

Versagensängste

Beitrag von „carla-emilia“ vom 17. Januar 2004 15:08

Hallo,

mich würde mal interessieren, wie ihr euch so im Allgemeinen fühlt. Ich bin jetzt seit August dabei (seit September an der Schule) und leide unter schlimmen Versagensängsten. Im Großen und Ganzen klappt es ganz gut, allerdings habe ich auch in vielen Bereichen noch Probleme und liefere daher auch mal Stundenentwürfe ab, die hinten und vorn nicht funktionieren. Gerade bei den Kleinen (5./6. Klasse) habe ich Schwierigkeiten, mich auf das Niveau der SuS herunterzuschrauben.

Gleichzeitig empfinde ich die Planung beispielsweise einer Englischstunde für das 6. Schuljahr als extrem schwierig, weil so vieles bedacht werden muss.

Das Schlimme ist, dass mir halt auch Vergleichsmaßstäbe fehlen (an meiner Schule gibt es nur noch einen Referendar mit ganz anderen Fächern) und dass meine Mentorin viel von mir verlangt.

Gerade hat sie mir zwei Stundenentwürfe total zerrissen und ich komme mir vor, als wäre ich der letzte Depp. Ich weiß ja nicht, wie die anderen von mir denken, aber ich selbst halte mich mittlerweile immer öfter für völlig unfähig. 

Durch den ganzen Stress kommt es dann hin und wieder mal vor, dass ich Fehler, die mir schon mal angekreidet worden sind, wiederhole und das macht sich natürlich auch "super".

Ich habe mittlerweile kaum noch Selbstbewusstsein (viel hatte ich eh noch nie) und auch wenn ich gelobt werde (wie gesagt, im Großen und Ganzen geht es), kann ich mich nur kurz darüber freuen, weil der nächste Tiefschlag nicht lange auf sich warten lässt.

Manchmal würde ich am liebsten alles hinschmeißen ... wenn ich zum Beispiel tagelang geplant und gemacht habe und dann nur Kritik ernte. Ich finde mich dann einfach nur blöd und unfähig und befürchte das Schlimmste für meine benoteten Lehrproben.

Wie ging und geht es euch denn so? Wie überzeugt seid ihr von euch?

Liebe Grüße,
Carla-Emilia

Beitrag von „sally50“ vom 17. Januar 2004 15:29

Ich glaube, dass jeder, der anfängt, Fehler macht. Das ist ganz normal. Ich habe zum Beispiel vor mehr als dreißig Jahren als Praktikantin in einem zweiten Schuljahr ohne Mentorin unterrichten müssen. Die Kinder waren total angepasst und brav. Ich wunderte mich nur, dass sie mich ständig etwas irritiert anschauten. Bis ich dahinter kam, dass sie meine Sprache überhaupt nicht verstanden. Ich hatte ihnen etwas vom Perfekt erzählt, was natürlich völlig unangemessen war. Ich denke eher, dass deine Mentorin zu viel von dir erwartet. Hilft sie dir nicht? Vielleicht solltest du deine Entwürfe mit ihr vorher durchsprechen.

Heidi

Beitrag von „carla-emilia“ vom 17. Januar 2004 15:39

Hallo Heidi,

vielen Dank für deine Antwort!

Zitat

Ich denke eher, dass deine Mentorin zu viel von dir erwartet. Hilft sie dir nicht? Vielleicht solltest du deine Entwürfe mit ihr vorher durchsprechen.

Wir besprechen die Entwürfe meist vorher - nur ist dann trotzdem noch einiges auszusetzen. Meine Mentorin hilft mir auch viel, nur weiß ich halt nicht, wieviel ich nach fünf Monaten Referendariat (aber wenig Erfahrung mit den "Kleinen") schon selbstständig können müsste.

Mit den Großen läuft es viel besser - da hat sie auch kaum etwas zu bemängeln.

