

# Ich will Lehrerin werden, aber...

**Beitrag von „Klari2310“ vom 24. Juli 2021 22:53**

Hallo ihr Lieben,

vielleicht hatte jemand einen ähnlichen (gedanklichen) Werdegang wie ich und kann seine Erfahrungen mit mir teilen, Hoffnungen und mir sogar auf die Sprünge helfen.

Ich war im FSJ an einer Schule. Gleich am ersten Tag wurde ich in eine Klasse geschickt und habe dort beim Unterricht geholfen. Die Lehrerin hat gefragt ob ich aus einer Lehrer-Familie komme oder ob ich ein Natur-Talent bin.

Ich habe ab der zweiten Woche Ags geleitet, Förderstunden in Mathematik für die 5ten-10ten Klassen, Projekte organisiert, war auf jedem Klassenausflug, habe Elterngespräche geführt, Sporttage geleitet, Sitzpläne erstellt, weil die Kids zu viel geschnattert haben, war bei Konferenzen dabei. Manchmal war ich alleine in einer Klasse, weil Lehrermangel.

Man muss dazu sagen es war eine Problem-Sekundarschule mit viel Schulsozialarbeit, DaF usw. da über 85 Prozent nicht aus Deutschland kamen.

Falls jemand "Frau Freitag " kennt...ich hab erst gedacht, dass ist eine Interne "meiner" Schule.

Das mochte ich. Das war mal ganz schön zu sein, wie es ist, wenn nicht so ein Leistungsdruck herrscht.

Das hab ich alles für 357 Euro im Monat geleistet, weil ich das sehr gut kann und mag.

ABER: Ich war nach der Schule zu nichts mehr zu gebrauchen. Ich war noch sehr aufgedreht und im Stressmodus (kann das gar nicht richtig beschreiben). Kaum war der Tag vorüber, kam der nächste "Stress".

Vielleicht wars der Lärm, der fehlende Rückzugsort.

Ich hatte zugenommen, konnte nach der Schule nichts aktives mehr machen, ich war ständig krank, musste plötzlich weinen, meine Beziehung ging in die Brüche, ich war immer im Stressmodus, ich hatte Kopfschmerzen, war immer müde, konnte keine Musik hören, musste in Ruhe gelassen werden...

Erst als ich weniger im Unterricht war und mehr im Büro machte und dort den Unterricht vorbereitete (hatte 5 eigene Stunden, 2 Ags und 3 zur Aushilfe) wurde es besser. Mein Privatleben begrenzte sich aber nur darauf und auf Sport machen.

Ich hatte für mich beschlossen: Nein, das will ich nicht. Ich will in meinem Leben gesund bleiben. Ich will Energie für meine Partnerschaft haben, für Aktivitäten nach der Schule, für meine Freunde, mich und meine Familie.

Ich habe also angefangen reine Sportwissenschaft zu studieren. Das hat mir keinen Spaß gemacht. Ich habe es dieses Wintersemester nach 3 Semestern abgebrochen.

In meinem Kopf reimen sich bis heute ständig Unterrichtsstunden zusammen, wie man was kreativ gestalten könnte. Wie ich das machen würde. Mir fallen immer wieder neue Dinge ein.

Wenn man mich nicht zurückhält, bringe ich auf Sportplätzen Jugendlichen iwelches Sportzeug bei, oder helfe den Mädels aus dem Jugendclub, wo ich auch Sportkurse gebe, gleich noch mit den Hausaufgaben.

Ich bin manchmal noch dort an der Schule und helfe bei Projekten aus (wenn nicht gerade Corona ist). Aber auch da merke ich den Stress. Ich sehe aber auch, dass ich immer noch sehr gut darin bin.

Ich überlege doch Lehramt zu studieren. Leider ist das Lehramt nicht gerade als Studium oder als Beruf bekannt, wo man mal eben schnell woanders hinwechseln kann, falls der Körper nicht mitmacht.

Vielleicht auch ein Lehramt in Richtung Erwachsenenbildung, obwohl ich Jugendliche wesentlich mehr mag.

Kennt jemand von euch ähnliche Symptome und hat es hinbekommen trotzdem Lehrer oder Lehrerin zu sein?

Ich frage mich ob es die Überforderung vom FSJ war, oder ob mein Nervenkostüm empfindlicher ist, als ich dachte.

Viele sagen: Man gewöhnt sich dran. Du lernst das ja.

Vielleicht hat jemand von euch schon ein paar Strategien für sich entdeckt.

Ich will mir selbst nicht schaden. Das ist meine oberste Devise.

Viele Grüße

Klara

---

**Beitrag von „ARC7L“ vom 25. Juli 2021 10:30**

Vorweg: Ich bin noch im Studium, kann also nur meine Sicht und die mir zugetragenen Überlieferungen zum Besten geben. Aber vielleicht hilft es dir ja trotzdem.

