ruprecht

Heidelberger Studierendenzeitung

Januar 2022 – Nr. 195 | UNABHÄNGIG • UNBESTECHLICH • UNTRENNBAR | www.ruprecht.de @ruprechtHD



Medikamente: an Männern getestet, an Frauen verkauft **auf Seite 10**

WISSENSCHAFT

Wir Geier

Nach dem Amoklauf gibt es in den Heidelberger Mensen und WGs nur ein Thema. Neugier und Bestürzung nennen das manche. Sensationslust nennen es andere. Ein „berechtigtes öffentliches Interesse" nennen es Journalist:innen.

Am Botanischen Garten stehen 24 Stunden nach der Tat mehrere Fernsehteams. Wer Blumen niederlegen und eine Kerze anzünden will, sieht sich den Objektiven der Pressemeute gegenüber. Vier Fotograf:innen machen ihre Bilder. Ich bin einer von ihnen. Ich bin nicht stolz darauf. Es ekelt mich an.

Die Redaktion des ruprecht ist in einer Doppelrolle: Wir studieren, manche von uns kennen INF 360, kennen den Hörsaal, kennen Betroffene. Die tiefe Erschütterung hat das gewohnte Denken völlig zerschlagen. Sorgen um die nächste Prüfung treten in den Hintergrund und weichen Schmerz, Fassungslosigkeit, Trauer und Wut.

Zugleich wollen wir informieren, nützlich sein sowie schnell und sauber berichten, das ist unsere selbstgesetzte Aufgabe. Aber wie? Was können wir schreiben? Was sollen wir beschreiben? Den Ablauf der Tat? Die Reaktionen?

Verwirrt suchen wir Interviewpartner, wählen ein passendes Format, die treffenden Bilder. Das sind bekannte Abläufe, deren Normalität uns hilft, den Schock zu verarbeiten, doch sind die vertrauten Handgriffe auch die richtigen in dieser Ausnahmesituation?

Wir wollen mit Menschen sprechen, die nah am Geschehen waren, suchen über Instagram nach Augenzeug:innen und denken nicht darüber nach, was es mit jemandem macht, erlittene Todesangst im Interview erneut durchleben zu müssen.

Sollten wir schweigen? Keine Bilder zeigen? Damit würden wir uns der Wirklichkeit verschließen. Wir müssen auf dem schmalen Grat zwischen Respekt und Neugier bleiben. Es wirkt grausam, den Amoklauf und die damit verbundenen Emotionen in nackten, rationalen Worten wiederzugeben, aber es ist notwendig und zugleich unglaublich schwer. Vielleicht haben wir unsere eigenen Grenzen überschätzt, denn uns wird schmerzlich bewusst: Wir sind keine Journalist:innen – wir versuchen es nur zu sein.

von Nicolaus Niebylski mit Stimmen aus der Redaktion



Foto: nni

Wir wurden nicht gewarnt

Vom Amoklauf haben die meisten Studierenden über Whatsapp und Twitter erfahren. Warum blieb die Uni still?

Ein Amoklauf auf dem Universitätscampus im Neuenheimer Feld erschütterte Heidelberg am 24. Januar. Eine Woche nach dem Amoklauf im Neuenheimer Feld mehrt sich die Kritik innerhalb der Studierendenschaft an der Universität und der Stadt.

Viele Studierende fühlten sich durch die Universität schlecht informiert und bemängeln die unklare Kommunikation. Studierende berichten, dass sie trotz des Bekanntwerdens der ersten Ereignisse aufgefordert wurden, zu Lehrveranstaltungen im Neuenheimer Feld zu erscheinen.

Einige ausländische Studierende verstanden die herausgegebenen Informationen nicht. Sowohl die Liveticker der Medien als auch die Mitteilungen der Polizei wurden nur auf Deutsch veröffentlicht. Darüber hinaus hätten sich viele Studierende eine Warnung seitens der Stadt durch die Warnapps „Nina" oder „Katwarn" gewünscht.

Die Universität erklärt auf Anfrage, dass es eine enge Abstimmung zwischen den Polizeibehörden und der Universitätsleitung gegeben habe. Dies gelte sowohl für „die Kommunikation in die Universität hinein als auch die Außenkommunikation".

Die Polizei Mannheim bestätigt diese Aussage. Pressesprecher Norbert Schätzle erklärt: „Wir haben uns eng mit der Universität abgestimmt. Die Universität sollte keine eigene Pressearbeit betreiben". Eine allgemeine Warnung der Studierenden durch die Universität wäre kontraproduktiv gewesen, da die Lage bereits gesichert war.

„Die Gefahr war sehr schnell gebannt, da sehr früh klar war, dass es sich um einen Einzeltäter handelte. Eine Warnung hätte nur für Panikreaktionen und nicht für Beruhigng gesorgt", so Schätzle. Gleiches gilt seiner Meinung nach für eine Warnung durch „Nina" oder „Katwarn". Diese hätte nur Sinn ergeben, wenn eine andauernde Gefahrenlage bestanden hätte.

Eine zusätzliche Bereitstellung der Informationen auf Englisch durch die Polizei wäre in der akuten Situation laut Schätzle nicht möglich gewesen. Allerdings betont er, dass die Informationen, die durch die Polizei bereitgestellt wurden, zur Weiterverbreitung durch die Universität geeignet waren. Insgesamt beurteilt er das Verhalten der Universität aber durchaus positiv.

Nach Abschluss der polizeilichen Ermittlungen will die Universität die Geschehnisse nun aufarbeiten, um zu „überprüfen, an welcher Stelle Krisen- und Notfallpläne noch weiter verbessert werden können".

Nachdem sich die erste Aufregung gelegt hat, möchte die Polizei nun in einen Dialog mit Universität und Verfasster Studierendenschaft treten, um neue Konzepte zu entwickeln, wie Studierende in Zukunft besser gewarnt werden können. Ein möglicher Vorschlag der Polizei ist eine Warnapp, die speziell für Studierende konzipiert ist. **(jsp)**

Kunst statt Kneipe

In der Unteren öffnet das „Paradoxon" seine Türen und schafft Raum für Kultur

Viel zu lange stehen die Räumlichkeiten in der Heidelberger Unteren leer, findet Sofia Leser. Sie selbst ist kunstbegeistert, betreibt den „Keramikofen" gegenüber und legt als DJ auf. „Ich habe mehr Träume als die Realität zerstören kann", erzählt sie.