Bei mir hakt es oft noch am Methodischen - wie führe ich etwas ein, wie erstelle ich dazu dann ein gutes Tafelbild, etc.

Liebe Grüße,
Carla-Emilia

Beitrag von „Referendarin“ vom 17. Januar 2004 15:42

Hallo Carla-Emilia,

wenn du erst seit August dabei bist, hast du doch noch mehr als ein Jahr Zeit, alles richtig zu lernen. Ich bin jetzt ein Jahr dabei und mir fällt es immer noch nicht leicht, Stunden und vor allem Reihen gut zu planen. Beim PEG wurde mir gesagt, ich solle nicht zu selbstkritisch sein, das sei nach einem Jahr durchaus normal. Vor allem haben wir die meisten Themengebiete im Seminar bis jetzt noch nicht besprochen, also kann ich noch nicht gar nicht richtig wissen, wie man eine Unterrichtsreihe bzw. Stunde z.B. zum Thema Aufsatzschreiben richtig plant.

Sei doch froh, wenn du nach einem Jahr eine Stunde halbwegs planen kannst.

Mir passiert es auch öfter, dass ich meine Klassen überfordere und kann erst jetzt, nach fast einem halben Jahr Bdu und nach einem Jahr Referendariat meine Klassen halbwegs gut einschätzen.

Klar haben wir weniger Erfahrung als unsere Ausbildungslehrer, die den Job teilweise seit 20 oder mehr Jahren machen.

Also lass den Kopf nicht hängen: Nach weniger als einem halben Jahr ist es mehr als normal, dass Stunden mal daneben gehen. Setz dich nicht so sehr unter Druck. Die Leute, die bei uns im September angefangen haben, machen momentan erst ihren ersten Unterrichtsbesuch, bei dem hauptsächlich darauf geschaut wird, ob man vor einer Klasse stehen kann und mit den Schülern umgehen kann.

Du bist doch keine Lernmaschine, die nach so kurzer Zeit alles schon perfekt können muss.

Auch wenn es leicht gesagt ist, versuche dir nicht ganz so viel Stress zu machen! Du bist doch erst am Anfang des Referendariats und da kann doch noch gar nicht alles perfekt sein.

Liebe Grüße,

Referendarin

Beitrag von „Malina“ vom 17. Januar 2004 15:46

Hallo,

mir geht es ganz ähnlich. Ich habe jedesmal totale Angst, dass eine Vorführstunde richtig in die Hose geht, was aber eigentlich noch nie pasiert ist. Ich laufe die ganze Zeit auf Hochtouren und kann mich überhaupt nicht mehr entspannen. Außerdem drohe ich bald in einem Blätterdschungel zu ersticken, da ich blöderweise nicht alles immer gleich abgeheftet habe.

Da ich jeden U.-Besuch immer supergut machen wollte/will, habe ich bis jetzt viel zu wenig Besuche gehabt, was natürlich wieder neuen Stress erzeugt.

Von meinen Mentoren habe ich null Unterstützung, denen ist es schon zu viel, wenn sie mal einen Entwurf von mir lesen sollen und dann finden sie ihn sowieso immer in Ordnung, sprich ich erhalte keine Verbesserungsvorschläge.

Tja, so sieht es derzeit bei mir aus 😊

Lieben Gruß, M.

Beitrag von „carla-emilia“ vom 17. Januar 2004 16:00

Hallo,

vielen Dank für deine aufmunternden Worte!

Zitat

wenn du erst seit August dabei bist, hast du doch noch mehr als ein Jahr Zeit, alles richtig zu lernen. Ich bin jetzt ein Jahr dabei und mir fällt es immer noch nicht leicht, Stunden und vor allem Reihen gut zu planen.

