

# Inhaltsverzeichnis

<b>Vorwort</b>	<b>4</b>
<b>Kapitel I: Faktoren des Unglücklichseins</b>	<b>5 - 16</b>
1. Was macht Lehrkräfte unglücklich?	5 - 6
2. Glücksbremse: Weltschmerz	7 - 9
3. Glücksbremse: Neid	10 - 12
4. Glücksbremse: Angst	13 - 14
5. Glücksbremse: Scheinautorität	15 - 16
<b>Kapitel II: Faktoren des Glücklichseins</b>	<b>17 - 30</b>
1. Was macht Lehrkräfte glücklich?	17 - 19
2. Glücksvitamin: Ein stabiles und vertrautes Berufsfeld	20 - 21
3. Glücksvitamin: Aufgehen in einer Sache	22 - 23
4. Glücksvitamin: Die „Schulfamilie“	24 - 26
5. Glücksvitamin: Dem eigenen Leben „Sinn“ geben	27 - 28
6. Glücksvitamin: Humor	29 - 30
<b>Kapitel III: Berufliches Glück ist lernbar</b>	<b>31 - 44</b>
1. Selbsterkenntnis	31 - 32
2. Verbesserung der Selbstorganisation	33 - 34
3. Abgrenzen und Neinsagen lernen	35 - 36
4. Mit Widersprüchen umgehen lernen	37 - 39
5. Außerberufliche Interessen wahrnehmen und pflegen	40 - 41
6. Meditation	42 - 44
<b>Anmerkungen:</b>	<b>45 - 46</b>
<b>Literatur:</b>	<b>47 - 48</b>

## 1. Was macht Lehrkräfte unglücklich?

Sucht man im Internet unter den Stichwörtern „Belastungen im Lehrerberuf“, „Lehrergesundheit“ oder „Frühpensionierung von Lehrkräften“, so werden einem dramatische Informationen über die Arbeitssituation und den Gesundheitszustand von Lehrkräften in Deutschland geboten.

- ➔ Der Lehrerberuf ist unter den sozialen Berufen was psychische und psychosomatische Störungen angeht, „Spitzenreiter“.
- ➔ Jede fünfte Lehrkraft denkt an Frühpensionierung.
- ➔ Lehrkräfte müssen komplexe Beziehungsaufgaben meistern. Sie müssen lehren, Probleme lösen, schlichten, in eigener Verantwortung die unterschiedlichsten Erziehungsdefizite ausgleichen, die Abneigung von Schülern und ihr Desinteresse am Unterricht aushalten und Auseinandersetzungen mit den unterschiedlichsten Eltern zu positiven Ergebnissen führen.
- ➔ Lehrkräfte müssen eine ständig wachsende Flut von Vorgaben der Schulverwaltungsbehörden und der Schulleitungen umsetzen und als Vertretung für Stundenausfälle zur Verfügung stehen. Sie müssen an Lehrerkonferenzen und zum Teil wenig wirksamen Fortbildungen ohne Nachhaltigkeit teilnehmen und für Kooperationsveranstaltungen mit außerschulischen Partnern usw. zur Verfügung stehen.



- ➔ „Nach Zahlen des Statistischen Bundesamtes erreichten im Jahr 2009 rund 40 Prozent der Lehrkräfte die Regelaltersgrenze von 65 Jahren. 11 Prozent stellten einen Antrag auf Frühpensionierung mit dem 60. Lebensjahr. 22 Prozent der Lehrkräfte waren dauerhaft dienstunfähig und wurden zum „Versorgungsfall.“ (Anm. 1)
- ➔ Enttäuschte Erwartungen, z. T. unfähige Schulleitungen und Kollegien, in denen mehr gegeneinander als miteinander gearbeitet wird, räumliche und ausstattungsmäßige Gegebenheiten, die sinnvolles Arbeiten unmöglich machen, fördern zudem ein Gefühl der Hilf- und Machtlosigkeit und prägen den Arbeitsalltag vieler Lehrkräfte.