Ob Lehrerin oder nicht, erstmal musst du dir deine Grenzen setzen können. Auch Lehrertum ist ein Job, für den du eine 4x Stunden-Woche bezahlst bekommst, mehr nicht. Du bekommst weder Nervengewand-Prämien, noch Gesundheits-Garantien vom Staat. Also musst du das sauber trennen: Schule und Freizeit. Wie du das konkret macht, wird in diversen psychologischen Abhandlungen und Workshops behandelt. Aber das "lernst" du nicht auf dem Weg zur Lehrerin, und eine "Gewöhnung" schindet deinen Körper zugrunde. Ich würde auch über einen "Stresskoffer" nachdenken, eine sehr umfangreiche Liste des möglichen Inhalts findet man [hier](#).

Dann kann man ein bisschen über die Fächer steuern, aber erhoff dir nicht zu viel. Du wirkst, als möchtest du gerne konkret eine Klasse leiten. Dazu wäre Mathe natürlich sehr gut geeignet. Vor allem Fächer, in denen du regelmäßig Tagesaktuelles aufgreifen könntest, sind wiederum suboptimal für dich. Ich will dir nichts vorschreiben, nur sieh es so: Du bist bereit (gewesen), für lächerliches Geld und unter Missachtung deines privaten Lebens Schule zu machen - nimm dir wenigstens die Freiheit, die zwei Fächer zu lernen, die dir am leichtesten fallen und über die Jahre am "wenigsten" Arbeit machen.

Zuletzt die Sorge um Ausstiegchancen: Das ist eine falsche Priorität, weil du selbst sagst "wenn der Körper nicht mitmacht". Wenn dein Körper nicht mehr mitmacht, ist die "Fachidiotie" deines Master of Education deine geringste Sorge. Es gibt reichlich Arbeitsplätze, die nicht von Fachwissen (auf Bachelor-Niveau und höher) leben. Da gibt es vielleicht nicht das große Geld, aber schon zuverlässig sein reicht aus, um gesucht zu werden. Darum mach dir also keine Sorgen.

Also: Zum Wintersemester kannst du auf keinen Fall mit dem Studium anfangen. Du musst jetzt erstmal lernen, deinen Stress zu bewältigen, deine Grenzen zu ziehen und deine Motivation und den Idealismus richtig zu portionieren. Ganz unabhängig von der Frage, ob es Lehramt werden soll.

---

### **Beitrag von „VWe“ vom 25. Juli 2021 10:38**

Und wie wäre es, wenn du in Richtung soziale Arbeit gehst?

---

### **Beitrag von „Piksieben“ vom 25. Juli 2021 17:18**

Was machst du denn im Moment? Willst du noch studieren? Wie hat dir das Studieren bisher gefallen? Und was sollte es denn überhaupt werden, Sport und -?

Irgendwie klingt das chaotisch und als seist du ernsthaft gefährdet, weil du keinen Stress vertragen kannst. Wie kann man denn so geschaffft sein von etwas, was man gut kann und gerne macht? In welcher Weise warst du im FSJ überfordert, wenn du alles im Griff hattest, so wie du es schilderst? Wie reagierst du erst, wenn etwas nicht so läuft, wie es soll?

Für etwas talentiert sein heißt doch eigentlich, dass es einem nicht schwer fällt, hm? Und trotzdem dann der Absturz, dieser ständige Stresszustand? Ich versuche es zu verstehen, fällt mir aber schwer. Ich glaube auch nicht, dass dir ein paar Tipps zur Stressbewältigung helfen. Ich denke, da solltest du dir professionelle Hilfe suchen. Ich glaube, dass da deine Selbstwahrnehmung nicht mit der Wahrnehmung anderer übereinstimmt. Was sagen denn andere zu dir? Raten sie dir, Lehramt zu studieren?

Ich schätze an Leuten, die anderen etwas beibringen, vor allem die innere Ruhe, die Geduld, die Zuversicht. Nicht die tausend kreativen Einfälle und das Sichnichtaufhaltenlassen. Du hältst dich für "sehr gut darin" - finden das die anderen auch? Von einem Nervenbündel möchte ich nicht unterrichtet werden. Du kommst aber so rüber, sorry. Das ist kein Ratschlag, etwas zu tun oder zu lassen. Ich kenne dich ja nicht. Nur meine Wahrnehmung.

