

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

**Beitrag von „Susannea“ vom 1. November 2019 14:45**

## [Zitat von Miss Jones](#)

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.

Tja, das haben wir nun schon öfter gesagt, nützt aber nichts, wenn man dann wie gestern den Hinweis kriegt, dass die Schulleitung das eben anweist und das eh nicht stimmt, dass wir sie entlasten. Also freiwillig machen wir das so schon lange nicht mehr!