

# **Anti-Burnout, Reduktion der Arbeitsbelastung, Selbstschutz ... und mehr.**

**Beitrag von „Super-Lion“ vom 28. September 2007 16:40**

Schauen, wo man die Stundenzahl reduzieren kann. Andere Aufgaben in der Schule, die keiner Vorbereitung bedürfen, geben teilweise Anrechnungsstunden.

Parallelklassen verringern die Vorbereitungszeit.

Computerunterricht ist, wenn man fit ist, fast ein Selbstläufer.

Themen unter Kollegen aufteilen. Geht aber bei mir eigentlich nur mit meinem [Ex-Mentor](#). Von den älteren Kollegen kommt nicht so richtig viel brauchbares.

Neleabels Tipps beherzigen. Auch Lehrer haben Freizeit, einen Feierabend und ein Wochenende.

Gruß und viel Erfolg beim Durchhalten der Vorsätze

Super-Lion