Mit dem Paradoxon hat sie sich einen davon erfüllt. Ein Raum der Begegnung, Entdeckung und Entfaltung und eine Anlage für kulturelle Zwecke sollte es werden. Sofia ist der Meinung: „Alle sind Künstler:innen. Das Leben allein ist ein Kunstwerk."

Das Team besteht aus zwanzig verschiedenen Kunst- und Kulturbegeisterten, darunter Musiker:innen, Fotograf:innen, Pädagog:innen, Tätowierer:innen & Co.

So vielfältig wie das Team selbst sind auch die Projekte, die das Paradoxon verwirklichen will. „Wir haben eine Liste an Veranstaltungen, die wir machen wollen, da sind so viele Ideen!", berichtet Sofia freudestrahlend. „Durch die Pandemie hatten wir keinen einfachen Start", erzählt sie. Dennoch springt das Team ins kalte Wasser und organisiert die ersten Veranstaltungen. So fand bereits ein erster freier Schreibabend und eine Kleidertauschparty statt.

Im Februar sollen dann monatlich wechselnde Ausstellungen stattfinden und Raum geboten werden, um zu lernen und kreativ zu sein, für Jam Sessions, Gebärdensprach- und Yogakurse.

Dabei ist es Sofia besonders wichtig, nicht-etablierten Künstler:innen Räumlichkeiten zur Verfügung zu stellen und so mehr Chancengleichheit zu gewährleisten. Das Paradoxon soll ein Safe Space für alle sein, die teilnehmen möchten. Durch Spenden, Miete und Fördergelder sollen die Veranstaltungen möglichst kostenlos stattfinden. **(caf)**



Willkürliche Klausurkorrektur? Ein Blick hinter die Kulissen **auf Seite 5**

HOCHSCHULE



Sollte jede:r zur Psychotherapie gehen? Ein Psychologe im Interview **auf Seite 6**

STUDENTISCHES LEBEN



Foto: Storyloop Portraits

Rechte Verlage: Boykott der Frankfurter Buchmesse **auf Seite 12**

FEUILLETON

Geld für's Studieren?

BAföG zu empfangen bedeutet lange Antragszeiten, seitenweise Bürokratie und Schulden. Nur ein Bruchteil der Studierenden kann sich ohne Nebenjob finanzieren. Könnte ein bedingungsloses Grundeinkommen allen Studierenden helfen? **(lhf)**



Leo, 20
Politikwissenschaften und Anglistik

„Ich finde das eine gute Idee, man müsste das aber auch an Leistungsnachweise koppeln, also dass man an Prüfungen teilnimmt oder so."

PRO



Foto: Fiona Krakenbürger

Ronald Blaschke
Mitgründer des Netzwerks Grundeinkommen

Das bedingungslose Grundeinkommen ist ein Einkommen für alle Menschen, das Existenz sichert und gesellschaftliche Teilhabe ermöglicht, auf das ein individueller Rechtsanspruch besteht, das ohne Bedürftigkeitsprüfung und ohne Zwang zu Arbeit oder anderen Gegenleistungen garantiert wird. Das Bildungsgeld für alle Studierenden ist kein Grundeinkommen, aber möglicherweise ein Schritt dahin: Denn es ist daran gebunden, dass man studiert. Es ist somit nicht bedingungslos, auch nicht für alle Menschen. Es wäre aber eine Absicherung für alle Studierenden: elternunabhängig, rückzahlungsfrei, individuell und in ausreichender Höhe (mind. Armutsrisikogrenze, weit über 1.200 Euro netto im Monat). Das Bildungsgeld ist etwas ganz anderes als das BAföG. Wen aber die mit dem Bildungsgeld verbundenen Streitereien, Kontrollen und Bürokratien stören (wer hat wann wie lange Anspruch), sollte für das Grundeinkommen streiten.



Foto: Jonas Faust

Marianna Hofmeier
Neue Vorsitzende der Liberalen Hochschulgruppe Heidelberg

CONTRA

In der Studienfinanzierung gibt es viel zu tun. Klar ist: Sowohl die Hochschulen bedürfen Geld für den Lehrbetrieb, als auch die teilnehmenden Studenten. Jedem sollte ein Studium ermöglicht werden, wenn er die nötige Begabung und Motivation hat. Bildung ist ein Bürgerrecht, das den sozialen Aufstieg sichert. Die bedingungslose Gießkanne ist sicherlich nicht der Weg dazu.
Im Grunde geht es um Chancengleichheit in unserer Leistungsgesellschaft. Der Lebenslauf sollte nicht von dem der Eltern determiniert sein, Begabung und Leistung sollten über Bildungschancen entscheiden. Die Unterhaltspflicht leistungsfähiger Eltern muss aber nur in Ausnahmen ersetzt werden. Stattdessen sollte sichergestellt werden, dass jeder Student einen angemessenen Betrag zur Verfügung hat. Dafür sollte notfalls die Staatskasse flexibel und bürokratiearm herhalten, mit einem elternunabhängigen Baukasten-BAföG.



Jakob, 19
Politikwissenschaften und VWL

„So ein Basisgrundeinkommen wäre schon cool, das ist ne gute Idee. Das Problem ist nur, wie man das dann umsetzt."

These 1: Ein Studium ist mit einem Vollzeitjob zu vergleichen, welcher der Gesamtgesellschaft später nutzt und entlohnt werden sollte.

Ein Studium ist ein „Vollzeitjob", bei jeder späteren Anwendung der erworbenen Kompetenzen hoffentlich nicht so gemeinwohl- und klimaschädlich, wie manch heutige Erwerbs- bzw. Lohnarbeit. Junge Menschen opfern die schönste und aufregendste Zeit ihres Lebens und sitzen stattdessen stundenlang auf harten Stühlen, in Hörsälen und Bibliotheken. Ein Bildungsgeld ist ein allen Studierenden zustehende Entschädigung für diese Mühen, keine Entlohnung dafür. Der Erwerb von Bildung, von Fähigkeiten und Kompetenzen ist nicht – wie Erwerbs- oder Lohnarbeit – in Preisen auszudrücken. Zur notwendigen Reform gehört, dass Studierende über das Was und Wie des Studiums umfangreich und wirkmächtig mitbestimmen können. Das Bildungsgeld sichert auch die dafür nötigen Zeiten ab, müsste doch kein/e Studierende/r mehr neben dem Studium jobben.

