

Kennt sich jemand aus? Abbruch des Referendariats

Beitrag von „selma333“ vom 8. März 2010 11:26

Mal wieder ne Frage zum Thema Abbruch. Leider habe ich nicht so viel Zeit alle Beiträge zu lesen und im Moment habe ich noch nichts Passendes gefunden...

Fragen:

Wie läuft der Abbruch in Bayern ab?

Wie kann ich möglichst ein finanziellen Fiasko verhindern? (angespart ist nix und Job noch nicht gefunden)

Wie lange kann man krankgeschrieben sein und vor allen wie löst man das mit der Kündigung?

Hoffe ich bekomme schnelle, konkrete Antworten.

Ich fühle mich stark genug, das Ganze durchzuziehen, seh aber ganz pragmatisch im Moment jetzt bessere Chancen umzusatteln, als dann im August, wenn alle anderen mit besseren Beurteilungen auch auf den Markt geschwemmt werden. Also pure Durchhaltetaktik, um dann wieder als Looser (Wiederholung) hervorzugehen, halte ich langsam für schwachsinnig... Vor allem weil mein Ego langsam am Boden ist!

Danke schon mal im Vorraus für Infos, Erfahrungen und Meinungen!

Beitrag von „m-fab“ vom 9. März 2010 09:18

Also ich kenn mich nicht wirklich aus, aber Du hast ja nach Meinungen gefragt und hier scheint es mir mehr um grundsätzliche Lebenstipps zu gehen als um das Ref. Obwohl das hier fast nach Troll aussieht, fühl ich mich mal dazu berufen zu antworten, auch wenn ich selbst eigentlich ein Grünschnabel bin. Verzweifelte sollte man immer ernst nehmen...

Wie genau der Abbruch abläuft weiß ich nicht, aber wenn Du es ernst meinst würd ich einfach nachfragen, bzw. direkt sagen, dass Du aufhören willst, dann wird man es Dir schon sagen, wie das funktioniert. Du schreibst ja, Du willst umsatteln - also einfach hingehen und sagen, dass Du aufhören willst. Fertig.

Wie lässt sich ein finanzielles Fiasko verhindern mit "nix angespart und Job nicht in Sicht"??? Wie wäre es mit erst dann aufhören, wenn Du einen anderen Job sicher hast? Sonst bleibt Dir nur natürlich nur das Arbeitsamt, welchen anderen Tipp soll man Dir denn geben? Da Du Dich ja stark genug fühlst musst Du Dich auch nicht einfach krank schreiben lassen wie Du angedeutet hast. Also ich würd wohl weitermachen bis ich einen anderen Job hätte.

Du scheinst auf jeden Fall etwas verzweifelt. War die Entscheidung aufzuhören vielleicht nur ein Schnellschuss nach einem schlechten Tag (Ego am Boden etc...) oder bist Du Dir da wirklich sicher? Wenn Du Dir wirklich sicher bist, dann sollten Deine Fragen keine wirklichen Probleme darstellen.

Und welche Anderen mit besseren Beurteilungen und welchen Markt meinst Du denn im August? Den normalen Arbeitsmarkt oder den Lehrermarkt?

Gruß,
m-fab

Beitrag von „Hawkeye“ vom 9. März 2010 10:36

Bei all deinen Fragen kannst du dich normalerweise

- an die Zuständigen deiner Seminarschule oder
- an den BRLV wenden, falls du vorab Dinge abklären willst.

Persönliche Meinung: du müsstest laut deinen Aussagen im Einsatz sein, d.h. selbstverantwortlich unterrichten. Das Examen steht vor der Tür. Wenn du wirklich stark für den Abbruch bist, dann wäre auch genug Stärke für das Examen da. Und der Abschluss wäre allemal idealer als ein Abbruch.

Du sprichst von der Beurteilung. Diese macht ja nicht gerade die gesamte Endnote aus.

Hast du Probleme im Einsatz? Oder mit der Seminarschule?

Grüße

Beitrag von „gingergirl“ vom 9. März 2010 22:01

Wenn du es irgendwie auf die Reihe bekommst, würde ich weitermachen, denn dann läuft wenigstens noch für die nächste Zeit das Gehalt weiter, die Krankenversicherung ist abgesichert...

So schnell wird sich nichts anderes auftun bzw. kannst du dich ja auch aus dem Referendariat heraus nach anderen Alternativen umtun.

Dass dein Seminar dich zum Abbruch bewegen will, kann ich mir gut vorstellen. Die haben Skrupel, dich zum zweiten Mal durchfallen zu lassen. Wenn du "freiwillig" gehst, sind sie nicht an deinem Durchfallen "schuld".

Beitrag von „selma333“ vom 10. März 2010 11:05

Erst mal vielen Dank für eure Antworten! Ja- ich bin verzweifelt!!!!

Ich wiederhole zum 2. Mal und auch diesmal versage ich in den Lehrproben und auch diesmal habe ich persönliche Differenzen mit meinem Seminarlehrer. Alle Verantwortlichen verstehen nicht, warum ich es überhaupt wiederhole und raten mir von Anfang an ab. (und du hast sicher Recht gigergirl: "Die haben Skrupel, dich zum zweiten Mal durchfallen zu lassen. Wenn du "freiwillig" gehst, sind sie nicht an deinem Durchfallen "schuld".")

Das Ref ist anstrengend, das wisst ihr und nach 2 Jahren ist normaler Weise die Luft raus 😞 Nun bin ich im 3. Jahr und wiederhole ALLES in einem Jahr. Es ist Halbzeit, so dass ich schon 2 Lehrproben und eine mündliche Prüfung hinter mir habe. Von den Noten, der Beurteilung (kein positives Feedback!) und vom Gefühl her läuft es genauso wie beim letzten Mal, als ich dann schließlich durchfiel, weil ich auch die 3. LP vermurkst hab...

Was ist, wenn auch das 3. Jahr völlig umsonst ist???? Ich habe große Angst dann wirklich in ein Loch zu fallen! Schon jetzt habe ich kaum Chancen in einer staatlichen Schulen irgendwann festangestellt zu werden und ich möchte das 2. [EX](#) eigentlich nur um auf dem alternativen Arbeitsmarkt was vorweisen zu können..

Natürlich kann die Lage in 6-7 Jahren für Deutschlehrer an staatl. Schulen auch wieder besser aussehen und ich somit auch wieder Optionen offen haben?!