„Dabei hat sich der Junge in den Diktaten von 40 auf 20 Fehler pro Diktat verbessert. Er hat jetzt eine gute Sechsl!“, meint die Kollegin resigniert. Oder eine andere Lehrkraft erzählt, wie in ihrer Klasse ein Akademikerkind von den Eltern so auf Leistung und gute Noten getrimmt wird, dass es bei der Note 2 in Probearbeiten weint, weil es keine 1 erzielt hat, und dass das Mädchen davon erzählt, dass es zu Hause geschimpft wird, wenn sie nicht die Beste war. Da erzählt eine Lehrkraft der Kollegstufe eines Gymnasiums von einer türkischen Schülerin, die durch gute schulische Leistungen für sich ein Studium in Deutschland anstrebte und die abrupt von ihrem fundamentalistischen Vater aus der Schule genommen und in die Türkei verheiratet wurde.

Nahezu alle Lehrkräfte starten mit viel Idealismus in den Beruf. Sie wollen die Schüler für ihren Unterricht begeistern, ihnen ein positives Weltbild vermitteln und ihnen Mut machen, sich in der Gesellschaft einzubringen und die Probleme der Zeit mit Tatkraft anzugehen. Doch dieser Idealismus der Lehrkräfte wird nicht selten durch eine Realität gedämpft, die viele mit zunehmendem Alter emotional und sozial in eine Sackgasse treibt, in der sie sich nur noch von ihresgleichen verstanden fühlen. Zynismus, Burnout, psychosomatische Erkrankungen oder Depressionen führen dann häufig zu einem vorzeitigen Ausscheiden aus dem Beruf.



Doch ist diese Negativspirale nicht zwangsläufig. Manche Lehrkräfte widerstehen diesem negativen Trend, nehmen die Herausforderungen an und entwickeln ihr eigenes „Anti-Stress-Programm“ oder „Anti-Burnout-Programm“. Wer allerdings im Weltschmerz gefangen ist denkt, dass das Leben, auch das berufliche Leben, nichts Lebenswertes bietet, ist unglücklich. Vielleicht ist er auch stolz auf sein Unglück, genießt seine hochmütige Unzufriedenheit, da er doch (als einer der Wenigen) das „System“ durchschaut.

Zur Auflösung des durch das Vergleichen entstandenen „Denkknotens“ empfiehlt sich die Sichtweise von Bertrand Russell: „Lässt man der Leidenschaft des Neides freien Lauf, so wird sie jede hervorragende Leistung, ja selbst die nützlichste Betätigung beruflicher Tüchtigkeit unterbinden. Immer im Vergleich zu denken ist eine schlimme Angewohnheit. ... Wenn etwas Angenehmes vorfällt, sollte man darüber froh sein, ohne nachzusinnen, ob nicht einem anderen noch etwas Angenehmeres passiert. ... Nur dadurch lässt sich der Neid abschütteln, dass man genießt, was sich bietet, die Arbeit tut, die man zu tun hat, und sich nicht mit Menschen vergleicht, die, wie man oft ganz fälschlich meint, besser daran sind als man selbst.“ (Anm. 5)



Dass das deutsche Schulsystem mit seiner Selektionskultur, seiner Benotungskultur, seiner Verrechtlichungskultur und seinen sonstigen diversen Ungereimtheiten für viele Lehrkräfte ein hohes Angstpotential bietet, ist beklagenswert. Jede und jeder, der in dieser Einrichtung tätig ist, kann allerdings für sich herausfinden und entscheiden, wie sehr sie oder er sich Angst machen lässt. Die Frühpensionierung als „Sehnsuchtschaf“ ist sicher nicht die einzige Möglichkeit. Es gibt Alternativen.

### **Selbstsorge**

*Es gibt keinen Meister,  
Der dir den Weg weist.  
Es gibt keinen Lehrer,  
Der dich belehrt.*

*Du bist dein Meister.  
Du bist dein Lehrer.  
Wenn du dich verirrst, war  
Dein Denken verkehrt.*

*Schau um dich und freu dich.  
Du bist Teil der Natur.  
Bist gekommen, vergehst,  
Hinterlässt keine Spur.*

*Verstehe dich selbst.  
Dein Richter bist du.  
So schaffst du dein Glück,  
Find'st zu dir, findest Ruh'.*

*Schließt sich eine Tür,  
Verzweifle nicht.  
Eine neue geht auf.  
Veränd're die Sicht.*

## 1. Was macht Lehrkräfte glücklich?

Befragt man Lehrkräfte nach ihren beruflichen Glücksmomenten und dem, was sie im Beruf glücklich macht, so wird einem sehr Unterschiedliches mitgeteilt:

- Eine Grundschullehrkraft erzählt zum Beispiel, wie beglückend es für sie ist, wenn die Erstklässler nach den sehr anstrengenden ersten drei Monaten der Eingewöhnung beginnen, eine Gruppe zu werden, in der sich die Kinder gegenseitig respektieren und Freude am gemeinsamen Lernen, am Lesen, Schreiben, Rechnen und am Sachunterricht entwickeln. „Wenn ich die Kinder dann nach zwei Jahren in die dritte Klasse abgebe, freue ich mich besonders über das, was ich geleistet habe. Alles, was die Schüler jetzt können, haben sie durch mein Tun gelernt.“
- Haupt- und Mittelschullehrkräfte schwärmen oft davon, wie beglückend es für sie ist, mitzuerleben, dass sich so viele orientierungslose und aufsässige, pubertierende Siebtklässler im Laufe der Jahre zu zukunftsorientierten und selbstbewussten Neunt- oder Zehntklässlern entwickelt haben, die Perspektiven für eine Berufsausbildung äußern und bei Bewerbungen erfolgreich sind. „Sehr schön ist es auch, wenn Ehemalige beim Schulfest vorbeischaun, mich begrüßen und mir voller Stolz erzählen, wie es ihnen im Beruf ergeht. Auch wenn mich ehemalige Schüler zu Klassentreffen einladen, bin ich glücklich mit meinem Beruf und meiner geleisteten Arbeit, trotz der manchmal sehr anstrengenden Schulstunden, in denen ich mich als „Berufsjugendlicher“ mit demotivierten, provozierenden Pubertierenden habe abmühen müssen. Gerade die schwierigen Schülerinnen und Schüler erweisen sich bei solchen Klassentreffen von Ehemaligen oft als die Dankbarsten.“
- Ein Schulleiter ist besonders glücklich, wenn er in der Abschlusskonferenz vor den Sommerferien Bilanz ziehen kann und es im zu Ende gehenden Schuljahr keine Schreckensereignisse, wie Todesfälle von Lehrkräften oder Schülern, schwere Unfälle, Bombendrohungen und anderes gegeben hat, was die „Schulfamilie“ in Ausnahmestände versetzt hat. „Glücklich bin ich auch, wenn alle Lehrkräfte gesund, gut erholt, gut gelaunt und voller Unternehmungsgest aus den Sommerferien zurückkommen und wir dann wieder gemeinsam in ein neues Schuljahr starten können.“



### 3. Glücksvitamin: „Aufgehen in einer Sache“

Beobachtet man Kinder beim Spielen, z. B. mit Playmobil-Figuren oder beim Malen, so ist festzustellen, wie sie ganz in ihrer momentanen Tätigkeit aufgehen. Sie vergessen die Welt um sich, die Zeit bleibt für sie stehen und sie sind ganz bei sich. Dieses von Psychologen „Flow“ genannte Phänomen kann auch bei Erwachsenen auftreten, wenn sie sich ganz einer Tätigkeit hingeben, weil es ihnen „Spaß“ macht, sie sich glücklich „beim Tun“ fühlen.

Das Arbeitsfeld „Schule“ bietet hier für Lehrkräfte eine Vielzahl von Möglichkeiten, für sich „Flow-Erleben“ zu schaffen. So schwärmt z. B. eine Lehrkraft, die ihr gesamtes Berufsleben in der 1. und 2. Jahrgangsstufe unterrichtete, bei ihrer Verabschiedung aus dem aktiven Dienst, wie interessant und spannend es für sie immer wieder war, Kindern das Lesen und Schreiben beizubringen. Sie erzählt: „Ich las zunehmend mehr Fachliteratur zu diesem Themenbereich und beobachtete meine Schüler, wie sie mit den Herausforderungen umgingen. Die Vielfalt der Herangehensweisen der Kinder überraschte mich immer aufs Neue. Interessant war aber auch, welche Meinungen und Methoden in der Fachliteratur verbreitet werden. Den Stolz und das Glücksgefühl, besonders bei Kindern, die sehr lange mit den Buchstaben und dem Textverstehen gekämpft haben, mitzuerleben, berührten mich besonders. Wenn sie dann anfangen, sich kleine Geschichten zu erlesen, sie nachzuerzählen oder welche zu schreiben, schlug mir das Herz höher. So lernte ich jeden Tag durch meine Schüler dazu, Kinder zum Lesen zu verlocken, machte mich glücklich! Unerklärlich ist mir allerdings bis heute, wie die Schüler meines ersten Schülerjahrgangs das Lesen und Schreiben gelernt haben“, schloss sie lächelnd ihre Erzählung.