Bei uns dauert das Referendariat nur 18 Monate, d.h. in einem Jahr hatte ich meine Prüfungen bereits. Die Planung von Stunden und Reihen fällt mir im Prinzip auch nicht schwer (bei den Zehntklässlern habe ich bereits von September bis Dezember den Unterricht mit immer weniger werdender Hilfe von meiner Mentorin geplant und durchgeführt), sogar eine Arbeit habe ich schon selbst erstellt und korrigiert. Insofern bin ich im Bereich der "Großen" soweit ganz gut.

Nur die "Kleinen" liegen mir bisher noch nicht. Und da hängt es zum einen an bisher etwas mangelnder Betreuung, andererseits aber auch am chronischen Zeitmangel, da viel Gutes zustande zu bringen.

Liebe Grüße,
Carla-Emilia

Beitrag von „carla-emilia“ vom 17. Januar 2004 16:04

Hallo Malina,

Zitat

Ich laufe die ganze Zeit auf Hochtouren und kann mich überhaupt nicht mehr entspannen. Außerdem drohe ich bald in einem Blätterdschungel zu ersticken, da ich blöderweise nicht alles immer gleich abgeheftet habe.

Mir geht es ähnlich. 😊 Meine Wohnung sieht aus als hätte eine Bombe eingeschlagen - alles voller Papier, Ordner, etc.

Was ich bei uns gut finde, ist, dass wir unsere UBs und Lehrproben gezwungenermaßen innerhalb gewisser Zeiträume zu absolvieren haben (z.B. 17.-25. Ausbildungswoche: 2. unbenotete Lehrprobe) - von daher kann man schwer etwas lange vor sich herschieben.

Dein Problem mit mangelndem Interesse an Entwürfen kenne ich auch.

Liebe Grüße,
Carla-Emilia

Beitrag von „Malina“ vom 17. Januar 2004 16:15

Hallo Carla-Emilia,

tja, wahrscheinlich wäre es für mich auch besser gewesen, wenn wir uns unsere Termine für Besuche nicht selber legen dürften.

Ich mache in Niedersachsen Ref. und da dauert es auch nur 18 Monate und die Zeit rennt und rennt und ich weiß gar nicht mehr wo mir der Kopf steht bzw. wie ich meine ganzen Besuche, 2. Examensarbeit etc. alles noch in der verbleibenden Zeit bewältigen soll.

Ein bißchen tröstet es ja auch immer, wenn man merkt, dass es anderen auch ein ähnlich geht. Ich denke manchmal alle haben alles perfekt durchorganisiert, nur ich kriege es nicht so hin. Aber irgendwie müssen wir da ja durch, bin froh über jeden Besuch, den ich hinter mich gebracht habe und meinem Ziel als Lehrerin zu arbeiten näher bin.

Alles Gute und Grüße von Malina

Beitrag von „Meike.“ vom 17. Januar 2004 18:19

Liebe Leute!!

Macht mal langsam!

Was glaubt ihr denn, wieviele Stunden auch 3 Jahre nach dem Examen noch in die Hose gehen und wieviel Dinge ich manchmal nicht bedenke und die gehen dann auch prompt schön schief? Da lacht man drüber, sagt "sorry" zu den Schülern und fängt eben nochmal an.

Macht nix! Eine gute Stunde ist keinesfalls immer eine geleckte, perfekte, reibungslose - Pannen und Fehler passieren und werden es auch weiterhin. Wichtig sind, v.a. nach dem Ref. hauptsächlich ganz andere Dinge, eher grundsätzliche. Ob oder ob nicht mal die eine oder andere Phase nicht klappt, ist da gar nicht die Frage.

Vorführstunden sind eine Tortur und können einen richtig stressen, das stimmt schon- aber das sollte einen nicht in Versagenäste stürzen: eine verhunzte Stunde ist noch lang kein Versagen. Auch nicht zwei oder drei davon.

Ob oder ob ihr nicht in diesem Beruf bestehen könnt, lässt sich gerade eher aus dem nicht-vorgeführten Unterricht ableiten: macht es Spaß? Lernen die Schüler (im Großen und Ganzen!) was? Funktioniert die Chemie zwischen euch und den Schülern?