---

## **Beitrag von „UrlaubVomUrlaub“ vom 25. Juli 2021 18:00**

M.E. Hast du dir zu viel zugemutet (alle Aufgaben übernehmen aber keine richtig angeleitet) und gleichzeitig neigst du dazu, deinen Selbstwert über den Erfolg im Beruf zu definieren und zwar vor allem im sozialen Bereich: "mögen die mich" "kann ich etwas im Verhalten der Kinder bewirken, ohne dass Schulleistung im Vordergrund steht", "sehen sie mich als Lehrerin" "lobt mich die Klassenlehrerin gleich am ersten Tag, weil ich alles super mache".

Natürlich kannst du Lehrerin werden. Aber du solltest lernen, dass es ein Beruf ist, bei dem man Kindern Mathe oder Sport beibringt. Ja, an schwierigen Schulen übernimmt man oft auch klassische Sozialarbeiteraufgaben, aber dann muss man auch da lernen, dass es Aufgaben sind, die man übernimmt, für die man bezahlt wird. Ob ein Kind von der Straße gerettet wird oder auch nicht, darf nicht deine Lebenszufriedenheit beeinflussen und zwar, weil du es nicht beeinflussen kannst. Das ist übrigens im Sozialarbeiterjob noch wesentlich stärker der Fall, also ob das eine ideale Alternative wäre, für jemanden der dermaßen zu Burnout und Helfersyndrom neigt, bezweifle ich.

Das ist alles leicht gesagt aber schwer gefühlt. Daher finde ich die Idee einer professionellen Beratung nicht verkehrt. Man kann schon einiges lernen, auch als Erwachsener noch, aber man

muss sich auf den Weg begeben. Die Ursache für das eigene Erleben und Verhalten ist ja meist etwas unbewusste und verfestigter als uns lieb ist und genauso lang dauert es, da an sich Fortschritte zu erarbeiten und zu erleben.

---

### **Beitrag von „Bolzbold“ vom 25. Juli 2021 18:06**

Spontan würde ich sagen, dass Du im FSJ viel zu früh viel zu viel Verantwortung übernehmen durftest. Als FSJlerin warst Du ja vermutlich gerade einmal 20 Jahre oder so alt. Ich würde also nicht per se die Möglichkeit ausschließen, dass Du damals für diese Belastung noch zu jung warst.

Gleichwohl hast Du ja für Dich Möglichkeiten gefunden, dem Stress ein bisschen zu entgehen.

Einen unbestreitbaren Vorteil hatte Dein FSJ jedoch. Du hast im Grunde "alles mitgenommen" an Möglichkeiten (Freude, Erfüllung) und Risiken (beginnender Burnout, Stress bis ins Privatleben hinein), die der Beruf als Lehrkraft so mit sich bringt. Viele Lehrkräfte machen diese Erfahrungen erst, wenn sie im Referendariat sind, andere nach Antreten der vollen Stelle.

Vor diesem Hintergrund und Deiner Reflexionsfähigkeit hast Du im Grunde ein paar "Trümpfe", die Dir auf einem potenziellen Weg ins Lehramt hilfreich sein können und werden.

Nebenbei: Ich habe mich bis ich 25 Jahre alt war immer mit dem Gedanken geplagt, doch noch Musik zu studieren. Damals war ich im Hauptstudium mit meinen beiden anderen Fächern und verspürte eine tiefe Unzufriedenheit. Es war nicht klar, ob ich das alles schaffe, ob ich die Aufnahmeprüfung schaffe etc. etc. Aber ich habe diesem unbedingten Wunsch nicht entsagen können (und wollen). Heute bin ich unter anderem auch Musiklehrer und habe viele tolle Erfahrungen im musikalischen Bereich machen dürfen. Deine Gedanken um Stundenvorbereitungen etc. klingen ein wenig nach diesem Wunsch - in Deinem Fall eben Lehrerin zu werden.

### ***Mach es.***

Falls der Körper nicht mehr mitmacht gibt es Alternativen. Eine davon mache ich gerade, wobei ich wieder in den Schuldienst zurück möchte. Es gibt aber auch Wege aus dem aktiven Frontdienst heraus in die Schulverwaltung.

---

### **Beitrag von „Klari2310“ vom 25. Juli 2021 18:11**

### [Zitat von ARC7L](#)

Vorweg: Ich bin noch im Studium, kann also nur meine Sicht und die mir zugetragenen Überlieferungen zum Besten geben. Aber vielleicht hilft es dir ja trotzdem.

Ob Lehrerin oder nicht, erstmal musst du dir deine Grenzen setzen können. Auch Lehrertum ist ein Job, für den du eine 4x Stunden-Woche bezahlst bekommst, mehr nicht. Du bekommst weder Nervengewand-Prämien, noch Gesundheits-Garantien vom Staat. Also musst du das sauber trennen: Schule und Freizeit. Wie du das konkret macht, wird in diversen psychologischen Abhandlungen und Workshops behandelt. Aber das "lernst" du nicht auf dem Weg zur Lehrerin, und eine "Gewöhnung" schindet deinen Körper zugrunde. Ich würde auch über einen "Stresskoffer" nachdenken, eine sehr umfangreiche Liste des möglichen Inhalts findet man [hier](#).