Das Studium ist die Zeit, in der wir uns Vollzeit unserem Durst nach Wissen widmen dürfen und dabei für die Gesellschaft nützliche Qualifikationen erlangen. Primär ist das ein persönliches Vorhaben und ein Privileg. Der Nutzen eines Studiums bemisst sich an persönlichen Werten. Der gesamtgesellschaftliche Gewinn kann sich erst später herausstellen. Entlohnung geschieht meistens für erbrachte Leistungen, die unmittelbar einen Mehrwert für Dritte bieten. Die Höhe dieser Vergütung regelt Markt. Ein Studium ermöglicht es, den Nutzen der Leistungen für andere und damit die Entlohnung zu steigern. Deswegen ist ein Studium nicht mit einem Vollzeitjob vergleichbar und das Konzept des Lohns nicht darauf übertragbar. Ich bin stolz in einer sozialen Marktwirtschaft mit Leistungsprinzip groß geworden zu sein, in der der Nutzen meiner Leistung nicht vorzeitig vom Staat bestimmt wird.

These 2: Das niedrige BAföG-Budget verwehrt den Zugang zu sozialer Teilhabe und gesundem Ausgleich durch Freizeitaktivitäten.

Dass das bisherige BAföG-System soziale Ungleichheiten sowohl beim Zugang zum Studium als auch während des Studiums erzeugt, beziehungsweise verstärkt, ist bekannt. Die Fakten sind klar: Welche Schichten sind benachteiligt, wer muss neben dem Studium noch jobben? Wenn jeder Mensch das Recht auf Bildung hat, muss jeder Mensch auch das Recht auf eine existenzielle Absicherung von Bildungszeiten haben – und zwar unabhängig vom Geldbeutel und von sozialer Position der Eltern, auch unabhängig von nervenaufreibender Bittstellerei bei BAföG-Behörden. Deren Mitarbeiter/innen können dann nach Abschaffung des BAföG-Systems und nach erfolgreicher Umschulung bei den zuständigen Finanzbehörden arbeiten, die die entsprechend veränderten Vermögens- und Erbschaftsteuern zur finanziellen Absicherung des Rechts auf Bildung (inkl. Bildungsgeld) eintreiben.

Welches Budget jeder für seine soziale Teilhabe als notwendig definiert, ist individuell. Die Studienzeit ist keine Zeit des materiellen Luxuslebens. In Zeiten hoher Inflationsraten ist eine regelmäßigere Anpassung der Freibeträge und Bezüge des BAföGs an Preisniveauentwicklungen zu fordern. Laut dem statistischem Bundesamt sinkt die Zahl der BAföG-Empfänger. Das ist vor allem während der Pandemie ein Skandal, den die neue Bundesministerin für Bildung und Forschung Bettina Stark-Watzinger anerkennt und mich mit ihren Plänen zuversichtlich stimmt. So soll ein Anstieg der Freibeträge für eine Erhöhung der Gefördertenanzahl sorgen, eine Flexibilisierung der Regelstudienzeiten und Altersgrenzen kommen, sowie die ausufernde Bürokratie in Zaum gehalten werden. Begrüßenswert wäre die Einführung eines Starterpack-Zuschusses für Erstis aus finanzschwachen Umständen.



Umfrage: lhf, Fotos: mi

Paulin, 22
Germanistik

„Ich finde es gut, dass der Staat Studenten Geld gibt. Er sollte einen Anreiz zum Studieren bieten, aber auch Ausbildungen sollten so gefördert werden."

These 3: Ein Grundeinkommen führt zu neuen Ungleichheiten in der Gesellschaft. Es ist schwer zu entscheiden, wer ernsthaft studiert.

Die Einführung eines Bildungsgeldes würde allen Studierenden die Möglichkeit eines erfolgreichen Studiums, einer materiellen Absicherung der Existenz und gesellschaftlicher Teilhabe bieten. Es würde auch denjenigen Zugangsmöglichkeiten eröffnen, denen ihre soziale Herkunft hohe Hürden in den Weg stellt. Es wäre ein erster Reformschritt. Das Bildungsgeld ist aber kein Grundeinkommen. Es ist an ein Studium gebunden, immer wieder auch mit der Frage und Kontrolle konfrontiert, wer „ernsthaft" studiert. Schon die Bestimmung, was „ernsthaft" meint, dürfte konfliktreich sein – ebenso die Ausgestaltung von Entscheidungsinstanzen. Deswegen ist das Bildungsgeld für alle Studierende eben nur ein Schritt hin zu einem Grundeinkommen, das allen Menschen (universell) bedingungslos und individuell zusteht.

Ein bedingungsloses Grundeinkommen für Studenten lädt zu Missbrauch ein. Das eröffnet jedem mit Abitur den Zugang zu einem Grundeinkommen durch Immatrikulation, so impliziert die Bedingungslosigkeit. Gegenüber Menschen ohne Hochschulzugangsberechtigung führt das zu einem unwürdigem Parallelsystem. Sozialleistungen, die über die Sicherung des absoluten Existenzminimums hinausgehen, müssen an Bedingungen geknüpft sein. Keine Sozialleistung wird sich ganz ohne Schlupflöcher entwicklen lassen, außer der Staat vergräbt sich im Mikromanagement.Aus Respekt vor dem Steuerzahler ist die Bedingungslosigkeit eines Grundeinkommens untragbar. Die Kassen unseres Staats sind nicht unendlich. Unser Sozialstaat sollte ein Sprungbrett sein und nicht nach dem Prinzip der Hängematte konstruiert sein.