Ob es in einzelnen Klassen / Stufen da besser klappt als anderswo, sagt auch noch nichts: jeder Lehrer hat wohl seine Lieblingsstufen/schwerpunkte. In die nicht-so-beliebten (bei mir: 7te Klassen!!) kommt man eben auch irgendwann rein.

Nur nicht so schnell bange machen lassen. Die Routine kommt, die Selbstsicherheit kommt, man lernt doch ständig dazu. Auch später noch.

Ihr werdet das schon alles hinkriegen!! Die paar Monate sind wirklich zu früh um sich schon in ersnthafte Zweifel stürzen zu lassen, zumindest, wenn es auch genug Erfolgserlebnisse gibt (und damit meine ich NICHT bei den Vorführstunden, die sind eh nur Theater!).

Vertraut einfach ein wenig mehr auf die Zeit und versucht nicht alles gleich erreicht zu haben, woran man auch nach einigen Jahren noch am Lernen ist (uäh, was für ein Deutsch! sorry!)

Ich schicke euch eine paar Pfund Gottvertrauen und ein dickes "ihr sei gut!"

Gruß

Heike



Beitrag von „carla-emilia“ vom 17. Januar 2004 18:45

Hallo Heike,

danke, deine Worte haben mir sehr gut getan!

Zitat

Ob oder ob ihr nicht in diesem Beruf bestehen könnt, lässt sich gerade eher aus dem nicht-vorgeführten Unterricht ableiten: macht es Spaß? Lernen die Schüler (im Großen und Ganzen!) was? Funktioniert die Chemie zwischen euch und den Schülern?

Spaß macht es mir in den allermeisten Fällen sehr. Die Schüler akzeptieren und mögen mich und ich denke, sie lernen normalerweise auch etwas bei mir. So richtig eigenverantwortlich unterrichte ich zwar erst ab Februar - aber das wird schon klappen. Ich muss nur manchmal etwas mehr für Disziplin sorgen. Aber die Schüler freuen sich schon auf mich - und ich mich auf sie.

Eigentlich hab ich es auch sehr gut getroffen - meine Schule ist sehr nett, meine FL sehr fair und hilfsbereit und meine SL sind auch sehr verständnisvoll und nett.

Durchhalten, wir packen das schon! Und GOTTVERTRAUEN sollten wir wirklich haben!

Liebe Grüße,

Carla-Emilia

(der es schon besser geht)

Beitrag von „Maria Leticia“ vom 17. Januar 2004 19:19

Hallo ihr,

na dann will ich auch mal meine zwei cent dazugeben.

Bin seit November im Ref und habe ab ersten Februar eigenverantwortlichen Unterricht. Ich persönlich habe so den Eindruck, mich mitten in Absurdistan zu befinden. Jegliche Vorbereitung auf den eigenverantwortlichen Unterricht seitens des Seminars ist nichtexistent (wozu sollte man dabei beispielsweise eine auch noch so grundlegende Einführung in die juristische Seite der Notengebung gebrauchen können? Da machen wir doch lieber Veranstaltungen zum digitalen Videoschnitt). Ein paar Stunden habe ich gehalten, irgendeine Ahnung wie man Unterricht plant nicht. Anlässlich meiner Unterrichtsbesuche, die ja angeblich nur dazu da waren um zu beobachten, wie man sich vor der Klasse so präsentiert, wurde dann doch nur auf

die Methoden abgehoben, war ja auch konstruktiv, aber ich frage mich, warum sich die Ausbilder das antun. Auf die Frage ob man Phasen in meiner Unterrichtsgestaltung erkennen konnte, konnte ich nichts sagen worauf man mir allwissend beschied, dass sie zu erkennen waren.