Dann kann man ein bisschen über die Fächer steuern, aber erhoff dir nicht zu viel. Du wirkst, als möchtest du gerne konkret eine Klasse leiten. Dazu wäre Mathe natürlich sehr gut geeignet. Vor allem Fächer, in denen du regelmäßig Tagesaktuelles aufgreifen könntest, sind wiederum suboptimal für dich. Ich will dir nichts vorschreiben, nur sieh es so: Du bist bereit (gewesen), für lächerliches Geld und unter Missachtung deines privaten Lebens Schule zu machen - nimm dir wenigstens die Freiheit, die zwei Fächer zu lernen, die dir am leichtesten fallen und über die Jahre am "wenigsten" Arbeit machen.

Zuletzt die Sorge um Ausstiegchancen: Das ist eine falsche Priorität, weil du selbst sagst "wenn der Körper nicht mitmacht". Wenn dein Körper nicht mehr mitmacht, ist die "Fachidiotie" deines Master of Education deine geringste Sorge. Es gibt reichlich Arbeitsplätze, die nicht von Fachwissen (auf Bachelor-Niveau und höher) leben. Da gibt es vielleicht nicht das große Geld, aber schon zuverlässig sein reicht aus, um gesucht zu werden. Darum mach dir also keine Sorgen.

Also: Zum Wintersemester kannst du auf keinen Fall mit dem Studium anfangen. Du musst jetzt erstmal lernen, deinen Stress zu bewältigen, deine Grenzen zu ziehen und deine Motivation und den Idealismus richtig zu portionieren. Ganz unabhängig von der Frage, ob es Lehramt werden soll.

Hallo!

Ich danke dir für die tolle Antwort. Ich habs leider nicht genug getrennt und keine Grenzen gesetzt. Da hast du Recht.

---

**Beitrag von „Klari2310“ vom 25. Juli 2021 18:19**

### Zitat von Piksieben

Was machst du denn im Moment? Willst du noch studieren? Wie hat dir das Studieren bisher gefallen? Und was sollte es denn überhaupt werden, Sport und -?

Irgendwie klingt das chaotisch und als seist du ernsthaft gefährdet, weil du keinen Stress vertragen kannst. Wie kann man denn so geschafft sein von etwas, was man gut kann und gerne macht? In welcher Weise warst du im FSJ überfordert, wenn du alles im Griff hattest, so wie du es schilderst? Wie reagierst du erst, wenn etwas nicht so läuft, wie es soll?

Für etwas talentiert sein heißt doch eigentlich, dass es einem nicht schwer fällt, hm? Und trotzdem dann der Absturz, dieser ständige Stresszustand? Ich versuche es zu verstehen, fällt mir aber schwer. Ich glaube auch nicht, dass dir ein paar Tipps zur Stressbewältigung helfen. Ich denke, da solltest du dir professionelle Hilfe suchen. Ich glaube, dass da deine Selbstwahrnehmung nicht mit der Wahrnehmung anderer übereinstimmt. Was sagen denn andere zu dir? Raten sie dir, Lehramt zu studieren?

Ich schätze an Leuten, die anderen etwas beibringen, vor allem die innere Ruhe, die Geduld, die Zuversicht. Nicht die tausend kreativen Einfälle und das Sichnichtaufhaltenlassen. Du hältst dich für "sehr gut darin" - finden das die anderen auch? Von einem Nervenbündel möchte ich nicht unterrichtet werden. Du kommst aber so rüber, sorry. Das ist kein Ratschlag, etwas zu tun oder zu lassen. Ich kenne dich ja nicht. Nur meine Wahrnehmung.

Hallo Piksieben,

ich glaube ich hab durch meinen etwas aufgewühlten Beitrag mich etwas falsch rübergebracht. Ich kann mich sehr gut selbst reflektieren.

Ich bin mit Kindern sehr ruhig und gelassen. Ich sitze gern mal in Ruhe am Pc oder am Schreibtisch und bereite in aller Ruhe, durch Literaturrecherche Unterricht vor. Das ist genau mein Ding. Ich halte gern meinen Unterricht, auch mal in Stillarbeit, frontal usw. und nicht immer Animateurs-Refarendars-mäßig (Ich war in Lehrproben dabei)

Mir ist die Beziehungsebene zu den Kids wichtig, weil es mir so auch Spaß macht.

Ich bin gut darin und das weiß ich. Das Problem ist dann zu Hause.

In der Schule läuft's wie am Schnürchen. Und zu Hause holt mich der Stress mit einer Wucht ein, die ich selbst nicht verstehe.