Aber bis dahin ist es noch ein extrem steiniger Weg!!! Die Hausarbeit, noch eine Lehrprobe und 3 Prüfungen und natürlich der normale Schulbetrieb- ich werde an meine Grenzen gehen und es ist die Frage WOFÜR?? Was ist, wenn ich wieder durchfalle? Hab halt langsam den Eindruck, dass ich total verkrampft, ohne Sinn und Verstand an das Beenden des Refs klammere, obwohl die Aussichten gegen Null gehen. Schon nach dem 1. Durchfallen war ich sehr depremiert, das alles umsonst war!!

Dazu kommt, dass im Moment für meine Fächerkombi sowieso Einstellungsstopp ist und alle, die mit mir fertig werden würden und nun einen bzw. einen besseren Abschluss haben bzw. auch alle mit 1. Staatsexamen, die keine Ref.stelle kriegen sich auch in andere Bundesländer

und auf dem alternativen Arbeitsmarkt bewerben werden..(Privatschulen, Nachhilfe etc.).. Somit hätte ich etwas Vorlauf, wenn ich es jetzt einsehe, dass es keinen Sinn hat. Ich schätz meine Chancen auf ein miserables Bestehen des 2.Stex auf 30/70.

Ich glaube nicht, dass ich im normalen Schulbetrieb und mit den ganzen Prüfungen etc. wirklich Zeit finden werde mich intensiv zu bewerben:(

Die Frage ist: Reißleine ziehen, Selbstschutz aktivieren und evtl. später bereuen es nicht bis zum Schluss probiert zu haben? Aber ich hab gekämpft, ich habs versucht!!! Muss nicht irgendwann Schluss sein?? Will nicht dran zerbrechen! Nix Positives, immer nur Kritik, immer eins auf den Deckel und ich bin wie ein Stehaufmännchen und mach weiter und weiter und weiter...Zweieinhalb Jahre Kampf, Entsagungen, enormer Stress und doch nie etwas gut machen? Wer hält das aus????

Wie aussichtslos muss es sein, um aufzugeben?

Freue mich auf eure Antworten.. Danke dass ihr mir zuhört und helfen wollt..

LG (heul)

Beitrag von „Hawkeye“ vom 10. März 2010 11:49

Hi,

klingt übel, ich gebe zu - es ist auch immer schwierig von fern eine Diagnose abzugeben, weil ich / wir deine Probleme nicht kennen, die Umstände nicht.

Es kann sein, dass du gerade merkst, dass du nicht für den Beruf geeignet bist.

Dies ist ebenso wahrscheinlich wie eine unfähige Seminarschule.

Nur so viel:

Jeder Student mit 1. Staatsexamen wird in Bayern ins Ref übernommen, ich weiß also nicht, warum deine Kollegen Angst haben, keine Ref-Stelle zu bekommen. Die Seminarschulen sind erweitert worden, die Zahlen der Seminare explodieren und das tun sie in diesem und im nächsten Jahr. Danach sinkt die Quote wieder.

Lehrer werden nicht nur vom Staat eingestellt, sondern auch von städtischen Schulen. Letztere stellen nach meiner Erfahrung sogar Lehrer ein, die eben nicht so gute Schnitte haben (natürlich auch zwangsläufig, weil die mit den besseren Noten ja schon Staatsstellen haben...i.d.R.). Weiterhin gibt es eine Menge privater oder kirchlicher Schulen.

Also mein Rat:

Wenn du der Meinung bist, dass du nicht geeignet bist für den Lehrberuf - ich meine jetzt nicht nur Noten und Beurteilungen von anderen, sondern auch deine Innensicht: Belastbarkeit, Lust auf die Arbeit mit Kindern, fachliche Leistungsfähigkeit...-dann brich ab und such dir was anderes. Auf Dauer wird es besser sein.

Wenn du aber meinst, dass die Eignung im Prinzip da ist - suche dir Leute deines Vertrauens oder professionelle Berater, um das für dich zu bestätigen oder herauszufinden - dann informiere dich über alle Möglichkeiten, die es gibt, den Lehrerberuf auszuüben. Zwischen Staatsbeamter und nix gibt es eine große Breite an Möglichkeiten.

Grüße

H.

Beitrag von „Karlina“ vom 10. März 2010 16:04

Hallo selma333,

oh je, du Arme, du bist in einer sehr schwierigen Situation! Und das macht es auch so schwierig, dir zu raten.

Ich sehe das so:

Du hast momentan entweder die Möglichkeit, das Ref abubrechen und wirst später immer mal wieder an den Punkt kommen, an dem du deine Entscheidung anzweifelst und dir vorwirfst, das Referendariat nicht beendet zu haben bzw. es nicht wenigstens versucht zu haben. Du wirst auch sicher immer mal wieder auf Leute treffen, die dir das sagen werden und deine Entscheidung anzweifeln. Das tut nicht gut. Ein Abbruch tut nie gut.

Die andere Möglichkeit ist, trotz des Widerstands deines Seminars und trotz des ersten Durchfallens und der – offenbar – hohen Wahrscheinlichkeit, dass du wieder nicht bestehst, weiterzumachen. Damit hast du die Chance, es doch zu schaffen, bzw. kannst dir später sagen, wirklich alles versucht zu haben. Allerdings hört man sehr deutlich raus, dass du nicht mehr möchtest, dass du dem Stress nicht mehr gewachsen bist und sein willst und dich zurecht fragst, wie viel Stress du noch aushalten musst, um etwas zu beenden, ohne dir deswegen Vorwürfe zu machen oder dich ob deiner Entscheidung zu schämen.

Eine dritte Möglichkeit gibt es gerade wohl nicht. Es sei denn, es tut sich irgendwo eine unglaublich tolle Jobmöglichkeit für dich auf, aber das ist ja sehr unwahrscheinlich.

So, wie ich das sehe, hast du also nur die Wahl zwischen zwei sehr unangenehmen Alternativen. Zu welcher soll man dir raten? Zur Pest oder zur Cholera?

Wann wäre das Ref und die Prüfungen denn vorbei, wenn du jetzt am Ball bleibst? Wenn es jetzt noch drei Monate wären, würde ich dir raten, mach weiter, auch wenn du durchfällst.

Wenn das alles noch länger gehen sollte, triff eine Entscheidung. Sie sind beide schlecht und damit beide genauso richtig wie falsch. Ich hab in meinem Leben auch schonmal die Notbremse gezogen und im Nachhinein hat sich das für mich als richtig rausgestellt. Ich hatte aber auch immer das Glück (oder den Willen?), dann wirklich zurückzufinden auf meinen Weg.

Aber wenn du dich als Stehaufmännchen bezeichnest, scheinst du ja auch viel Kraft zu haben. Dann beende den Stress. Es lohnt sich nicht, daran kaputtzugehen. Du wirst vermutlich trotzdem in ein Loch fallen, aber du wirst dich gleichzeitig auch sehr befreit fühlen. Und du wirst dich im Laufe der Monate wieder regenerieren und Kraft für etwas Neues finden. Du bist ja vermutlich auch noch jung und musst dir dahingehend keine Sorgen machen.

