

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	9
Einleitung	11
I. Zur Belastungssituation von Lehrerinnen und Lehrern	15
1. Alarmierende Befragungs- und Untersuchungsbefunde	16
1.1 Was Lehrkräfte im Alltag belastet	16
1.2 Wie sich die Belastungen auswirken	20
1.3 Unterschiedliche Bewältigungsmuster	22
1.4 Strategische Schlussfolgerungen	26
2. Der aktuelle Reformdruck als Belastungsfaktor	28
2.1 Lehren und Lernen im Umbruch	28
2.2 Ausgeprägte Arbeitsverlagerung	31
2.3 Zermürbende Rollenvielfalt	33
2.4 Druck von außen und oben	35
2.5 Dürrtiges Schulmanagement	37
2.6 Aufreibender »Aktionismus«	38
3. Weitere Belastungsfaktoren im Lehreralltag	40
3.1 Schulpolitische Restriktionen	40
3.2 Einschneidender Imageverfall	42
3.3 Störendes Schülerverhalten	44
3.4 Individueller Perfektionismus	46
3.5 Mangelnde Arbeitsökonomie	47
3.6 Strapaziöses Helfersyndrom	49
3.7 Unzulängliche Teamfähigkeit	50
4. Fragwürdige Versuche zur Lehrerentlastung	53
4.1 Widersprüchliche Bildungspolitik	53
4.2 Die Rituale der Lehrerverbände	56
4.3 Alltagsferne Lehrerbildung	59
4.4 Inflationäre »Therapieangebote«	61
4.5 Frühpensionierung als Ausweg?	63
4.6 Plädoyer für verstärkte Selbsthilfe	65

II. Bewährte Entlastungsansätze und -verfahren	67
1. Entlastung durch verbessertes Selbstmanagement	68
1.1 Grenzen ziehen und Grenzen setzen	68
1.2 Entwicklung realistischer Ansprüche	71
1.3 Sensible Zeiteinteilung und -nutzung	73
1.4 Verbesserung der Arbeitsökonomie	75
1.5 Feste Rituale einführen und nutzen	77
1.6 Was kann Supervisionsarbeit leisten?	80
1.7 Materialien und Tipps zur Vertiefung	81
2. Entlastung durch gezielte Schülerqualifizierung	96
2.1 Förderung zentraler Lernkompetenzen	96
2.2 Die Schüler als Helfer und Miterzieher	101
2.3 Die Lernspirale als »Selbstlernskript«	104
2.4 Die Strategie der kleinen Schritte	108
2.5 Das Auslösen als Motivationshebel	111
2.6 Konsequente Reflexionsaktivitäten	114
2.7 Motivierende Unterrichtsarrangements	116
2.8 Materialien und Tipps zur Vertiefung	119
3. Entlastung durch verstärkte Lehrerkooperation	132
3.1 Unterschiedliche Kooperationsebenen	132
3.2 Gemeinsam lässt sich mehr erreichen	136
3.3 Was wirksame Teamarbeit auszeichnet	138
3.4 Effektive Teamarbeit will gelernt sein	139
3.5 Workshops als Dreh- und Angelpunkt	142
3.6 Teamarbeit als Stütze der Schulreform	145
3.7 Materialien und Tipps zur Vertiefung	147
4. Entlastung durch intelligentes Schulmanagement	164
4.1 Effektivierung der Konferenzarbeit	164
4.2 Förderung produktiver Konferenzen	167
4.3 Freistellung engagierter Lehrkräfte	171
4.4 Unterstützung der Teamfortbildung	174
4.5 Organisation von Synergieeffekten	176
4.6 Abbau bürokratischer Hemmnisse	179
4.7 Materialien und Tipps zur Vertiefung	182
5. Entlastung durch offensive Öffentlichkeitsarbeit	202
5.1 Vertrauensbildende Elternseminare	202
5.2 Hospitationsmöglichkeiten für Eltern	205
5.3 Arbeit mit Eltern- und Schülervertretern	207

5.4 Innovationszentrierte Pressearbeit	209
5.5 Projektspezifisches »Fundraising«	211
5.6 Informationszone für Schulbesucher	214
5.7 Materialien und Tipps zur Vertiefung	215
III. Politische Schlussfolgerungen und Empfehlungen	233
1. Bessere Rahmenbedingungen für Lehrer	234
2. Aufstockung der Sachmittelzuweisung	238
3. Erweiterung der Selbstverantwortung	241
4. Ausbau des Unterstützungssystems	244
5. Förderung systematischer Fortbildung	248
6. Erleichterung der Lehrerkooperation	252
7. Neuorientierung der Leitungsaufgaben	255
8. Neue Akzente in der Lehrerausbildung	261
9. Fazit: Hilfe zur Selbsthilfe tut Not!	264
IV. Anhang: Einige Stimmen aus der Schulpraxis	267
1. Interview mit drei Schulleiter/innen	268
2. Evaluationsbefunde zum PSE-Programm	278
3. Statements zum Nutzen des Lerntrainings	281
Literaturverzeichnis	285
Bildquellen	288