Das Problem ist an dem Punkt.

## Beitrag von „Klari2310“ vom 25. Juli 2021 18:29

### Zitat von samu

M.E. Hast du dir zu viel zugemutet (alle Aufgaben übernehmen aber keine richtig angeleitet) und gleichzeitig neigst du dazu, deinen Selbstwert über den Erfolg im Beruf zu definieren und zwar vor allem im sozialen Bereich: "mögen die mich" "kann ich etwas im Verhalten der Kinder bewirken, ohne dass Schulleistung im Vordergrund steht", "sehen sie mich als Lehrerin" "lobt mich die Klassenlehrerin gleich am ersten Tag, weil ich alles super mache".

Natürlich kannst du Lehrerin werden. Aber du solltest lernen, dass es ein Beruf ist, bei dem man Kindern Mathe oder Sport beibringt. Ja, an schwierigen Schulen übernimmt man oft auch klassische Sozialarbeiteraufgaben, aber dann muss man auch da lernen, dass es Aufgaben sind, die man übernimmt, für die man bezahlt wird. Ob ein Kind von der Straße gerettet wird oder auch nicht, darf nicht deine Lebenszufriedenheit beeinflussen und zwar, weil du es nicht beeinflussen kannst. Das ist übrigens im Sozialarbeiterjob noch wesentlich stärker der Fall, also ob das eine ideale Alternative wäre, für jemanden der dermaßen zu Burnout und Helfersyndrom neigt, bezweifle ich.

Das ist alles leicht gesagt aber schwer gefühlt. Daher finde ich die Idee einer professionellen Beratung nicht verkehrt. Man kann schon einiges lernen, auch als Erwachsener noch, aber man muss sich auf den Weg begeben. Die Ursache für das eigene Erleben und Verhalten ist ja meist etwas unbewusste und verfestigter als uns lieb ist und genauso lang dauert es, da an sich Fortschritte zu erarbeiten und zu erleben.

Hallo samu,

das sind auch wichtige Punkte, die du ansprichst. Ich dachte ich kann das alles stemmen, aber konnte ich nicht.

Ich definiere meinen Selbstwert leider wirklich zu sehr über den Beruf. Oder wenn mir mal ne Stunde gelingt oder ich gelobt werde. Oder ich Lernerfolge sehe. Das ist Mist, da hast du Recht.

Mein Ziel ist es, Kindern das Fach näher zu bringen und auch dafür zu sorgen, dass sie einigermaßen gern zur Schule gehen. Also auch Spaß am Lernen haben und sich nicht entmutigen lassen, wenns mal nicht klappt. Ihnen ne Zukunft zu bieten.

Das klingt sehr idealistisch. Aber ich werde keinesfalls wegen des Beamtentums Lehrerin oder wegen der Sommerferien. Auch nicht aufgrund der Fächer.

Ich mag Jugendliche und Pubertierende einfach mehr als "Arbeitsumfeld", als Erwachsene.



## Beitrag von „Klari2310“ vom 25. Juli 2021 19:29

### Zitat von Bolzbold

Spontan würde ich sagen, dass Du im FSJ viel zu früh viel zu viel Verantwortung übernehmen durftest. Als FSJlerin warst Du ja vermutlich gerade einmal 20 Jahre oder so alt. Ich würde also nicht per se die Möglichkeit ausschließen, dass Du damals für diese Belastung noch zu jung warst.

Gleichwohl hast Du ja für Dich Möglichkeiten gefunden, dem Stress ein bisschen zu entgehen.

Einen unbestreitbaren Vorteil hatte Dein FSJ jedoch. Du hast im Grunde "alles mitgenommen" an Möglichkeiten (Freude, Erfüllung) und Risiken (beginnender Burnout, Stress bis ins Privatleben hinein), die der Beruf als Lehrkraft so mit sich bringt. Viele Lehrkräfte machen diese Erfahrungen erst, wenn sie im Referendariat sind, andere nach Antreten der vollen Stelle.

Vor diesem Hintergrund und Deiner Reflexionsfähigkeit hast Du im Grunde ein paar "Trümpfe", die Dir auf einem potenziellen Weg ins Lehramt hilfreich sein können und werden.

Nebenbei: Ich habe mich bis ich 25 Jahre alt war immer mit dem Gedanken geplagt, doch noch Musik zu studieren. Damals war ich im Hauptstudium mit meinen beiden anderen Fächern und verspürte eine tiefe Unzufriedenheit. Es war nicht klar, ob ich das alles schaffe, ob ich die Aufnahmeprüfung schaffe etc. etc. Aber ich habe diesem unbedingten Wunsch nicht entsagen können (und wollen). Heute bin ich unter anderem auch Musiklehrer und habe viele tolle Erfahrungen im musikalischen Bereich machen dürfen. Deine Gedanken um Stundenvorbereitungen etc. klingen ein wenig nach diesem Wunsch - in Deinem Fall eben Lehrerin zu werden.