24. Januar 2022

In einem Tutorium geschieht das Unbegreifliche. Ein Amokläufer verletzt drei Studierende, tötet eine 23-jährige Studentin und erschießt sich selbst. Eine Rekonstruktion des Tages

Alexander Fichtelmann

21, drittes Semester,
studiert Mathe:

Eigentlich bin ich selten in der Mensa. Aber heute gab es Schupfnudeln, deswegen war ich dort. Ich saß hinten [in der Zentralmensa*], also über dem Café Botanik. Die anderen, die mit mir am Tisch waren und zusammen Mittag gegessen haben, meinten: „Hier gab es eine Schießerei oder sie gibt es noch." Wir haben uns umgeguckt, aus den Fenstern geschaut. Wir haben draußen sehr viele Polizist:innen herumlaufen sehen.

*Anmerkung der Redaktion





Fotos: nni

Die Polizei sperrt den Campus; der Tatort INF 360

Mia

20, fünftes Semester, studiert Phsysik:

Wir waren am Montag gerade direkt vor dem Botanischen Garten, als ich die Nachricht in der WhatsApp Gruppe las, wir sollen nicht in die Nähe von INF 360. In diesem Moment habe ich gar nicht richtig realisiert, was da gerade los ist und bin einfach in eine andere Richtung gegangen. Erst als ich abends zuhause erstmals wieder klar denken konnte, wurde mir die Tragweite und Schrecklichkeit der Situation richtig bewusst. Meine Gedanken sind bei allen Betroffenen, auch wenn ich mir nicht annähernd vorstellen kann, was sie durchmachen.

Leonie

18, erstes Semester,
studiert Philosophie und Kunstgeschichte:

Ich saß im Bib-Kaffee in der Altstadt, als ich plötzlich aus einer Ecke hörte: „Es kommt gerade zu einem Amoklauf im Feld". Es hat sich sehr schnell weiter herum gesprochen. Wir haben versucht, uns gegenseitig Mut zuzusprechen und mit Betroffenen im Feld Kontakt aufzubauen. Ich hatte sehr große Angst um viele meiner Freunde, die sich in dieser Zeit dort aufhielten.

12:00

Beginn des Tutoriums für organische Chemie im Hörsaal, INF 360

12:24

Sieben Notrufe werden innerhalb von 43 Sekunden abgesendet

12:30

Drei Streifenwagen erreichen den Botanischen Garten

12:36

Moodle-Nachricht über eine Schießerei am INF 360

12:43

Die Polizei betritt den Hörsaal

12:51

Der mutmaßliche Täter wird außerhalb des INF 360 tot aufgefunden

13:00

Erste Pressemitteilung der Polizei Mannheim: „Das Neuenheimer Feld ist derzeit weiträumig abgesperrt. Näheres ist noch nicht bekannt"

13:49

Zweite Pressemitteilung der Polizei Mannheim: „Der Täter ist tot"

13:59

Eilmeldung zur Tat auf tagesschau.de

15:10

Dritte Pressemitteilung der Polizei Mannheim: „Derzeit ist keine Gefahrenlage mehr gegeben"

ca. 16:00

Eine 23-jährige Studentin erliegt ihren Verletzungen

16:00

Geplantes Ende des Tutoriums für organische Chemie im Hörsaal, INF 360

seither

Heidelberg trauert

Peter Abelmann

Vorsitzender des StuRa:

Es war ein bewegender Tag für uns alle. Eine der Herzkammern des studentischen Lebens wurde erschüttert. Ich selbst kann nur sagen, dass ich zutiefst geschockt bin. Gestern bin ich durch die ganzen Interviews vor der Frage des „Wiesos" weggelaufen. Diese Frage habe ich mir dann die ganze Nacht gestellt. Die zersetzende Kraft, die solche Taten haben, ist allgegenwärtig. Ich hoffe, dass wir dies überwinden können.

Marie

sozialistisch-demokratischer Studierendenverband,
studiert Biowissenschaften:

Ich sitze selber regelmäßig in dem Hörsaal. Ich wollte mich bedanken für die Solidarität, die wir in den letzten Stunden erfahren haben. Dieses kollektive Dastehen von Menschen heute Mittag, das war unglaublich.

Roland Gromes

Lehrkoordinator bei Centre of Organismal Studies, Heidelberg,
warnte um 12:36 seine Studierenden über Moodle:

Für mich war in dem Moment erstmal nur wichtig, den Notruf abzusetzen, zu sehen, dass Ersthelfer im Hörsaal waren und dann die Studierenden zu warnen, die sonst jede Minute eingetroffen wären. Danach kam dann der eigene Schock und jetzt steht nach und nach die Verarbeitung und die Frage nach dem „Wie weitermachen?" an. Dass wir gemeinsam – Studierende und Dozenten – Wege finden werden, da bin ich sicher.





Fotos: nni

Studierende bekunden ihre Anteilnahme

Duc Thien Bui

Fachschaft Molekuale Biotechnologie:

Wir können uns nicht einmal vorstellen, wie es unseren Komiliton:innen während der schrecklichen Minuten und auch jetzt danach geht. Den Terror und die Angst, die sie durchleben mussten, können wir nicht begreifen. Wir werden diesen Schrecken nie vergessen.

Jannik Peschkes

studiert Geowissenschaften:

Um 12:45 Uhr kam per WhatsApp eine Warnung in der Semestegruppe, danach hatte ich Vorlesung um 13:15 Uhr. Der Prof wusste von nichts. Nachdem wir ihn in Kenntnis gesetzt haben, wurde die Vorlesung normal abgehalten. Kein Lockdown, überhaupt keine Vorbereitung. Das ist Standard in jeder öffentlichen Einrichtung, warum nicht in der Uni?
Ich selber war nicht unmittelbar betroffen. Dennoch nimmt es mich sehr mit.



Kann der was? Stura im Fokus

Die Studierendenvertretung wird einmal jährlich gewählt. Doch wie viel wissen Studierende über das Gremium? Eine Straßenumfrage

Alle kennen den Stura, aber niemand weiß, was er tut. Das ist, zugespitzt formuliert, das Bild unter Heidelberger Studierenden. Was wissen die Mitbewohnerin und der Referatspartner über das Zentralorgan der studentischen Selbstverwaltung an ihrer Uni? Wir haben bei einigen von ihnen nachgefragt.