Der Beruf bietet für Lehrkräfte eine Vielzahl von Fachbereichen, Themen, bzw. „Sachen“, die sie für sich entdecken und denen sie sich neben den alltäglichen Herausforderungen so intensiv widmen können, dass sie es für sich als Glück empfinden, dies tun zu dürfen. Sie können sich so ihre persönlichen „Flow-Erlebnisse“ schaffen. Das kann für die eine Lehrkraft die Vermittlung mathematischer Zusammenhänge, für eine andere die Arbeit mit dem Schulchor, einer Theatergruppe oder die Aus- und Fortbildung junger Lehrkräfte in einem Fachbereich sein. Dass manches oder vieles im schulischen Bereich besser sein könnte oder müsste, steht außer Frage. Wer sein Denken allerdings stets auf die Unzulänglichkeiten und Defizite fokussiert, dient seinem beruflichen Glücksempfinden sicher nicht.

„Wenn wir die Welt mit anderen Augen zu sehen beginnen, läuft das keineswegs darauf hinaus, dass wir den Widrigkeiten des Lebens einen blauäugigen Optimismus oder eine künstliche Euphorie entgegensetzen wollen. Solange wir Sklaven jener Unzufriedenheit und Frustration sind, die unserer inneren Verwirrung entspringen, ist es sinnlos, sich immer wieder zu sagen: „Ich bin glücklich, ich bin glücklich.“ Genauso gut könnte man die Wand einer Ruine neu streichen. Bei der Suche nach dem Glück geht es nicht darum, das Leben durch eine rosarote Brille zu betrachten oder die Augen vor dem Leid und der Unvollkommenheit der Welt zu verschließen. Glück ist auch kein erhabener Zustand, den es um jeden Preis aufrechtzuerhalten gilt. Vielmehr verlangt es von uns, dass wir den Geist von toxisch wirkenden Einflüssen reinigen, etwa von Hass, Fanatismus und zwanghaften Vorstellungen aller Art, die ihn ansonsten im wahrsten Sinne des Wortes vergiften. Und es geht auch darum, zu lernen.

## 5. Dem eigenen Leben „Sinn“ geben

Macht es Sinn, das Auto, die Waschmaschine, Spülmaschine oder die elektrische Zahnbürste zur Reparatur zu geben? Oder sind Neuanschaffungen sinnvoller? Solche und ähnliche Fragen des praktischen Lebens stellen sich uns gelegentlich. Aber auch im beruflichen Bereich fragen sich viele immer wieder, was sinnvoll ist als nächstes zu tun, oder ob es nicht sinnvoller ist, etwas anderes zu tun und dieses zurückzustellen oder besser ganz sein zu lassen. Sinnfragen scheinen allgegenwärtig zu sein.

In stillen Stunden beschleicht manche auch ab und zu Fragen nach dem Sinn des eigenen bisherigen beruflichen Wirkens. War diese oder jene Entscheidung sinnvoll? Was wäre gewesen, wenn ... So wird neben persönlichen, privaten Lebensentscheidungen auch die getroffene Berufswahl immer mal wieder auf den Prüfstand gestellt. War es sinnvoll, dass ich mich für den Lehrerberuf entschieden habe? War ich den Herausforderungen gewachsen? Was habe ich erfolgreich gemeistert? Was habe ich für mich gelernt? Es geht bei dieser „Zwischenbilanz“ weniger um die große Frage nach dem Sinn des Lebens als solchem. Für die große Mehrzahl hat die Frage nach dem Sinn des derzeitigen Tuns die Priorität. Wie geht es mir in diesem Beruf? Woraus schöpfe ich die Kraft, als Lehrkraft weiterzuarbeiten? Was kann ich zunehmend weniger akzeptieren? Was baut mich auf?