Versuch auf deine innere Stimme zu hören.

Ich wünsch dir ganz, ganz viel Kraft, welche Entscheidung auch immer du triffst!!!!

Karlina

Beitrag von „selma333“ vom 10. März 2010 19:03

Danke Karlina! Du triffst es!

Es sind nur noch 4 Monate, aber die sind gestopft mit Lehrprobe und Prüfungen, die sonst auf ein Jahr verteilt wären... Also nur noch wenig Zeit zu investieren, dafür mit extremen Aufwand und eben vielleicht umsonst. 😞

Wenn ich ehrlich bin, war ich nach dem ersten Schock beim Durchfallen unendlich froh, ja sogar erleichtert. Allerdings nicht froh, nie mehr unterrichten zu dürfen, sondern wieder frei zu sein, frei wählen zu dürfen und wieder in die Stadt meines Herzens zurückzukehren (leider als Lehrer lange Warteliste und ohne Kinder kaum ne Chance in diese Stadt zu kommen)...

Auf der einen Seite engt mich das ganze System und das Rumschicken des Staates ziemlich ein und ich kenne so viele, die echt leiden, weil sie in irgendeinem Kaff abhängen, z.T. 300 Km vom Partner und Freunden entfernt... auf der anderen Seite habe ich wahnsinnig Schiss vor dem was kommt oder nicht kommt... vor endlosen erfolglosen Bewerbungen...vor dem "Mehr-Jobprinzip", die auch noch schlecht bezahlt und immer befristet sind..

Natürlich hab ich mich für diesen Job auch entschieden der Sicherheit wegen! Fakt ist: Ich bin leider schon über 30, die biologische Uhr tickt und eigentlich möchte ich nur endlich

ankommen...

Hawkeye:

Ich glaube, ich kann sehr gut mit Menschen umgehen und das macht mir auch Spaß! Allerdings hab ich tatsächlich Probleme mit diesem "Wissenreinpressen", so wenig Zeit für den Einzelnen haben und dem Stoffverteilungsdruck. Ich weiß, dass man in ein paar Jahren wesentlich mehr Freiheiten hat und Prioritäten setzen kann und deshalb kann ich mir sehr wohl vorstellen in diesem Job zu arbeiten.

Allerdings ist das im Ref natürlich noch ganz anders. Mir macht es Spaß und ich bin kein Korrekturhasser. Ich mag positiven Stress. Aber ich kann mit dem Druck im Ref definitiv nicht umgehen...und das Schlimme ist--> ich setz mich selber unter Druck. Ich bin nicht ich selbst, versuch mich anzupassen und mach doch alles falsch...

Selten, dass ich zufrieden bin... Das Vorbereitung der Stunden dauert ewig und dann wirds auch noch Sch... Man sagt mir, ich bin nicht geeignet und deshalb glaube ich langsam auch daran..

So viele können sich nicht irren! Schade, dass ich so ein schlechtes Selbstbild von mir hatte 😞

Die Frage ist: Brauche ich das 2. Staatsexamen für diese Alternativen, die du aufgezählt hast, wenn es grottenschlecht ist?

Ich weiß, irgendetwas wird sich ergeben, aber wird sich das Studium auszahlen oder war es letztlich umsonst? Hab vorher einen Job gelernt, der sehr schlecht bezahlt wird und ich hab mich auch fürs Studium entschieden, um z.B. unabhängig von einem Mann zu sein.. und nun seh ich alles davonschwimmen.. Alles umsonst??

Karlina: Was machst du denn heute und was hast du aufgegeben?

Danke an euch und liebe Grüße aus Bayern.

Beitrag von „m-fab“ vom 10. März 2010 20:07

Nun, dass es so krass ist hätt ich auch nicht gedacht, das hört sich tatsächlich übel an. Ich kann mich auch ein bißchen in Deine Situation reinversetzen - ich hab vor dem Lehramtsstudium schon was anderes studiert, was ich dann abgebrochen hab, weil ich nicht in dem Beruf arbeiten wollte. Ich war zwar auch schon weit, aber mehr als vier Monate waren es schon noch. Mein Tipp an Dich in Deiner Situation:

Ich würd auf jeden Fall fertig machen, die vier Monate gehen auch noch rum, und sie sind im Vergleich zu einem ganzen Leben das man noch vor sich hat gar nichts. Ich persönlich würde wohl für die letzten Monate mit der Einstellung rangehen "Ich zieh's jetzt einfach durch, mach mir keinen unnötigen Stress mehr, wenn's schief geht bin ich frei und such mir was anderes, aber vielleicht klappt's ja auch und ich hab wenigstens das Zeugnis zum Vorzeigen." Verstehst Du was ich meine? Also wegen 4 Monaten würd ich nicht abbrechen, sondern es mit einer Egal-wie's-jetzt-ausgeht- Einstellung durchziehen und dann schauen wie's weiter geht.

Beitrag von „selma333“ vom 10. März 2010 20:47

Ach m-fab!

Das hört sich alles so logisch an. Wenn das mal so einfach wäre...Schonung kann ich nicht erwarten., eher immer ein: "Sie müsstest das doch schon wissen".

Es wäre alles so viel einfacher, wenn ich relaxter, unverkrampfter an die Sache herangehen würde und letztlich wahrscheinlich das gleiche Ergebnis erreichen würde (z.B. Stundenvorbereitung), aber ich kann nicht aus meiner eigenen Haut. Ich werde mich stressen, das weiß ich.



Im Moment bin ich krank geschrieben und mir gehts gar nicht gut.

Hab ja nur Angst, dass mir Privatschulen etc. im August sagen: Wären sie früher gekommen, hätten wir sie gebraucht, aber jetzt haben wir so viel Auswahl an fertigen Deutschlehrern mit 2. Examen, da können wir sie leider nicht nehmen.

Es ist noch so viel Arbeit (Hausarbeit, büffeln für die Prüfungen) in dieser kurzen Zeit und wenn dann alles für die Katz ist? LP war ne 4+5 und Beurteilung ist sicher nicht besser!!! Ist ja nicht wie beim Studium, dass am Ende nur Prüfungen anstehen... und die Chancen gehen doch gegen Null??!

Beitrag von „Xeones“ vom 10. März 2010 21:21

Darf ich dich fragen, wie es soweit gekommen ist? Die Probleme entstehen meist schon viel früher.. irgendwann häuft sich das halt so stark, dass man die Last nicht mehr tragen kann. Worauf ich hinaus will: Ist die aktuelle Situation letzten Endes auf dich zurück zu führen.. oder hat das "Umfeld" einfach nicht gepasst?