„Irgendwas Studentisches, ich weiß es nicht so ganz genau“, gibt Laura* zu. „Eine Freundin von mir ist im Stura, deswegen weiß ich, was das ist“, sagt uns Melina.*

Jakob Nägle hat letztes Jahr für den Stura kandidiert. „Ich musste es einigen erklären und sie animieren, wählen zu gehen“, erinnert er sich. Viele hätten bloß gewusst, dass es die Verfasste Studierendenschaft gibt, sagt der Medizinstudent – aber nicht, was sie tut.



Unbekannt: Das StuRa-Büro in der Albert-Ueberle-Straße

Foto: nni

Für manche Dinge ist der Stura dann doch bekannt. Mehrere Studierende nennen das Nextbike-Abo, das er ausgehandelt hat. Auch die Theaterflatrate findet Erwähnung. Relativ viele wissen, dass sich Abgeordnete aus den Fachschaftsräten im Stura treffen und unter anderem über Finanzbeschlüsse beraten. Nur wenige erwähnen den grundlegenden Status des Sturas als Zentralorgan der studentischen Selbstverwaltung.

Politik, auch Hochschulpolitik, lebt vom Kleinteiligen und von den leicht übersehenen Dingen. „Was eine Freundin von mir im Stura gemacht hat, ist, dass sie, als sie in der Arbeitsgruppe Ernährung oder so war, diese Dinger eingeführt hat, dass man in der Mensa draufdrücken kann und dann Ketchup kommt“, berichtet Till.* „Davor gab es das nur in so Verpackungen, und jetzt spart man Verpackungen und kann sich mehr Ketchup holen, und es ist billiger. Ich habe den Stura auch gewählt, ich bin selbst bei einer politischen Hochschulgruppe.“

> „Irgendwas Studentisches, ich weiß es nicht genau“

Wer den Stura kennt, ist oft persönlich mit ihm in Kontakt gekommen. Unsere Gesprächspartner:innen, die gut über ihn Bescheid wissen, schreiben das ihren lebensnahen Berührungspunkten zu. Leon* und Nina* glauben, dass ein großer Teil der Studierenden wenig über den Stura weiß, „vor allem, wenn Leute nicht in der Fachschaft sind“, sagt Leon.* Nina* ergänzt: „Ja genau, dann hat man wenig Berührungspunkte damit.“ **(lkj)**

**Namen von der Redaktion geändert. Umfrage: jbi, dgo, koe, lkj*

Hochschule in Kürze

Bürgermeisterwahl verschoben
Nach Protesten des Sturas verschiebt der Gemeinderat die Bürgermeisterwahlen in Heidelberg auf den 06. November. Da der ursprüngliche Termin in den Sommersemesterferien lag, befürchteten studentische Vertreter:innen eine niedrige Wahlbeteiligung unter den Studierenden. Durch eine Pressemitteilung und einen offenen Brief machte der Stura auf das Problem aufmerksam. Nun wird der Termin verschoben, um jungen Menschen die Teilnahme an der Wahl zu ermöglichen. **(jli)**

FZS fordert Solidarsemester
Die Bundesstudierendenvertretung (FZS) fordert für das laufende Wintersemester erneut ein bundesweites Solidarsemester. Durch die andauernde Pandemie und die wechselnden Regelungen sei ein normales Studium nicht möglich gewesen, außerdem hätten die Studierenden unter anhaltenden finanziellen und mentalen Belastungen gestanden. Ein Solidarsemester verlängert die Regelstudienzeit der Studierenden, was unter anderem über das Recht auf Bafög entscheidet. **(jli)**

Neuerungen beim Medizinertest
Erstmals im Jahr 2022 findet der Medizinertest zweimal statt: im Mai und im November.
Die Möglichkeit, das Testergebnis bei einem Zweitversuch zu verbessern, ist aber nicht die einzige Neuerung: „Muster zuordnen“ ersetzt ab 2022 den Untertest „Konzentriertes und Sorgfältiges Arbeiten“.
Wird der Test zweimal geschrieben, sind beide Ergebnisse gültig und es gibt die Möglichkeit, selbst zu entscheiden, welches für die Bewerbung genutzt werden soll.
Der Medizinertest kann die Chancen auf einen Studienplatz also nur verbessern. **(hmb)**

Wenige beziehen BAföG

Nur elf Prozent der Studierenden erhalten das Geld

Weniger Studierende und Schüler:innen beziehen BAföG, dafür sind die Fördergelder gestiegen. Das geht aus dem 22. BAföG-Bericht der Bundesregierung hervor.

Mit dem sogenannten 26. BAföG-Änderungsgesetz aus dem Jahr 2019 erhöhte sich der Bedarfssatz um insgesamt sieben Prozent.

Das ist der Betrag, von dem der Gesetzgeber ausgeht, den Schüler:innen und Studierende für ihren Lebensunterhalt benötigen.

Die Förderbeträge für Studierende stiegen durchschnittlich um 23,5 Prozent auf 574 Euro, hingegen ist die Zahl der geförderten Studierenden seit 2016 um fast 15 Prozent gesunken. Das macht im Jahr 2020 rund 321 000 BAföG-Empfänger.

Auch die Corona-Pandemie beeinflusste das BAföG im Jahr 2020 und führte zu Modalitäten.

Die Bundesregierung gibt den BAföG-Bericht alle zwei Jahre heraus, der aktuelle erschien für die Jahre 2017 bis 2020.

Bundeskanzler Olaf Scholz hat in seiner Regierungserklärung angekündigt, weitere Reformen zu unternehmen, damit mehr Studierende vom BAföG profitieren können. **(mas)**



Hochschule bleibt unterbelichtet

In der Neuen Uni tappen Studentinnen im Dunkeln – und nicht nur das

Auf dem Weg zur Neuen Universität steigt die Freude auf die modernen studentischen Gefilde mitten in der kultigen Altstadt. Auch beim Eintreten wird man nicht enttäuscht, die hohen Decken, die breiten Treppen, goldenes Geländer; durchweg elitär, exzellent!

Und wenn es einem dann während der Vorlesung nach einer Pause auf dem stillen Örtchen beliebt, ist auch hier Verlass auf die Uni Heidelberg. Vor allem, wenn man in der Neuen Aula sitzt und die Toilette in nächster Nähe ansteuert.