Für manche sind es die täglichen Begegnungen mit den Schülern, ihre Lebendigkeit, Direktheit, Lebensfreude. Anderen wachsen die durch ungünstige Lebensumstände benachteiligten Kinder besonders ans Herz. Ihnen Möglichkeiten und Perspektiven für ein „besseres“ Leben zu eröffnen, gibt ihrem beruflichen Wirken Sinn.

Wieder andere haben für sich die Verbesserung und Entwicklung der Institution Schule zu einer humaneren Einrichtung zur Aufgabe gemacht. Als Leitung einer Schule oder in anderen Funktionen argumentieren und kämpfen sie gegen die schleichende Formalisierung und Verrechtlichung der Behörde mit ihrer Selektionskultur und freuen sich, wenn sie punktuell für mehr Menschlichkeit gesorgt haben. Manchen gibt die Arbeit auf der verbandspolitischen oder parteipolitischen Ebene den Lebenssinn. Sie versuchen hier mehr soziale Gerechtigkeit und humanere Umgangsweisen im schulischen Bereich vorzubringen.

Allerdings kann das, was man für sich als beruflichen „Lebenssinn“ sieht, nie ohne den privat-persönlichen Bereich gesehen werden. Und auch das gesellschaftliche Umfeld hat seinen Anteil. Oder mit den Worten des Philosophen Wilhelm Schmid: „Subjekt der Lebenskunst ist nie nur das Selbst, sondern sind immer auch andere und „das Leben“ selbst, das für Situationen sorgt, die zur Herausforderung werden. ... Grundlegend ist das Zusammenspannen von Leidenschaft und kühlem Verstand zu einer Lebensklugheit. Das innere Machtspiel im Selbst ist zu klären, um eine Selbstbefreundung zu erreichen, auch durch das Einbeziehen von Widersprüchen, die sich nicht aufheben lassen. Im äußeren Machtspiel ist der notwendige Gegenpol und Widerspruch, den andere im Spiel des Lebens repräsentieren, als gegeben zu akzeptieren oder gar als bereichernd zu affirmieren. Das Zusammenspiel, die Kooperation mit anderen lässt sich suchen, um das Netz zu bilden, das weit mehr Lebensmöglichkeiten auftut, als das Leben nur für sich allein.“ (Anm. 17)



## 2. Verbesserung der Selbstorganisation

In unregelmäßiger Regelmäßigkeit finden sich in Wochenzeitungen, wie z. B. der „Zeit“ oder dem „Spiegel“ Berichte über Studien zur Arbeitssituation von Lehrkräften. So wurde z. B. vom Philologenverband eine Studie in Auftrag gegeben, für die die Lehrkräfte in vom Verband festgelegten Zeiträumen minutiös protokollieren sollten, wofür sie ihre Zeit aufwendeten. Die Auswertung durch ein Institut einer Universität lieferte dann die erwarteten Ergebnisse, dass Lehrkräfte zu viel arbeiten und wie sie in ihrem einstigen Traumberuf leiden und warum sie ihn nicht mehr ergreifen würden. (Anm. 21)

Häufig wird hier über die Vielfalt der unterschiedlichen Aufgaben und Herausforderungen geklagt und dass die „rund-um-die-Uhr-Erreichbarkeit“ im digitalen Zeitalter zu einer weiteren großen Belastung geworden ist. Es zeigt sich, dass der „Segen“ der relativ großen Verfügbarkeit über die eigene Arbeitszeit für viele Lehrkräfte sich zum „Fluch“ ausgewachsen hat. Sie fühlen sich immer im Dienst.

Eine an den persönlichen Interessen und Anforderungen orientierte *Verbesserung der Selbstorganisation* und das Nachdenken über *entlastende Rituale* können hier zur Wiedergewinnung oder Verbesserung der beruflichen Zufriedenheit beitragen.

Betrachtet man die Arbeitsbelastung von Lehrkräften, so fällt auf, dass sich Phasen besonderer Belastung mit ruhigeren Phasen abwechseln. Gerade in „Stoßzeiten“, wie z. B. am Anfang eines Schuljahres, beim Start an einer neuen Schule, nach Krankheitsphasen usw. müssen gleichzeitig viele Dinge bedacht und erledigt werden. Hier empfiehlt sich ein konsequentes Beurteilen der Anforderungen unter drei Aspekten:

- a) Muss diese Aufgabe sofort erledigt werden?
- b) Hat die Erledigung dieser Aufgabe Zeit?
- c) Erledigt sich diese Herausforderung von selbst?