### ***Mach es.***

Falls der Körper nicht mehr mitmacht gibt es Alternativen. Eine davon mache ich gerade, wobei ich wieder in den Schuldienst zurück möchte. Es gibt aber auch Wege aus dem aktiven Frontdienst heraus in die Schulverwaltung.

Alles anzeigen

Ich wollte davor immer Sporttherapeutin und Trainerin werden. Hab dann auch kurzzeitig in Richtung Physiotherapie gedacht, aber ich bin nicht fürs Krankenhaus gemacht.

Jedenfalls hab ich jetzt nen dualen Studienplatz für ein Fitnessstudio in Gesundheitsökonomie sicher. Das macht bestimmt auch Spaß. Allerdings muss ich da jedes zweite Wochenende in Vorlesungen und abends die Skripte durcharbeiten. An sich ganz gut, weils Struktur gibt.

Ich vermisse einfach die Lehrerrolle. Ich bin darin super gern. Aber ich hab einfach Angst, dass ichs vermassle. Aufgrund meiner Psyche, die noch nicht ganz stabil ist.

Die Fächer sind für mich zweitrangig (Sport, Mathe und iwann als Drittfach Bio) , ebenso iwelche Ferien und Beamtentum. Ich unterrichte einfach sehr sehr gern, bin gern mit den Kindern zusammen und habe Freude daran sie aufwachsen zu sehen.

Ich weiß, dass das Studium leider nicht das beinhaltet, sondern eher theoretisch rangeht (Studium halt), aber dafür hab ich zumindest nicht das Gefühl iwann den Praxisschock zu erleiden.

Meine Sorge sind einfach die Stresssymptome, die mich so eingeholt haben. Ich weiß bisher immer noch nicht, ob es am Umfeld Schule lag (Lärm, keine Pausen) oder eben an dieser FSJ-Überlastung.

Da horch ich mal tiefer in mich rein

---

### **Beitrag von „UrlaubVomUrlaub“ vom 25. Juli 2021 19:48**

#### [Zitat von Klari2310](#)

Jedenfalls hab ich jetzt nen dualen Studienplatz für ein Fitnessstudio in Gesundheitsökonomie sicher.

Klingt super, finde ich. Erstens unterrichtest du in diesem Beruf auch und zweitens kannst du sicher auch in Projekten arbeiten, an denen Kinder teilnehmen. Bewegung und Ernährung sind wesentliche Grundlagen für lebenslange Gesundheit. In dem Bereich erreichst du nachhaltig vielleicht mehr als so mancher Lehrer in der Schule... Und du hast Gruppen, die teilnehmen *wollen*, das kann durchaus Stress nehmen.

---

### **Beitrag von „Palim“ vom 25. Juli 2021 19:51**

#### [Zitat von Klari2310](#)

Hab dann auch kurzzeitig in Richtung Physiotherapie gedacht, aber ich bin nicht fürs Krankenhaus gemacht.

Wobei es da neben dem KKH auch Alternativen gibt.

Vielleicht hast du später mit der anderen Ausbildung auch die Möglichkeit, zweigleisig zu fahren und nur einen Teil der Arbeitszeit in einer Schule zu sein, den anderen Teil aber etwas anderes zu machen.

---

### **Beitrag von „Klari2310“ vom 26. August 2021 12:15**

Hallo ihr Lieben!

Ich habe mich für eine Ausbildung entschieden, danach kann ich ja immer noch studieren.

Frage: Ist das sehr schlimm, wenn man beim Berufseinstieg, dann erst 33 ist. Also jetzt mir Ref draufgerechnet? ☐☐

---

### **Beitrag von „Lehrerin2007“ vom 26. August 2021 12:20**

#### [Zitat von Klari2310](#)

Frage: Ist das sehr schlimm, wenn man beim Berufseinstieg, dann erst 33 ist. Also jetzt mir Ref

Nö, „schlimm“ bestimmt nicht. Man ist außerdem immer so alt wie man sich fühlt ☐☐

---

### **Beitrag von „UrlaubVomUrlaub“ vom 26. August 2021 13:02**

Natürlich ist es nicht schlimm, mit Mitte 30 noch zu studieren. Im Gegenteil, du hast dann Lebenserfahrung und auch dich selbst besser kennengelernt. Viel Erfolg!

---

### **Beitrag von „Klari2310“ vom 26. August 2021 14:00**

Mir geht es darum, dass ich bis dahin noch kaum Geld verdient habe und auch keine Familienplanung ect.