> Das Konzept „Pinkeln im Dunkeln“

Denn dort wartet Heidelbergs eigene Erlebnistoilette auf seine Studierenden! Das Konzept „Pinkeln im Dunkeln“ gibt es jetzt bereits seit Anfang des Semesters und bietet Besucherinnen der Damentoilette im zweiten Stock absolute Dunkelheit auf dem stillen Örtchen, wobei die Stille auch garantiert ist – denn die Neuheit stößt leider nicht bei allen auf den gewünschten Anklang.

Dabei wurde bei der Planung sogar darauf geachtet, dass die Klokabinen auch oben abgeschlossen und somit völlig abgedunkelt sind. Es liegt auf der Hand: Blind-Dating, Dunkel-Restaurants und vieles mehr florieren und jetzt haben wir sogar ein hauseigenes Exemplar!

Es wäre doch möglich, die Toilette und die Idee dahinter weiter zu entwickeln und sie als die dunkelste ihrer Art zu gestalten, indem man die Wände mit dem schwärzesten Schwarz streicht und die Lampen endgültig entfernt, da diese ab und zu, ungewollt ein Fünkchen Licht spenden. Vor der Toilette könnte eine Art Tunnel als Eingang etwas ganz Besonderes sein und das Eintreten direkt erlebbarer gestalten.

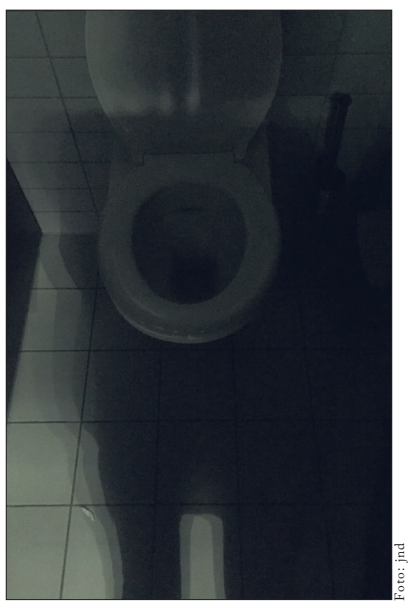


Foto: jnd

Originalfoto aus der Erlebnistoilette – vielleicht bald eine Attraktion?

Nicht nur Studierende der Universität, auch Dunkel-Fans weltweit könnten nach Heidelberg pilgern und das besondere Erlebnis gemeinsam teilen. Vielleicht bekäme das sonst so stille Örtchen dann endlich die Aufmerksamkeit, die ihm eigentlich gebührt! **(jnd)**

ANZEIGE

Seit über 45 Jahren erfolgreiche Kurse zum
LATINUM + GRAECUM
während der Semesterferien und semesterbegleitend
* für Anfänger und Fortgeschrittene
* soziale Beiträge + Lernmittelfreiheit
* kleine Arbeitsgruppen
* erfahrene Dozenten
* anerk. Prüfungen (Latein-/Griechischkenntnisse)
HEIDELBERGER PÄDAGOGIUM
gemeinnütziges Bildungsinstitut
69120 Heidelberg, Schröderstr. 22a, Tel.: 45 68-0, Fax: 45 68-19
www.heidelberger-paedagogium.de

Wir eröffnen Perspektiven für Studierende und Absolventen.
Auch jetzt sind wir für Sie da!
Wir bieten weiterhin individuelle Beratung zu Ihrem beruflichen Einstieg nach dem Studium und Bewerbungsmappenchecks an.
Heidelberg.Hochschulteam@arbeitsagentur.de
Dienstags von 10:00 - 12:00 Uhr erreichen Sie uns direkt unter 06221 524 172.



Bundesagentur für Arbeit
Agentur für Arbeit Heidelberg
bringt weiter.

Willkür der Justitia

Die oft als unfair empfundene Klausurkorrektur ist für viele Jurastudierende ein ungeschriebener Bestandteil ihres Studiums. Drei Perspektiven geben einen Blick hinter die Kulissen

Ein Blick auf die Klausur und Mira bricht in Tränen aus. Trotz wochenlangem Büffeln folgt oft eine vernichtende Klausurkorrektur, die nicht konstruktiv kritisiert, sondern persönlich wird. Ein Gefühl der Ungerechtigkeit, das wie Mira viele Jurastudierende kennen.*

Die Tür der WG fällt knallend ins Schloss. Durch die dünnen Wände der Altbauwohnung hört man, wie Mira* ihre Tasche in die Ecke schmettert. Die Jurabücher darin klatschen laut gegen die Wand. „Das ist so, so unfair“, ruft sie und rauft sich durch die hüftlangen Haare. Heute hat sie ihre Klausur zurückbekommen.

„Ich habe schon wieder diesen schlimmen Korrektor“, sagt Mira und lässt sich auf einen Stuhl in der Küche fallen. „Der Korrektor, der jeden richtig schlecht bewertet. Ich glaube, seine Notenskala hört bei 9 Punkten auf.“ Ihre Wangen sind von der Aufregung noch ein wenig gerötet. Eine ungerecht empfundene Bewertung ist für die Jurastudentin nichts Neues. „Ich wollte mir die Klausur bei der Rückgabe gar nicht erst anschauen, sie schnell in meiner Tasche verschwinden lassen. Dann ist mir die Schrift auf dem Rückblatt aufgefallen“, erzählt sie und stützt ihr Gesicht dabei in den Händen ab. „Ich wusste, es ist wieder er. Ich habe sofort angefangen zu weinen“. Sie schaudert.

Nachvollziehen kann sie die Korrektur nicht. „In seiner Bewertung sind nur Haken und ein einziger Kritikpunkt, der aber so gering ist, dass er die Note nicht rechtfertigen kann“. Miras Hand, die eben noch ihr Gesicht gestützt hat, knallt nun auf den Tisch. „Ich kann noch nicht einmal remonstrieren.“

Für eine erfolgreiche Zweitkorrekur, genannt Remonstration, müssen die Betroffenen darlegen können, dass die Erstkorrektur fehlerhaft ist. Ohne konstruktives Feedback ist die Angriffsfläche meist klein. „Das ist so unkonkret, da kann man nichts machen. Die Korrektor:innen können die Notenskala setzen wie sie wollen, man ist ihnen ausgeliefert. Alle meine Noten und mein Erfolg im Studium liegen an der subjektiven Einschätzung einer Person“, resümiert Mira. Selbst bei einer Remonstration geht die Zweitkorrektur wieder an den-/dieselbe Korrektor:in zurück.

