

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

Beitrag von „Miss Jones“ vom 1. November 2019 14:26

## Zitat von Susannea

Bei uns ist es auch gerade wieder sehr aktuell, weil ständig nur erzählt wird, wir müssen den Hort mit dem aktuell viel zu hohen Krankenstand entlasten, dass das auf Kosten der Lehrer geht und früher oder später der Krankenstand dort drastisch steigen wird und wir langsam nicht mehr bereit sind durch unsere Belastung die Jammerei des Hortes abzufangen, ist die Kehrseite.

Wir sind gerade wieder am Überlegen, wie und wo man entlasten kann, denn es ist deutlich zu viel Belastung.

Kleiner Tipp, es gibt da so ein Wort mit vier Buchstaben.

Nennt sich "Nein".

Einfach mal laut aussprechen und sich dann auch dran halten.

PALs (Probleme Anderer Leute) sollte sich niemand aufhalsen.