### Beitrag von „Finchen“ vom 4. Mai 2009 16:15

Zitat

*Original von Hawkeye*

- die Freundin / den Freund jetzt heiraten

.

Ich bin ja gerade ganz frisch mit dem Ref fertig geworden und kann bestätigen, dass der Partner manchmal eine hohe Reitzschwelle braucht. Gerade in Stressphasen war ich wohl oft sehr schwierig. Mein Mann wusste aber, dass die Zeit auch wieder vorbei geht und kannte mich schon sechs Jahre vor dem Ref. Da kann man gemeinsam auf die Zeit danach hinarbeiten... Das Ref ist halt eine Ausnahmesituation in der man häufig sehr unter Druck steht. Eine stabile Beziehung sollte das aber aushalten.

Sich vorher mit Literatur einzudecken ist überhaupt nicht nötig, da jedes Seminar sowieso seine eigenen Vorstellungen davon hat, was brauchbar ist und was nicht. Genieße einfach deine freie Zeit! Anstrengend wird's früh genug.

---

### Beitrag von „\_Malina\_“ vom 4. Mai 2009 16:34

Das mit der Literatur seh ich nach wie vor genau so: Es lohnt nicht, sich durch zig Wälzer zu quälen, wenn am Seminar am Ende sowieso nur Didaktik nach xy gefordert wird.

Und ich hab das mit dem "Heiratsgebot" so verstanden, dass man dadurch ja auch Sozialpunkte bekommen kann um ggf. den Wunschstandort zu bekommen. Bin wohl schon geschädigt durch die immer wieder gleichen "wie komm ich nach Ort xy" - Fragen 😄

---

## Beitrag von „Mila“ vom 4. Mai 2009 17:27

Vom AOL-Verlag gibt es folgendes Heft:

"Fit für das Referendariat. Der Dschungelführer für Schule und Seminar" von Marc Böhm

Darin sind diverse Tipps und Informationen zu Themen wie Unterrichtsplanung, Unterrichtsstörungen und Belastungen, Kooperation mit Kolleginnen, Schulleitern und Eltern, Prüfungsmanagement uvm. zu finden.

Als Einblick in die Ref-Welt finde ich es ganz nützlich.

Ein ähnliches, aber ein klein wenig umfangreicheres Büchlein ist:

"Der Mutmacher. Ratgeber für den pädagogischen Berufseinstieg" von Ulrike Handke (Cornelsen)

Zur "Einstimmung" eignen sich m. E. beide.

Liebe Grüße

Mila

---

## Beitrag von „Hawkeye“ vom 4. Mai 2009 19:45

Zitat

*Original von \_Malina\_*

Das mit der Literatur seh ich nach wie vor genau so: Es lohnt nicht, sich durch zig Wälzer zu quälen, wenn am Seminar am Ende sowieso nur Didaktik nach xy gefordert wird.

Und ich hab das mit dem "Heiratsgebot" so verstanden, dass man dadurch ja auch Sozialpunkte bekommen kann um ggf. den Wunschstandort zu bekommen. Bin wohl schon geschädigt durch die immer wieder gleichen "wie komm ich nach Ort xy" - Fragen 😊

das mit dem heiratsgebot war schon so gemeint, wies die anderen verstanden haben. ich habe einige beziehungen gesehen, die zwischen beginn 1. examen und ende 2. examen echt gelitten

haben - aber eigentlich wars natürlich so gedacht, dass der jeweils andere verstehen lernt, dass es jetzt ein wenig stressiger werden kann.

ich hab übrigens erst nach dem examen geheiratet, um sozialpunkte für die versetzung zu bekommen und natürlich wegen der steuer. meine frau ist "auch lehrerin" und wir haben das zusammen durchgestanden. 😊



h.