Ihre Mitbewohnerin Sarah*, die von dem Lärm in der Küche aufgeschreckt wurde, kennt das Gefühl gut. Sie studiert auch Jura. „Richtig häufig steht über Seiten nur eine riesige Linie am Rande mit „falsch!“ oder „nein!“ oder „unnötig!“. Teilweise sind die Korrekturen kurz und nach Schema, obwohl eine Jura-Klausur subjektiv und umfangreich ist. Das kann der Leistung gar nicht gerecht werden“, sagt sie. Die Examenskandidatin weiß, wie sehr eine unfaire Korrektur am Selbstwertgefühl nagen kann.

Eine besonders harsche Korrektur verfolgt sie bis heute. „Bei meiner schlimmsten Bewertung stand in der Überschrift „eine im Großen und Ganzen unbrauchbare Leistung mit erheblichen Mängeln“, erinnert sie sich und schüttelt dabei leicht den Kopf. Eine Kritik, die sie nicht als sachlich, sondern als persönliche Beleidigung empfindet. „Ich hatte das Gefühl, dass mir der Korrektor vorgeworfen hat, ich hätte gewisse Sachen absichtlich nicht gesehen oder falsch gelöst. So nach dem Motto: So hättest du die Arbeit erst gar nicht abgeben müssen“, sagt sie. Ihre Stimme ist leiser als Miras. Anstatt zu gestikulieren, hängen ihre Schultern schlaff nach unten. Der Vorfall beeinflusst seitdem auch ihre Examensvorbereitung. „Ich habe jedes Mal Angst, dass er mich wieder korrigieren könnte. Oft frage ich mich, ob ich gut genug bin, um eine Klausur abgeben zu können.“ **(lia)**

**Namen von der Redaktion geändert*

> Viele empfinden Kritik als persönliche Beleidigung



Bild: dgo

Ist das Wahrzeichen der Gerechtigkeit aus dem Gleichgewicht geraten?

Benjamin korrigiert seit einem knappen Jahr juristische Klausuren und Hausarbeiten der Uni Heidelberg. Im Gespräch macht er Verbesserungsvorschläge*

Jura ist bekannt für seine schlechten Noten. Woran liegt das?

Es gibt viele Dinge, die man gleichzeitig bedenken muss – zum Beispiel den Gutachtenstil und verschiedene Prinzipien. Da schreibt man schnell an der Klausur vorbei. Das verunsichert viele, da sie mit Bestnoten von der Schule kommen. In Jura gehört man aber schon mit neun von 18 Punkten zu den Besten.

Viele Studierende sehen den Grund bei den strengen Korrektor:innen.

Es gibt definitiv Leute, die streng korrigieren. Die Frage ist, ob das immer böse gemeint ist. Ich glaube, dass es besser ist, wenn man im zweiten oder dritten Semester gesagt bekommt: Das reicht noch nicht, du musst mehr tun. Das kann dann ein Aufrütteln sein.

Das funktioniert aber nur, wenn die Korrektur verständlich begründet ist. Es gibt Berichte von wenigen Häkchen und einer sehr knappen Schlussbemerkung.

Der Klassiker ist eine unkommentierte Wellenlinie am Rand, bei der man denkt: Was heißt das jetzt? Eine ausführliche Begründung der Korrekturen gehört natürlich dazu.

Da besteht die Gefahr, dass die Korrekturen subjektiv und nicht vergleichbar sind. Ist das nicht ungerecht?

Chancengleichheit ist ein Problem. Gleichwertige Arbeiten bekommen nicht immer die gleiche Note. Aber: Jura ist nicht Mathe. Häufig ist mehr als eine Argumentation möglich, die ich als Korrektor gewichten muss. Das Gleiche gilt für Fehler.

Welche Vorgaben machen da die Professor:innen? Die könnten das doch festlegen.

Machen sie auch. Für jede Arbeit gibt es eine Lösungsskizze. Dort steht aber nur sehr selten, wie viele Punkte einzelne Teile wert sind. Fehler oder andere Lösungswege muss ich selbst bewerten. Lösungsskizzen mit Gewichtung würden das verbessern.

Könnte ein:e Korrektor:in andere Schwerpunkte als ein:e Professor:in in der Klausurbesprechung setzen?

Auf jeden Fall! Wenn die Lösungsskizze nicht gewichtet ist, bleibt leider viel Raum für Subjektivität.

Werden deine korrigierten Klausuren noch einmal überprüft, bevor sie an die Studierenden gegeben werden?

Bei mir gab es bisher nur einmal Änderungswünsche des Lehrstuhls. Ich glaube aber, dass allgemein nur bei besonders guten oder schlechten Bewertungen geprüft wird. Für eine flächendeckende Kontrolle fehlt wahrscheinlich das Personal.

Wie kann ich mir dann sicher sein, dass ein:e Korrektor:in sein Handwerk beherrscht?

Die Korrektoren sind ziemlich auf sich allein gestellt, man kennt sich nicht untereinander. Neulingen wird nicht gesagt, worauf sie achten sollen. Da wird man ins kalte Wasser geworfen. Ich denke, dass es sinnvoll wäre, alle neuen Korrektoren in einem kurzen Workshop einzuarbeiten. Außerdem sollten die ersten Korrekturen nachkorrigiert werden.

Eine Nachkorrektur können auch die Studierenden einfordern. Das nennt man dann Remonstration. Geht die Klausur dann an dich zurück?

Ich musste bisher noch nie meine eigenen Klausuren nachkorrigieren, sondern immer die von anderen Korrektoren. Manche gehen aber auch direkt zum Korrektor zurück, das ist natürlich wenig sinnvoll. Wie häufig das passiert, weiß ich aber nicht.

Wann würdest du empfehlen zu remonstrieren?

Wenn ich das Gefühl habe, dass ich das gebracht habe, was verlangt wurde, meine Korrektur aber im Stil „Wellenlinie, Wellenlinie, Häkchen – vier Punkte“ verfasst ist.

Andererseits könnte sich die Note nach einer Remonstration auch verschlechtern.