---

### **Beitrag von „Frechdachs“ vom 26. August 2021 14:40**

Kinder kannst du trotzdem bekommen. Ich habe auch mit Kindern studiert und das Ref gemacht. Ist nicht immer einfach, aber kein Hindernis.

---

### **Beitrag von „Friesin“ vom 26. August 2021 15:36**

#### [Zitat von Klari2310](#)

Mir geht es darum, dass ich bis dahin noch kaum Geld verdient habe und auch keine Familienplanung ect.

Die Entscheidung kann dir eh niemand abnehmen.

So, wie es für dich passt, so entscheidest du.

Wie andere das finden, betrifft ja dich nicht.

Immerhin gibt es unter Lehrern unendlich viele Wege, die zum Lehramt geführt haben. Jeder ist für sich und für **die** Person in **der** Situation richtig.

Go your own way!

---

## Beitrag von „s3g4“ vom 26. August 2021 16:18

[Zitat von Klari2310](#)

Frage: Ist das sehr schlimm, wenn man beim Berufseinstieg, dann erst 33 ist. Also jetzt mir Ref draufgerechnet? ☐☐

Ich war 34, hat sich nicht schlimm angefühlt und es hat sich auch niemand dran gestört.

---

## Beitrag von „Meer“ vom 26. August 2021 17:04

Ich hab aus unterschiedlichen Gründen wie viele Jobs, Krankheit etc. relativ lange für mein Studium gebracht. Habe erst mit fast 28 angefangen zu arbeiten und dann mit Mitte 30 den Schritt an die Schule gewagt. Ich fand und finde mich nicht zu alt. Ich merke eher, dass in manchen Dingen auch im Ref Lebens- und Berufserfahrungen durch aus hilfreich sein können;)

Und gerade am BK hat man auch mal ältere SuS sitzen. Da ist das manchmal auch ganz angenehm nicht unbedingt jünger zu sein als die Schüler vor einem

---

## Beitrag von „Palim“ vom 26. August 2021 20:19

4 unserer 5 neuen Kolleginnen haben vorab eine Ausbildung gemacht.

Man darf dann ja trotzdem noch lange Lehrkraft sein.

---

## Beitrag von „Miss Miller“ vom 26. August 2021 21:17

Hallo Klara,

Ich schreibe dir mal eine Pn

---

## Beitrag von „Kiggie“ vom 27. August 2021 08:02

### Zitat von Meer

Ich merke eher, dass in manchen Dingen auch im Ref Lebens- und Berufserfahrungen durch aus hilfreich sein können;)

Also mit Mitte 20 hätte ich (!) das Ref bestimmt nicht so gut weggesteckt, gerade am BK mit dem teilweise älteren Schülerklientel.

Ich bin nun 33 (war mit 30 mit dem Ref fertig) und wenn ich daran denke, dass ich noch mindestens 34 Jahre arbeiten muss, reicht mir das völlig.

---

## Beitrag von „UrlaubVomUrlaub“ vom 27. August 2021 09:10

Ich habe FSJ gemacht und dann gleich studiert, bin also schon hübsch lang Lehrerin. Inzwischen habe ich mir so manches Mal überlegt, wie ich dem entfliehen kann. Weiterbildung? Uni? Was anderes studieren? Ausbildung machen? Ich beneide meine Kolleginnen nicht, die mit 64 ihren 30. Durchlauf zum Schulabschluss führen. Es reicht nämlich irgendwann, den immergleichen Käse zu erzählen, die immergleichen Eltern zu fragen, ob es ihnen egal ist, dass ihr Kind auf dem besten Weg ist, den sozialen Abstieg zu beginnen. Ich versuche, den Moment zu genießen, mit dem was ich tue, weil jetzt ist jetzt und morgen ist morgen. Das empfehle ich dir auch, wozu potentiell verpasste Chancen beweinen? Du könntest dich auch fragen, ob du nicht lieber Kfz-Mechanikerin oder Außenministerin werden solltest. Es gibt Millionen Wege, sein Leben zu gestalten, der des Lehrers ist nicht der Beste, sondern halt einer davon.

---

## Beitrag von „Klari2310“ vom 27. August 2021 10:10

Liebe @samu,

das klingt sehr deprimiert. Kommt ein Schul-oder Schulformwechsel nicht in Frage oder ein Weiterbildungsinstitut oder eine Coaching-Ausbildung, Ernährungsberatung, Trainerausbildung...usw.?

Natürlich frage ich mich immer: Was wäre wenn...und du dich ja auch.

Aber ich glaube das Gras ist auf der anderen Seite ist immer grüner.

Ich wollte z.B immer iwie in einer Reha-Klinik arbeiten, schön im Grünen und alles schön...tja Pustekuchen. Es war sehr langweilig und anstrengend und ich war froh, wenn ich genug Energie hatte um nach Hause zu radeln.