Ansonsten kann ich dir nur den Tipp geben: Zieh es durch. Mensch, du hast es soweit gebracht, und willst nun aufhören? Das erste Stex und die vielen Prüfungen davor hast du ja schließlich auch gepackt... warum also die große Sorge? Auch wenn die Chancen schlecht stehen, wer über 5 Jahre studiert hat, darf einfach nicht so aufgeben.

Glaube übrigens kaum, dass sich die Chancen aufgrund der vier Monate erheblich ändern werden. Deutschlehrer sind zur Zeit nicht wirklich Mangelware.. auf die neuen Absolventen wird es wohl nun kaum ankommen.

Beitrag von „gelöschter User“ vom 10. März 2010 21:46

Zitat

Original von selma333

Hab ja nur Angst, dass mir Privatschulen etc. im August sagen: Wären sie früher gekommen, hätten wir sie gebraucht, aber jetzt haben wir so viel Auswahl an fertigen Deutschlehrern mit 2. Examen, da können wir sie leider nicht nehmen.

Ich glaube auch nicht, dass das jetzt noch einen Unterschied macht. Die Privatschulen sind ja auch nicht doof und wissen sehr genau, dass im August genügend Deutschlehrer mit zum Teil recht gutem Examen auf der Straße stehen. Da werden sie nicht im April jemanden einstellen, der kein zweites Staatsexamen hat. Ich denke, du redest dir etwas ein, wenn du denkst, dass du jetzt wesentlich bessere Chancen auf dem Arbeitsmarkt hast als im August.

Zitat

Es sind nur noch 4 Monate, aber die sind gestopft mit Lehrprobe und Prüfungen, die sonst auf ein Jahr verteilt wären...

Vier Monate noch mit einer Lehrprobe und den Examensprüfungen. Das ist am Gymnasium der normale Verlauf und das ist absolut zu schaffen! Die Prüfungen sind nicht weiter wild, für die muss man zwar lernen aber es ist kein Vergleich zum ersten Staatsexamen. Die werden also kein allzu großer Stress. Die Lehrprobe ist sicher nochmal Psychoterror, aber auch nur eine Sache von zwei Wochen Vorbereitung und 45 Minuten halten.

Ich glaube also, dass es kein objektives Argument gibt, dass für einen sofortigen Abbruch spricht - sofern du es schaffst, dich emotional in den Griff zu bekommen. Vielleicht suchst du mal professionelle Hilfe in Form von Supervision etc.?

Beitrag von „selma333“ vom 10. März 2010 21:58

Danke Eliah- warum sagen sowas nicht auch meine Seminarlehrer???

Die fragen eher, wieso ich mir das antue und warum ich noch da bin...

Hab bis jetzt vermieden mir wirklich professionelle Hilfe zu holen, denn für ne angestrebte Verbeamtung (wenn auch die Chancen noch so verschwindend gering sind) kommt das glaub ich nicht so gut?! Wisst ihr da genaueres? Habe mir erst heut Adressen geben lassen und dies wäre mein nächster Schritt, denn ich MUSS was ändern!

Beitrag von „Moonaaa“ vom 10. März 2010 22:02

Hallo Selma,

das tut mir alles sehr Leid 😞 .

Ich würde auch sagen, dass du es trotz allem am besten noch versuchst. Dann kannst du dir später immer sagen "Ich habe alles gegeben" und sollte es dennoch nicht klappen, wirst du später nicht denken: "Ach, hätte ich doch..." Allein dafür lohnt es sich, denke ich.

Gibt es denn niemanden, der dir Mut macht? Keinen Fachleiter, niemand an der Schule?

Was ist denn dein zweites Fach? Vielleicht hast du in dem anderen Bereich nach dem zweiten S.E. eher eine Chance?

Wünsche dir alles Gute und gute Besserung!

Grüße,

Mona

edit: Auch auf die Gefahr hin, dass du evtl. später oder nicht verbeamtet wirst, würde ich die professionelle Hilfe in Anspruch nehmen. Schaffst du das zweite S.E. nicht, dann würdest du doch auch nicht verbeamtet. Ist eine Anstellung als Lehrer mit einer gesunden Seele nicht mehr wert als jede Verbeamtung? 😊

Beitrag von „gelöschter User“ vom 10. März 2010 22:27

Sicherlich heißt es oft, dass Therapien bei einer Verbeamtung Probleme bereiten können. Oft heißt es aber auch, dass das alles nicht so schlimm ist. Wer weiß das schon.

Ist in deinem Fall aber auch egal, den ich sehe das wie Mona-mit-den-vielen-Os-und-As:

Wenn du die Wahl hast zwischen Abbruch oder Weitermachen mit Therapie, dann stellt sich die Frage nach der Verbeamtung gar nicht. Und Supervision ist erstmal keine Psychotherapie, da gibt es ja auch Unterschiede.

Beitrag von „selma333“ vom 10. März 2010 22:44

Ich kenn Supervision eher im Kontext von Teamarbeit, mit Kollegen u.so... Möchte gern mit jemanden sprechen, der extern ist und somit Abstand und Distanz hat...

Danke an euch... ihr holt mich grad aus meinem Hamsterrad!

Beitrag von „gelöschter User“ vom 10. März 2010 22:56

Es gibt professionelle Supervisoren, die in Einzel- oder Gruppensitzungen aus der Distanz heraus helfen, ein eigenes Rollenverständnis aufzubauen und Konflikt- und Problemfelder zu benennen.

Eine Psychotherapie kann aber sicher auch sehr hilfreich sein, da musst du dich selbst einschätzen.

Wichtig ist nur, dass es jetzt schnell geht - auch ein Therapeut wird dich Ende Mai nicht mehr fürs zweite Staatsexamen aufbauen können. Wenn du jetzt gerade krankgeschrieben bist, würde ich morgen schon jemanden suchen und einen Termin noch für diese Woche (sofern möglich) ausmachen.

Beitrag von „Hawkeye“ vom 10. März 2010 23:03

Hi Selma,

zunächst: ja, das zweite Examen ist wohl notwendig - wobei eben, die Schnitte derjenigen, die ich an z.B. städtischen Schulen kenne, jenseits der 3,0 lagen zu einer Zeit, wo der Staat bei 2,0 aufhörte einzustellen. (für meinen Jahrgang sind das gesicherte Zahlen).

Zweitens: die Realschule ist derzeit noch die Schulart hier, die stabile Schülerzahlen zu verzeichnen hat und auf dem Land wird sich dies auch zunächst nicht ändern. Die nächsten zwei Jahre rechne ich weiterhin mit Einstellungen, durch Berentungen usw. und nicht nur ich rechne damit.

