
Vorwort

Die Anforderungen an Lehrerinnen und Lehrer sind in den letzten Jahren besonders durch die Veränderung der Schülerschaft und viele Reformen zunehmend größer geworden, wodurch die Stressbelastung enorm gestiegen ist. Es fehlt nicht an Ratgebern, wie die immer umfangreicheren Aufgaben besser zu bewältigen sind, sowohl von Psychologen, die z. B. Burnout gefährdete Lehrer in psychosomatischen Kliniken betreuen, als auch von Lehrerkollegen, die Tipps aus ihrem Schulalltag geben. Beide Herangehensweisen vereint Désirée Linde (2015) in ihrem Buch „Burnout vermeiden – Berufsfreude gewinnen“, Praxisleitfaden zum Restart für Lehrer und pädagogische Fachkräfte.

Bezugnehmend auf dieses Hauptwerk entstand das vorliegende Essential, das Lehrern ihren stark fordernden Alltag erleichtern soll. In kurzer Form werden die relevanten psychologischen Grundlagen und wie sie in die tägliche Praxis umgesetzt werden, dargestellt.

Pädagogen-Burnout vermeiden
Selbsthilfe für gestresste Lehrer

Linde, D.

2016, IX, 41 S. 2 Abb. in Farbe., Softcover

ISBN: 978-3-658-12857-9