Ähnliches hatte ich beim Kellnern, beim Arbeiten im Logistik-Lager...

Die Mutter meines Kumpels arbeitet im Sommer immer in einem Fahrradladen für ein paar Stunden. Vielleicht ist das auch was für dich.

Ich bin jung und stelle mir Fragen, das ist doch in Ordnung. Manchmal hat man auch mal nen Denkfehler drin.

Liebe Grüße

Klari

---

### **Beitrag von „Friesin“ vom 27. August 2021 10:21**

Klari, von außen mögen alle Berufe romantisch, abenteuerlich, glamurös, spannend wasauchimmer aussehen.

Von nahem betrachtet haben ALLE, aber wirklich ALLE, etwas Negatives, Langweiliges, Routiniertes, Unspektakuläres.

Und weißt du was? Das ist auch gut so! Weil nichts und niemand 100%ig sein kann.

Mach jetzt das, was für dich JETZT Passend ist, woit du dir auch die nächsten 10-20 Jahre vorstellen kannst klarzukommen.

Auch ein Beruf ist keine unwiderrufliche Entscheidung, und denke nicht von vornherein, man könnte "immer noch was Besseres verpassen".

Fragen stellen, ist völlig in Ordnung. Nur wird es nicht die berühmte Eilerlegendewollmilchsau geben.

Erfahrungen kann nur jeder selbst machen. Was für mich super ist (mein Beruf), wäre für Andere der Horror. Und umgekehrt. So what.

Mach es dir nicht ZU schwer 😊😊

---

## Beitrag von „UrlaubVomUrlaub“ vom 27. August 2021 10:46

[Zitat von Klari2310](#)

Ich bin jung und stelle mir Fragen, das ist doch in Ordnung.

Klar und ich antworte, aus meiner Perspektive. Du kannst natürlich auch Lehramt studieren, ich will es dir nicht ausreden 😊

---

## Beitrag von „CDL“ vom 27. August 2021 14:05

[Zitat von Klari2310](#)

(...)

Ich wollte z.B immer iwie in einer Reha-Klinik arbeiten, schön im Grünen und alles schön...tja Pustekuchen. Es war sehr langweilig und anstrengend und ich war froh, wenn ich genug Energie hatte um nach Hause zu radeln.

Ähnliches hatte ich beim Kellnern, beim Arbeiten im Logistik-Lager... (...)

Das liest sich so, als könnte es wichtig sein für dich, dich weniger auf solche Umgebungsbedingungen einer Tätigkeit zu konzentrieren, sondern bewusst die Tätigkeit an sich zu betrachten und dir ehrlich und selbstkritisch zu überlegen, was daran dich begeistern, motivieren, interessieren könnte, aber eben auch, was daran die besonderen Herausforderungen wären für dich, was dir schwer fallen würde, dich langweilen oder nerven würde und dann eben abzuwägen, ob die positiven Aspekte so gewichtig sind, dass sie es dir wert sind die Kehrseite in auf zu nehmen. So eine Kehrseite gibt es, wie von Friesin angesprochen, immer, keine berufliche Tätigkeit ist immer nur erfüllend und wundervoll, sondern hat immer auch ganz viel mit Routinen zu tun, die Ruhe und Sicherheit bringen, aber eben auch mal langweilig sein können. Überleg dir, was dich ausreichend begeistern und motivieren kann, um die nächsten 5-10 Jahre beruflich gestalten zu können. Wenn es nicht der richtige Weg für sich wäre bist du jung genug, um dich umorientieren zu können. Am Alter scheitert auch später der Weg in den Schuldienst nicht, dieses kann maximal ein Ausschlussgrund für eine Verbeamtung werden- Lehrkraft kann man aber auch im Angestelltenverhältnis werden. Ich habe erst mit Ende 30 mein Ref gemacht und möchte die vorhergehende Lebens- und Berufserfahrung keinesfalls missen jetzt im Schuldienst.



---

## Beitrag von „Klari2310“ vom 27. August 2021 15:47

Lieber [CDL](#),

da hast du recht. Das war auch mein Gedanke. Die Tätigkeit selbst muss Spaß machen und das drumherum ist dann das was On Top kommt.

Ich fand Studieren ehrlich gesagt weniger schön, mir hat die Struktur sehr gefehlt oder auch der persönliche Bezug zu Professoren und Professorinnen.

Auch das Ständige Rumfahren in der ganzen Stadt ist sehr anstrengend.

Das ist etwas was ich an einer Ausbildung wirklich schätze.

Aber das Problem ist eben, dass ich da keinen Beruf habe der mir wirklich gefällt.

Liebe Grüße

Klari