Drittens: angesichts der Reffi-Schwemme, die sich grad aufbaut, ist jetzt der richtige Zeitpunkt, um fertig zu werden.

Und noch was, weil ich selbst mit dem Ref endete in einer Zeit, wo es sehr knapp war...und weil ich in dieser Hinsicht kompromisslos bin: das Ding ist kein Wunschkonzert. Man kann so viel mit den Zähnen knirschen, wie man will, aber wenn eine Stelle da ist, dann sollte man - egal mit welchem Schnitt - annehmen und zufrieden sein, weil es eben da draußen genug Leute gibt, die sich diese Stelle wünschen. Versetzungsanträge kannst du immer noch stellen. Also konzentriere dich auf deine Noten etc. und finde dich damit ab, dass du zur Stelle gehen musst - nicht umgekehrt.

Professionelle Beratung kann auch nur über die Krankenkasse abgerechnet werden - wer sollte es dann noch erfahren?

Und die Frage, inwiefern du den Belastungen des Berufs gewachsen bist, musst du eben beantworten. Ich habe auch einen Referendaren mit erheblicher Prüfungsangst begleitet. Hätte ich nicht auch privat kennen gelernt, hätte ich ihm normale vom Beruf abgeraten, weil der bei absolut jeder Prüfung dermaßen unter Strom stand, dass ich nicht dachte, dass er einen normalen Schultag aushält. Und er hast gepackt und heute sehe ich ihn als Kollegen und denke, es war das Richtige für ihn.

Lange Rede kurzer Sinn: diese Entscheidung kann dir niemand abnehmen und prophetische Aussagen in Richtung Einstellungsschnitte beim Staat wird dir kein ehrlicher Mensch sicher geben können.

Grüße

H.

PS: Komischerweise gehe ich davon aus, dass du Realschullehramt machst - wieso eigentlich? Welches weitere Fach hast du denn? Und: welche Zusatzqualifikationen? IT? Schulspiel?

Beitrag von „Moonaaa“ vom 10. März 2010 23:06

Ich bin auch Eliahs Meinung.

Verlier keine Zeit, jeder Tag zählt. Die eventuelle "Nicht-Verbeamtung" ist das Letzte, um das du dich jetzt sorgen musst.

Die psychische und physische Gesundheit MUSS vorgehen!

Wie ich schon oben gefragt hatte, interessiert mich doch, ob wirklich NIEMAND an dich glaubt (Seminar, Schule... etc.)??? 😞 Das kann doch eigentlich nicht sein:(*seufz* ...

Beitrag von „selma333“ vom 10. März 2010 23:27

[Mooonaaa](#)

Mmmmh- bis jetzt haben meine Freunde mir geraten zu kämpfen. Jedoch habe ich mich angeblich in den letzten Jahren verändert und 2 Freundinnen von mir sagten nun, dass sie nicht mehr zuschauen können, wie ich leide...

Ansonsten sind dieses Mal die Seminarkollegen klasse! Schön mitzuerleben, dass es auch anders geht, als Zickenkrieg und Gruppenzwang!! Ich vermiss sie tatsächlich, jetzt wo ich hier kränklich rumhänge. Manche haben mich natürlich auch schon unterrichten sehen und die meisten meinen, ich soll weitermachen. Zumindest bekomme ich aufmunternde Worte...

Allerdings hat sich ja jetzt notentechnisch alles sehr verschlechtert und ich schäm mich auch ein wenig, so dass ich kein aktuelles Feedback eingeholt habe.

in meiner Fächerkombi ist offiziell 2010 Einstellungsstopp!, Schulspiel hab ich natürlich auch

Beitrag von „selma333“ vom 10. März 2010 23:29

Beide Seminarlehrer haben mir ziemlich schnell geraten nicht weiter zumachen und der Chef zuckte nur mit den Achseln, als ich ihn nach seiner Meinung fragte...

Bin halt immer obervervös wenn irgendjemand hinten drin sitzt 😞 -das war schon bei den Praktikas so und vor der LP eskalierts...

Beitrag von „gingergirl“ vom 11. März 2010 22:19

Ich habe es ja schon mal geschrieben - die wollen dich nicht durchfallen lassen und hätten es deswegen am liebsten, dieses Problem würde sich von selbst lösen lassen, d.h. du kündigst selbst.

Du schreibst, dass du gerne mit Schülern umgehst, aber nicht weißt, ob das Hamsterrad Schule was für dich ist. Wenn du nur im entferntesten daran denkst, im pädagogischen Bereich zu bleiben, dann mach fertig! Den Abschluss, so schlecht er auch sein mag, kann dir dann keiner mehr nehmen. So lange du noch nicht durchgefallen bist, gibt es noch die Chance auf Bestehen.

Ich kenne das mit dem Lampenfieber, wenn jemand in der Stunde ist, sehr gut. Ich war im Ref bei Besuch auch anfangs immer gehemmt, einfach nicht ich selbst und musste mir dann sonst was über meine "Lehrerpersönlichkeit" anhören. Mir hat geholfen, dass ich mir ganz viel Leute, die mich nicht beurteilt haben, ins Klassenzimmer geholt habe. So konnte ich allmählich besser mit Besuch umgehen. Hast du denn deine Lehrproben vorher bei deinen Mitrefis vorgespielt und anschließend durchgesprochen? Das würde ich bei der noch anstehenden auf jeden Fall noch machen! Scham und Verstecken ist genau der falsche Weg. Spiel die Stunden auch noch Oma/Tante/Nachbarin/Freunden/ wem auch immer vor. So wirst du ganz bestimmt lockerer.

Beitrag von „Mamimama“ vom 13. März 2010 19:28

Hallo Selma,

kann mich den Vorrednern nur anschließen. Mach weiter! Warum solltest du keine Chancen haben, wenn sogar Seiteneinsteiger Stellen bekommen. Vertretungsstellen gibt es sowieso immer. Versuch auf deine innere Stimme zu hören und lass dich nicht von anderen verunsichern. Therapie ist gut, aber eher langfristige Hilfe. Ich kann dir das Buch "Sei gut zu dir, wir brauchen dich" von Horst Conen empfehlen. Wenn du gerade krankgeschrieben bist, versuche es mit Entspannungstechniken, dann bekommst du Abstand.