Bin mal gespannt, wie es jetzt weitergeht. Es gibt ja nur zwei Möglichkeiten: 1. der eigenverantwortliche Unterricht läuft einigermassen, 2. der eigenverantwortliche Unterricht läuft gar nicht.

Grüße

ML

Beitrag von „Fossil“ vom 18. Januar 2004 00:04

Hallo,Leticchen,

jetzt reg dich doch nicht so auf! Dein (und mein) eigenverantwortlicher Unterricht wird schon laufen!

Und ein schönes Wochenende wünscht Dir
Dein Fossilchen (Die Hoffnung stirbt zuletzt!)

Beitrag von „Maria Leticia“ vom 18. Januar 2004 10:57

Doch ich rege mich auf, Fossilsche.

Und zwar darüber, daß ich persönlich zusätzlich Zeit und Mühe aufwenden muß um mir Dinge, die man eigentlich selbstverständlich wissen sollte (wie z.B. Notengebung etc.) anzueignen.

LG

ML

Beitrag von „carla-emilia“ vom 18. Januar 2004 11:00

Hallo ML,

Zitat

Doch ich rege mich auf, Fossilsche.

Und zwar darüber, daß ich persönlich zusätzlich Zeit und Mühe aufwenden muß um mir Dinge, die man eigentlich selbstverständlich wissen sollte (wie z.B. Notengebung etc.) anzueignen. ML

Habt ihr dazu keine Seminare bzw. Ausbildungsstunden mit eurem schulischen Ausbildungsleiter? Bei uns wird das jetzt gerade in den AL-Stunden durchgenommen und bald steht auch ein Seminar dazu an.

Liebe Grüße,
Carla-Emilia

Beitrag von „Maria Leticia“ vom 18. Januar 2004 11:36

Hi Carla-Emilia,

doch haben wir. Da habe ich meinen Informationsbedarf in dieser Richtung auch schon vor einiger Zeit angemeldet. Darauf hieß es lapidar "Diese Dinge können sie in Buch XY nachlesen, das Kollege Z ver wahrt". 😠

Ich glaube, ich sollte aufhören, mich zu ärgern. Dir alles Gute für den anstehenden eigenverantwortlichen Unterricht

Liebe Grüße
ML

Beitrag von „Fossil“ vom 18. Januar 2004 15:33

Hallo, MLchen,

Zitat

Ich glaube, ich sollte aufhören, mich zu ärgern.

Sage ich doch die ganze Zeit!

Habe meinen UB überstanden; war positives und negatives dabei, aber in manchen Sachen mache ich Fortschritte.

Ach und übrigens: Seit wann kann man denn die Dinge über Notengebung "selbverständlich wissen" ?? Ich habe noch nie einen gekannt, bei dem das so war.

Fossilsche



Beitrag von „Maria Leticia“ vom 18. Januar 2004 19:06

Hi,

Zitat

Habe meinen UB überstanden; war positives und negatives dabei, aber in manchen Sachen mache ich Fortschritte.]

Find ich gut, Glückwunsch.

Zitat

Ach und übrigens: Seit wann kann man denn die Dinge über Notengebung "selbverständlich wissen" ??]

Da habe ich mich vielleicht etwa unpräzise ausgedrückt. Naiv wie ich bin dachte ich nur, dass ich vor dem BdU, bei dem es mehr als genug zu lernen geben wird, lieber erst die "einfacheren" formaleren Dinge abhaken würde, um mich nicht mit allem gleichzeitig beschäftigen zu müssen.

LG

ML

Beitrag von „Fossil“ vom 18. Januar 2004 19:23

@ML,

Ja, es ist schon alles nicht so einfach, irgendwie tatsächlich alles ein komplexes Geschehen.....muß jetzt noch die 3.Stunde meiner Einheit für morgen auf die Reihe bringen...also, liebe ML, nicht den Mut verlieren, und Beharrlichkeit führt bekanntlich letztendlich zum Ziel....

Fossil 