In Zeiten, in denen weniger Anforderungen anstehen, lassen sich dann manche Arbeiten aus der Rubrik „hat Zeit“ erledigen. Diese fallen dann in den „Stresszeiten“ schon nicht mehr an. Auch sollte bedacht werden, welche Aufgaben sich delegieren lassen. Schüler wachsen mit den Aufgaben, wenn ihnen Vertrauen entgegengebracht und Verantwortung übertragen wird.

In vielen Schulen ist leider ein geringer Grad der Kooperation unter den Lehrkräften festzustellen. Dabei ließen sich viele Aufgaben im Team zeitsparender und oft auch besser erledigen. Die „Einzelkämpfermentalität“ unter Lehrkräften lässt sich überwinden, indem Einzelne beginnen. Aus informellen Gesprächen im Kollegium darüber, was einen in „Stresssituationen“ bringt und wie man sich gegenseitig entlasten könnte, kann sich der Einstieg in die Entwicklung kooperativer Arbeitsformen ergeben.

Ein weiterer Bereich, in dem Lehrkräfte die Selbstorganisation verbessern können ist die Entwicklung *positiver Rituale*:

„Unter der Vielzahl der Möglichkeiten muss jeder herausfinden, was ihm entspricht, gut tut, „seins ist“. Professionelle Berater und Beratungsliteratur können Denkanstöße geben, mehr nicht. Für Rituale der Selbstsorge ist es nie zu spät.

## 3. Abgrenzen und Neinsagen lernen

Kommt ein Kind nach der Kindergartenzeit in die Schule, so ist dies nicht nur für das Kind ein ganz besonderes Ereignis. Häufig nimmt die ganze Familie, Eltern, Geschwister, Großeltern, Onkel und Tanten mit viel Engagement an diesem Ereignis Anteil. Natürlich steht dann auch die erste Lehrkraft des Kindes besonders im Blickfeld. Hier den richtigen Weg zu finden, den richtigen Ton anzuschlagen, erfordert von Seiten der Lehrkraft viel Fingerspitzengefühl.

Und auch der erste Elternabend will sehr sorgfältig geplant und bedacht sein. Häufig kennen sich etliche Eltern von diversen Kindergartenfesten gut und haben natürlich auch ihre Vorstellungen, wie die Kooperation in der Schule weiterlaufen sollte. So wird z. B. oft ein Elternstammtisch ins Leben gerufen, an dem die Lehrkraft selbstverständlich auch anwesend sein sollte oder sie wird um ihre private Handy-Nummer gebeten, falls „Dringendes“ zu besprechen ist. Für manche Lehrkraft wird ein übertriebenes Elternengagement nicht selten zu einem Zwang, der zu Stresssituationen führt. Eine erfahrene Kollegin ging mit diesem „Überengagement“ besorgter Mütter so um, dass sie freundlich die Eltern um Ruhe und Besonnenheit bat. Sie sagte: „Häufig ist es auch gut, wenn Eltern beim Schuleintritt ihres Kindes etwas abwarten und nicht sofort handeln. Und bitte, glauben Sie nicht alles, was ihr Kind von der Schule erzählt. Ich glaube auch nicht alles, was mir die Kinder von zuhause erzählen.“

Eine vertrauensvolle Zusammenarbeit zwischen Schule und Eltern erfordert Professionalität und viel Fingerspitzengefühl der Lehrkräfte. Dass hier auch in der Sekundarstufe durch viele Lehrkräfte noch manches zum Positiven hin entwickelt werden könnte, würde auch das Ansehen der Lehrkräfte in der Öffentlichkeit verbessern und dadurch deren berufliches „Glückspotential“ steigern.

„In jeder Schule gibt es eine Vielzahl von Aufgaben, die neben dem Unterricht von Lehrkräften zu erledigen sind. Fachräume und Sammlungen sind zu betreuen, besondere Veranstaltungen für Schüler, Eltern und Lehrkräfte sind zu organisieren und inhaltlich zu gestalten, Öffentlichkeitsarbeit ist zu leisten usw. Vorgesetzte betrauen hier verständlicherweise diejenigen Lehrkräfte mit Sonderaufgaben, von denen sie erwarten können, dass sie diese auch erfolgreich und zur Zufriedenheit aller erledigen.“