Alles Gute Mamimama

Beitrag von „tigerente303“ vom 14. März 2010 09:16

Auch wenn ich mir jetzt Feinde mache, aber kann man jemandem wirklich mit gutem Gewissen raten diesen Stress weiter durchzuziehen? Das sind Anforderungen, die man so doch kaum aushalten kann ohne daran wirklich einen dauerhaften Schaden zu erhalten. Ist nicht vielleicht auch was dran an den Kritiken der anderen Lehrer? Soll sie in dieser Verfassung sich wirklich weiter den Löwen aussetzen und sich gewissermaßen irgendwie weiter demütigen lassen? Das ist der Job, den sie die nächsten 40 Jahre ausüben soll und das eigentlich auch gut und gerne. Wenn der alltägliche Unterricht auch nicht so zufriedenstellend läuft, sollte man sich vielleicht doch über die Eignung seine Gedanken machen. Sieht es im Lebenslauf nicht besser aus, selbst zu erkennen, dass es besser ist aufzuhören, als ein nicht bestanden bzw. nicht zugelassen?

Mal ganz ehrlich: Sie tut mir unendlich Leid, aber durchziehen kann sie das körperlich wohl sehr schwer und für ihre Zukunft ist das doch dann auch ein ganz schlechter Start. Der Lehrerberuf ist hart. Ständig kommen Eltern, die an einem rummeckern. Jeder weiß es besser. Da braucht man ein starkes Fell und ein gewisses Vertrauen in sich und seine Arbeit, sonst hat man es ganz

schwer. Woher soll sie das denn bekommen? Das bekommt man leider nicht über Nacht und selbst daran arbeiten, gelingt auch nur in winzigen Schritten.
Ich könnte mit dieser Vorgeschichte in keinem Kollegium ruhig anfangen. Sorry!

Beitrag von „Adios“ vom 14. März 2010 09:53

Zitat

Original von selma333

auf dem alternativen Arbeitsmarkt bewerben werden..(Privatschulen, Nachhilfe etc.)..
Somit hätte ich etwas Vorlauf, wenn ich es jetzt einsehe, dass es keinen Sinn hat. Ich schätz meine Chancen auf ein miserables Bestehen des 2.Stex auf 30/70.

LG (heul)

Das, glaube ich, ist ein großer Irrtum! Die wirklich guten "alternativen" Jobs werden sicher etwas länger mit der Einstellung warten, als eine "unqualifizierte" einzustellen - und das bist du zwangsläufig ohne Abschluss.

Wenn du wirklich den "alternativen" Arbeitsmarkt anstrebst - und die von dir genannten Beispiele sehe ich noch nicht als wirkliche Alternative, denn prinzipiell ist es das gleiche nur mit anderem Arbeitgeber - wird kein Weg an einem "echten" Abschluss vorbeiführen.

Selbst ein sehr schlechtes Bestehen wird dich somit also weiter bringen, als gar kein Abschluss.

Beitrag von „nofretete“ vom 14. März 2010 11:23

Ich sehe es wie Tigerente und frage dich Selma, meinst du wirklich diesen Beruf bis zur Rente/ Pension ausüben zu können?

Muss man nicht auch an die Schüler denken? Lehrer haben auch eine Verantwortung, da geht es nicht nur um die eigenen Bedürfnisse nach einem sicheren Job.

Ein Lehrer, der nichts hinbekommt, nichts vermitteln kann, unsicher ist, sich evtl. nicht durchsetzen kann ist für so viele Schüler verantwortlich, die vielleicht hinterher keinen vernünftigen Abschluss bekommen, da guter Unterricht nicht möglich war. Wir sollen doch

Kinder auf ihrem Lebensweg begleiten.

Es gibt doch so viele schlechte Lehrer, die man eigentlich nicht vor eine Klasse stellen kann, die scheitern, krank werden, da sie den Anforderungen nicht gewachsen sind und den Stress nicht aushalten.

Wir hatten so einen im Kollegium, es war chaotisch, er war oft krank und wurde versetzt, nun geht das gleiche Theater an der neuen Schule los.

Selma, ich würde versuchen den Abschluss zu machen und dann nicht mehr in der Schule zu arbeiten, evtl. kannst du bei einer Zeitung mit dem Abschluss ein Volontariat machen, im Schulbuchverlag arbeiten o.ä., aber eine Arbeit in der Kinder- oder Erwachsenenbildung ist wohl eher nicht das Richtige für dich.

Sorry, wenn dich so viele verschiedene Leute so beurteilen, dass dieser Beruf nichts für dich ist, dann muss man wohl die Dinge annehmen wie sie sind und nicht meinen, alle hätten sich gegen einen verschworen.

Dass es schwer fällt, dass nach jahrelangem Studium und 3 Jahren REf. einzusehen, verstehe ich.

Beitrag von „Nuki“ vom 14. März 2010 11:26

Ihr geht es doch nur darum das Ref fertig zu machen und dann in einen Alternativberuf zu gehen! Sie will doch gar nicht auf ewig in den Lehrerberuf.

Oder habe ich das falsch verstanden?

Es sieht immer besser aus etwas fertig zu machen anstatt es zu beenden. Ist so!

Beitrag von „nofretete“ vom 14. März 2010 13:08

Nein, sie möchte doch schon evtl. an eine Privatschule oder evtl. mal mit Glück verbeamtet werden (deswegen keine Therapie).

Natürlich ist es besser die Ausbildung zu beenden, habe ich ja auch geschrieben, aber dann sollte sie nicht in einer Schule weiterarbeiten.

Beitrag von „tigerente303“ vom 14. März 2010 13:35



😊 Nofretete, du sprichst mir aus der Seele!

Beitrag von „Meike.“ vom 14. März 2010 18:20

Ich seh's auch so- sich irgendwie und mit Ach und Krach in enen Beruf zu begeben, mit dem man bisher überhaupt keine guten Erfahrungen gemacht hat, ist verantwortunglos - nicht nur sich selbst gegenüber.

Beitrag von „selma333“ vom 15. März 2010 22:59

[quote]Original von nofretete

Ich sehe es wie Tigerente und frage dich Selma, meinst du wirklich diesen Beruf bis zur Rente/ Pension ausüben zu können?

Der Druck wird definitiv weniger als er im Ref ist, individuelleres Arbeiten mit eigener Schwerpunktsetzung wird möglich, so dass ich mir diesen Job sehr wohl vorstellen kann nach ein paar Jahren...

Muss man nicht auch an die Schüler denken? Lehrer haben auch eine Verantwortung, da geht es nicht nur um die eigenen Bedürfnisse nach einem sicheren Job. Ein Lehrer, der nichts hinbekommt, nichts vermitteln kann, unsicher ist, sich evtl. nicht durchsetzen kann ist für so viele Schüler verantwortlich, die vielleicht hinterher keinen vernünftigen Abschluss bekommen, da guter Unterricht nicht möglich war. Wir sollen doch Kinder auf ihrem Lebensweg begleiten.

