

Ausgangspunkt und Zielrichtung .....	7
<b>Lehrer sind Ansichtssache</b>	<b>17</b>
Horrorjob und faule Säcke: Lehrer in Politik und Medien .....	19
Das Lehrermage: realitätsfern, aber ungerecht? .....	28
Professionelle Perspektiven: Lehrerinnen und Lehrer – wie sie wirklich sind!?	38
<b>Fokus Lehrerbelastung</b>	<b>49</b>
Den halben Tag Recht, den anderen halben frei haben – was ist schon Lehrerbelastung? .....	51
Wenn alles schwätzt – wie fühlt sich Lehrer- belastung an? .....	59
Experten und Wissenschaftler: Lehrerbelastung methodisch betrachtet .....	65
Von der Beanspruchung zur Überlastung und deren Folgen .....	91
<b>Lehrer: Einzelkämpfer als Räder im Getriebe</b>	<b>99</b>
Schüler aus Lehrersicht: Freund, Feind, unbekanntes Wesen? .....	100
Lehrer aus Schülersicht: Freund, Feind, unbekanntes Wesen? .....	110
Kollegiale Verhältnisse oder: Die offenste geschlossene Gesellschaft der Welt .....	120

<b>Lehrerschicksal Frühpensionierung?</b>	<b>135</b>
Bis dass die Pension euch scheide ...	138
»Wer einen Fehler macht, ist kein guter Lehrer und sollte in Frühpension gehen«	147
Von der finalen Wirkung einer Kränkung im geschlossenen System	154
Perspektivlosigkeit fressen Seele auf	159
Bis an die Grenzen des Zumutbaren	161
Alles Mann und Kindern zuliebe ...	165
Von individuellen Schicksalen zurück zur Statistik	168

<b>Für die Schule geplaudert: Individuelle Lösungsstrategien</b>	<b>173</b>
Am Anfang und am Ende steht die Motivation	173
Wann sollte LehrerIn an und für sich was tun?	183
Von der Bestandsaufnahme zur Zieldefinition	189
Zeitmanagement	200
Entspannung, Entspannung ...	207
Perfekt, gerecht und von allen geliebt – haben Sie das nötig?	221
Supervision ist eine Zumutung!	228
Ausblick	245
Weiterführende Literatur	253