

Vorwort	5
Kapitel 1 „Dieser Beruf ruiniert meine Gesundheit.“	7
Erschöpft und ausgebrannt	8
Sie haben es sich verdient: In einem Sabbatjahr neue Kraft tanken	13
Mal kränkelnd, mal leidend, mal krank	15
Damit die Schule nicht länger krank macht:	
Ein Gesundheitstag für das ganze Kollegium	18
Ständig unter Strom	22
Damit Stress und Hetze ein Ende haben:	
Das eigene Zeitmanagement verbessern	25
Angst um die Stimme	29
Mit Kork, Filz und Glaswolle: Dem Klassenzimmer das Flüstern beibringen	32
Kapitel 2 „Das ist einfach kein Beruf für mich.“	35
Es gibt kein richtiges Lernen im falschen System	36
Statt einer staatlich verordneten Selektionspädagogik:	
In alternativen Schulprojekten mitarbeiten	39
Die Schule als Reparaturbetrieb	41
Wenn Lehrkräfte nicht mehr weiterwissen:	
Sozialpädagogische Unterstützung organisieren	45
Ein Beruf ohne Feierabend	47
Damit die freie Zeit auch wirklich frei bleibt:	
Ein eigener Arbeitsplatz für jeden Lehrer	50
Routine macht betriebsblind	53
Die eigene Arbeit mit anderen Augen sehen: Supervision als Orientierungshilfe	56
Ein schwieriges Alter	58
Wenn es mit den Kids nicht mehr funktioniert:	
Auf eine Einrichtung für Erwachsene wechseln	61
Allein unter Frauen	64
Damit die Koedukation wirklich gelingt:	
Die Schule geschlechtergerecht gestalten	66
Kapitel 3 „Das ist nicht mehr der Beruf, für den ich mich einmal entschieden habe.“	69
Lauter Störfälle	70
Wie ein Austausch auf Augenhöhe gelingt:	
Eine Fallkonferenz mit allen Beteiligten	75
Schüler im Tiefenrausch	78
Ein Ausweg aus der Leistungsfalle:	
Schüler mit einem Förderplan gezielt helfen	81

Lernen ohne Herz und Hand	84
Identifikation durch Profilbildung: An einer Schulverfassung mitarbeiten	87
Den Mangel verwalten	91
Eine Hoffnung für marode Schulhäuser:	
Mit einem Raumkonzept dem Verfall begegnen	94
In einer Behörde gelandet	97
Schluss mit der ewigen Zettelwirtschaft:	
Verwaltungsaufgaben effektiv managen	101
Spielball der Politik	105
Gemeinsam sind wir stark: Sich in einem Berufsverband engagieren	108
Eltern ante Portas	111
Im Sinne einer konstruktiven Erziehungspartnerschaft:	
Die Verantwortung von Schule und Elternhaus schriftlich fixieren	114

Kapitel 4 „Diese Schulleitung und diese Kollegen machen mir das Leben schwer.“

Unter Einzelkämpfern	119
Weil wir nichts zu verbergen haben:	
Gegenseitige Unterrichtsbesuche organisieren	122
Ein Kollegium im Kriegszustand	124
Kollegialität in einem überschaubaren Format:	
Klassen- und Jahrgangsteams bilden	126
Mobbing unter Lehrern	130
Endlich Klartext sprechen:	
Aus dem Mitarbeitergespräch eine feste Einrichtung machen	134
Ins Abseits gedrängt	136
Wenn Kollegen voneinander lernen:	
Die Tradition der Pädagogischen Lesung wiederbeleben	139
Solidarität: Fehlanzeige!	142
Ein Knigge des kollegialen Umgangs:	
Eine Charta für Konferenzen beschließen	146
Diese ewigen Vertretungen!	148
Vertretungstunden ohne Mehraufwand:	
Sich mit einer Methoden-Box die Arbeit erleichtern	151
Eine Frage der Wertschätzung	154
Auf der Suche nach gemeinsamen Werten:	
In einem Qualitätszirkel mitarbeiten	158
Die Mühen der Ebenen	160
Jenseits von Karriere und Beförderung:	
Besondere Funktionen in der Schule übernehmen	163
<i>Quellen und Medientipps</i>	166