Da hast du Recht und mir ist es ein Rätsel, dass so viele unfähige, z.T. Schüler misshandelnde Lehrer in diesem System gehalten werden!

zum krank werden:

Ich war in den letzten 2 Jahren nur 2 Tage krank und stressig sind definitiv nicht die Schüler für mich!

Selma, ich würde versuchen den Abschluss zu machen und dann nicht mehr in der Schule zu arbeiten, evtl. kannst du bei einer Zeitung mit dem Abschluss ein Volontariat machen, im Schulbuchverlag arbeiten o.ä....

Brauch ich wirklich das 2. Stex dafür??

Grundsätzlich finde ich tatsächlich unser Schulsystem grenzlastig. Ich hätte gern mehr Zeit für den einzelnen Schüler... die reine Wissenvermittlung mit Druck ist tatsächlich nicht wirklich wofür ich 100% stehe, deshalb würde ich tatsächlich lieber sozialpädagogisch oder in einem kleineren Rahmen arbeiten, wo man auf die einzelnen Bedürfnisse der Schüler und auf problematische Fälle wirklich pädagogisch eingehen kann...

Beitrag von „selma333“ vom 15. März 2010 23:12

Zitat

Original von Nuki

Ihr geht es doch nur darum das Ref fertig zu machen und dann in einen Alternativberuf zu gehen! Sie will doch gar nicht auf ewig in den Lehrerberuf.

Oder habe ich das falsch verstanden?

Es sieht immer besser aus etwas fertig zu machen anstatt es zu beenden. Ist so!

Mir wird éinfach nichts anderes übrig bleiben 😞

Natürlich hätte ich lieber die sichere Geschichte... aber grundsätzlich weiß ich, dass ich lieber mit Jugendlichen direkt arbeiten möchte und ich die Motivation wichtiger finde, als die pure Wissensvermittlung.

Aber was für Möglichkeiten gibt es, ohne noch ein Studium abschließen zu müssen und bringt das 2. Stex überhaupt was, wenn ich dies anstrebe? Ich hab bisher immer alles beendet und durchgezogen und eher zu lange in Arbeitsstellen verharrt, obwohl ich reif war zu gehen. Aber jetzt bin ich an dem Punkt, wo ich das Gefühl habe, dass es mich vielleicht doch kaputt macht...

So ein Burnout kommt halt leider plötzlich und unaufhaltsam 😞 Wie viel soll ich noch investieren, obwohl alles auf rot steht? Wozu braucht man das 2. Stex???

Beitrag von „selma333“ vom 15. März 2010 23:17

Zitat

Original von Mamimama

Hallo Selma,

kann mich den Vorrednern nur anschließen. Mach weiter! Warum solltest du keine Chancen haben, wenn sogar Seiteneinsteiger Stellen bekommen. Vertretungsstellen gibt es sowieso immer. Versuch auf deine innere Stimme zu hören und lass dich nicht von anderen verunsichern. Therapie ist gut, aber eher langfristige Hilfe. Ich kann dir das Buch "Sei gut zu dir, wir brauchen dich" von Horst Conen empfehlen. Wenn du gerade krankgeschrieben bist, versuche es mit Entspannungstechniken, dann bekommst du Abstand.

Alles Gute Mamimama

Danke Mamimama!

Leider trifft dieses Seiteneinsteigen im Moment nicht auf Deutschlehrer zu, sondern (zumindest in Bayern) auf Mathe- und Physikexperten...

Mir gehts tatsächlich nach einer Woche Ruhe schon viel besser, was allerdings meine Lage nicht wirklich verändert...

Werd mir auf jeden Fall das Buch besorgen und wenss zur Nachsorge ist!

Beitrag von „Nuki“ vom 16. März 2010 18:10

Wenn Du in den Schuldienst willst und Deine Art von Unterricht machen möchtest, dann musst Du nicht nur das Ref überstehen sondern auch noch eine Anstellung finden und zudem auch die sich anschließenden Besuche während der Probezeit gut machen.

Auch die können Stress sein.

Fakt ist aber, wenn Du in den Schuldienst willst, dann brauchst Du ein 2. Staatsexamen. Auch viele Privatschulen wollen das 2. Examen.

Letztendlich kannst nur Du entscheiden, wie weit es noch geht und Du es noch für Dich verantworten kannst. Dabei kann Dir wohl keiner helfen.

Wenn Du Dich gar nicht mit "allgemeiner" Wissensvermittlung anfreunden kannst, dann würde ich Dir doch vom Schuldienst abraten. Klar ist es toll, wenn man individuell helfen kann, aber das ist der kleiner Teil. Vieles muss eben doch gelehrt und gelernt werden.

Wichtig ist vielleicht auch zu wissen, dass die Schule immer ein System bleibt, d. h. auch wenn es kein Ausbilder und Mentoren gibt, so gibt es immer noch weiterhin Leute vor denen man sich rechtfertigen muss und die einen vielleicht auch nicht unbedingt verstehen (wollen). Und sei es nur Eltern.

Komplett leicht wird es nicht. Es wird immer ein Kompromiss zwischen Stress und Traum bleiben.

Beitrag von „Grisuline“ vom 16. März 2010 20:35

Hallo Selma,

letztlich kann Dir wohl keiner raten, was Du tun sollst - Banal gesagt ist ein Ende mit Schrecken manchmal besser als ein Schrecken ohne Ende...

Dieser Absatz hat mich zudem hellhörig gemacht:

Brauch ich wirklich das 2. Stex dafür??

Grundsätzlich finde ich tatsächlich unser Schulsystem grenzlastig. Ich hätte gern mehr Zeit für den einzelnen Schüler... die reine Wissenvermittlung mit Druck ist tatsächlich nicht wirklich wofür ich 100% stehe, deshalb würde ich tatsächlich lieber sozialpädagogisch oder in einem kleineren Rahmen arbeiten, wo man auf die einzelnen Bedürfnisse der Schüler und auf problematische Fälle wirklich pädagogisch eingehen kann...[/quote]

Das Schulsystem, wie es ist, hält eine Menge Doppelbindungen bereit und viele Widersprüche. Und das kapiert wohl jeder ziemlich schnell, würde ich behaupten. Die Strategien mit den "Fehlern im System", den widersprüchlichen Erwartungen umzugehen, sind allerdings sehr unterschiedlich.

Aus meiner Sicht braucht man in diesem Punkt auch ein dickes Fell und Grenzstabilität.

In deinen Zeilen lese ich hohe Erwartungen an die Einflussmöglichkeiten eines Lehrers auf den einzelnen Schüler, wenn man sich nur genügend zuwendet. Und vielleicht überschätzt du dabei den tatsächlichen Einfluss und auch die Rolle. Da liegt für mich in der Tat ein Keim zum Scheitern.

Vielleicht übertrage ich nur viel zu einfach meine eigenen anfänglichen Erwartungen und ersten Gehversuchen auf dich - Und doch. "Das System" mag schwierig sein, einem mitunter strukturell bedingte Steine in den Weg legen. Tatsächlich bin ich, was die pädagogische Arbeit in der 1:1-Situation mit Schülern angeht, viel eher dann gescheitert, wenn ich der großen (Helfer-)Geste, erlegen bin. Damit habe ich anfangs mehr aufgewühlt, als hilfreich war -

Ich lese bei dir den Wunsch heraus, zu helfen und Einfluss zu nehmen. Das scheint dir wichtiger als die Wissensvermittlung.

Es wäre schon eine Frage wert, wem du warum helfen willst. In asymmetrischen Beziehungen wie sie zwischen Schülern und Lehrern bestehen, kann man sich das gar nicht oft genug fragen. Denn es ist eine narzisstisch aufgeladene Situation, die gefährlich wird, wenn sich der

Lehrer (ausschließlich) in seiner Kompetenz vom Schüler spiegeln lässt, statt umgekehrt. "Pädagogischer Eros" ist eine heikle Angelegenheit, wie auch die Missbrauchsfälle derzeit drastisch vor Augen führen. Und mein Verdacht, ist, dass es die besten Absichten sind, die für diese Art des Missbrauchs, der viele Abstufungen hat, so blind machen.

Viele Grüße, Grisuline

Beitrag von „Dani86“ vom 18. März 2010 22:05

Zitat

Original von selma333

Grundsätzlich finde ich tatsächlich unser Schulsystem grenzlastig. Ich hätte gern mehr Zeit für den einzelnen Schüler... die reine Wissenvermittlung mit Druck ist tatsächlich nicht wirklich wofür ich 100% stehe, deshalb würde ich tatsächlich lieber sozialpädagogisch oder in einem kleineren Rahmen arbeiten, wo man auf die einzelnen Bedürfnisse der Schüler und auf problematische Fälle wirklich pädagogisch eingehen kann...

Wäre dann evtl. die Arbeit an einer Montessori-Schule eher was für dich???? Dann würd ich mich mal über ein Montessori - Diplom informieren.

Da herrscht weniger Druck und mehr individuelle Förderung.

Ansonsten: Mach dein 2. Staatsexamen fertig und schließ daran ein Aufbaustudium in Sozialpädagogik an.

Beitrag von „Bibo“ vom 19. März 2010 02:58

Zitat

Original von Dani86:

Ansonsten: Mach dein 2. Staatsexamen fertig und schließ daran ein Aufbaustudium in Sozialpädagogik an.

Wäre Sozialpädagogik nicht wieder ein komplettes Studium?

Beitrag von „Dani86“ vom 19. März 2010 15:57

Bibo:

Hab in einem anderen Forum gelesen, dass eine arbeitslose Lehrerin ein Aufbaustudium in Sozialpädagogik gemacht hat.

100% sicher bin ich aber nicht. Aber wenn man "Aufbaustudium Sozialpädagogik" googelt findet man ziemlich viele Treffer.

Hab jetzt aber auch nicht alle gelesen.

Beitrag von „marienkäfer39“ vom 31. März 2010 17:17

Kenne auch eine ehemalige Kollegin aus dem Referendariat, die nach dem 1. Jahr schon abgebrochen hat. Sie hat einige Scheine aus dem Studium anerkannt bekommen und hat noch das Studium "Sozialpädagogik" abgeschlossen (in NRW). Ist jetzt total zufrieden mit dem was sie macht, es ist genau ihre Welt 😊 Also drücke ich dir die Daumen, dass du dich entscheidest und nicht mehr quälst. Oder hast du dich in der Zwischenzeit schon entschieden??? Egal wie du dich entscheidest, liegt die Kunst wohl darin es dann auch so zu akzeptieren und dazu zu stehen... Es ist dann gut so, wie es ist! 😊 Alles Gute!

Beitrag von „Mohaira“ vom 1. April 2010 11:13

Ich bin mir jetzt nicht sicher, ob ich was überlesen habe, aber wenn ich es richtig verstanden habe, ist der Unterricht doch nur "nicht so gut", wenn jemand hinten drin sitzt, oder!?

Generell kann ich sagen, dass ich einen Schulwechsel hatte und weiß wie beschissen es einem gehen kann. Das ging bei mir bis hin zu Panikattacken und völligen Blockaden und in der Schule habe ich die Minuten gezählt, bis ich das Gebäude verlassen kann. Zum Glück ist diese Phase vorbei. Aber ich habe mir auch therapeutische Hilfe geholt und es ist nicht so, dass eine Verbeamtung dann direkt passé ist, weil es darauf ankommt, was die Diagnose ist. Ich habe mit

meinem Therapeuten drüber gesprochen und im Endeffekt spricht bei mir später nix gegen eine Verbeamtung. Also das sollte man einfach ansprechen und deswegen nicht nicht zum Therapeuten gehen.

Ansonsten würde ich auch versuchen durchzuziehen. Und für die Unterrichtsbesuchsstunden usw. würde ich evtl. mal rescue- Tropfen ausprobieren. Ich rate generell nicht dazu sich zu "dopen", aber die Tropfen sind pflanzlich und du bist einfach ruhiger, was sich natürlich positiv auf deine Stunden usw. auswirkt. Eine Kollegin von mir hatte eine Referendarin, die immer Panikattacken bekommen hat, wenn ein Fachleiter hinten drin saß. Sie hat am Ende des Refs eine super Prüfung abgelegt, weil sie einfach etwas ruhiger war.

tja und ansonsten kann ich dir nur empfehlen, dir Freiräume und Pausen zu schaffen, mach Sport und geh raus (mal spazieren oder so). Das hat bei mir damals auch einiges gebracht.

Hast du autogenes Training mal ausprobiert?

Des Weiteren kann ich dir nur den Tipp geben (und ich weiß, das hört sich jetzt fast wahnwitzig an, weil es echt nicht leicht ist), dass du wieder mehr an dich selbst glaubst und einige Aussagen von anderen einfach an dir abprallen lässt. Das, was mir damals alles vorgeworfen wurde, konnte ich zum Glück einfach weitestgehend ignorieren, weil mein Selbstbewusstsein unerschütterlich ist. Bei dir habe ich das Gefühl, dass du mittlerweile alles für bare Münze nimmst, was dir gesagt wird. Mach du dein Ding! Ich drücke dir die Daumen und bin gespannt, wie es bei dir weitergeht. 😊

Lieben Gruß Mo