Ich bin noch nicht lange dabei, habe aber noch keine einzige remonstrierte Klausur nach unten korrigiert. Die Begründung ist der springende Punkt. Es reicht nicht, um eine bessere Note zu bitten. Deshalb ist es wichtig, zur Klausurbesprechung zu gehen.

Werden Remonstrationen bezahlt?

Nein, die sind in der Bezahlung pro Klausur oder Hausarbeit mit inbegriffen.

Wie gut ist die Bezahlung?

Man wird pro Klausur oder Hausarbeit bezahlt. Ich finde die Bezahlung okay. Aber es ist klar, dass der Stundenlohn sich verbessert, wenn man schneller korrigiert. Darunter leidet dann die Qualität der Korrektur.

Interview: Thomas Degkwitz

** Name von der Redaktion geändert*

Jan Schuhr ist Studiendekan und Professor für Strafrecht an der juristischen Fakultät in Heidelberg. Schuhr versteht die Aufregung nicht. Im Großen und Ganzen sei man zufrieden. Schuhr meint: „Viele haben zu diesem Thema leider sehr vorgefertigte Meinungen.“

Von der allzu großen Fixierung auf Noten hält Schuhr in den ersten Semestern wenig, im Wesentlichen gehe es in dieser Zeit um gutes Feedback und erste Praxis. Studierende müssten lernen, eine Klausur zu schreiben, am wichtigsten sei schlicht und ergreifend die Übung. Er bedient sich des Klassikers unter den Jura-Metaphern: „So wie der Chirurg sein Skalpell, so muss der Jurist seine Argumentationstechnik beherrschen lernen.“ Reine Theorie sei das eben nicht, jede:r müsse seine eigenen Erfahrungen machen.

Die Organisation des Korrekturverfahrens der Klausuren und Hausarbeiten möchte er deshalb nicht auf die Goldwaage legen. Die Mittel der Fakultät seien knapp bemessen, die Einarbeitungspauschale erprobe man aber konzeptionell. Die schwierige Suche nach Korrektor:innen spiele der Fakultät nicht in die Karten.

Maximale Objektivität bei den Korrekturen und den Lösungsskizzen der Lehrstühle könne aber auch nicht das Ziel sein. Keine juristische Argumentation gleiche der anderen. Vermeintlich präzise Lösungsskizzen suggerierten eine Vergleichbarkeit, die in der Praxis nie gegeben sein könne. Übergenaue Lösungsschemata verhinderten, dass Korrektor:innen auf individuelle Leistungen eingingen und diese ernst nähmen.

Es solle somit den Korrektor:innen überlassen bleiben, sich eigene Gedanken zu machen und die Schwerpunktsetzung einer Arbeit zu erkennen. Vom *ruprecht* befragte Korrektor:innen hatten sich hingegen präzisere Lösungsskizzen gewünscht.

> Maximale Objektivität kann nicht das Ziel sein

Schuhr erkennt diesen Widerspruch, möchte die Verantwortung aber in den Händen der Korrektor:innen belassen. Diese seien im Wesentlichen sehr gut für ihre Aufgaben qualifiziert; größere Punktabweichungen seien selten.

Dass mit den Korrektor:innen alles steht und fällt, wird aber wiederholt deutlich. Denn Remonstrationen leite man regelmäßig an die ursprünglichen Korrektor:innen weiter, es gehe schließlich auch um deren Lernkurve. Schuhr versichert aber: „Meine engsten Mitarbeiter schauen dann nochmal drüber.” In Stichproben überprüfe man außerdem die Arbeit aller Korrektor:innen.

Bedauernd steht er der großen Bedeutung von Noten für Studierende in den ersten Semestern gegenüber. Zwar seien diese wichtig für Stipendien, Auslandsaufenthalte und Praktika. „Übergroßer Leistungsdruck und ausgeprägtes Konkurrenzdenken unter den Studierenden führen aber zu nichts“, sagt Schuhr.

Die Noten seien in Ermangelung eines besseren Kriteriums wichtig, sollten jedoch möglichst als ein guter Rat verstanden werden. Persönliches Wachstum und das Studium als Zeit des Lebens und Lernens blieben das Wichtigste, meint Schuhr. „Ich rate deshalb zu Gelassenheit.“ **(vtv)**

ANZEIGE



Studizeitung soll schweigen

Die Immobilienfirma United Capital verklagte die Leipziger Hochschulzeitung *luhze* wegen kritischer Berichterstattung. Doch zur Verhandlung kam es nicht

Bezahlbarer Wohnraum – Streit um die Vorgehensweise von United Capital“, titelte die Leipziger Hochschulzeitung *luhze* in ihrer Dezemberausgabe. Damals ahnte noch keines der Redaktionsmitglieder, dass sie aufgrund des besagten Artikels einen Monat später vor Gericht geladen würden.

Ausgangspunkt der Auseinandersetzung war ein Artikel über die Immobilienfirma United Capital RE GmbH, die Wohnungen kauft und als WGs für Preise von bis zu 18 Euro pro Quadratmeter vermietet. In dem Artikel kamen neben United Capital auch die Mieter:innen zu Wort, die gegen die Methoden der Immobilienfirma vorgehen wollen.

Kurz vor Weihnachten traf dann ein Unterlassungsantrag bei der Hochschulzeitung ein, in dem United Capital forderte, bestimmte Passagen des Artikels zu streichen. Man fühle sich in seinem Unternehmenspersönlichkeitsrecht verletzt. Da *luhze* darauf nicht einging, folgte wenig später der Antrag auf einstweilige Verfügung. Der Termin für die mündliche Verhandlung vor dem Landgericht Leipzig wurde für den 21. Januar 2022 angesetzt.

Die Redaktion sei geschockt gewesen, erzählt die Vereinsvorsitzende Luise Mosig. Hatte es früher Auseinandersetzungen aufgrund ihrer journalistischen Arbeit gegeben, so hätten diese immer außergerichtlich gelöst werden können.

Tatsächlich stellte der Rechtsstreit für die unabhängige Hochschulzeitung, die sich lediglich aus Mitgliedsbeiträgen und Anzeigen finanziert, eine große Herausforderung dar. Eine Niederlage gegen United Capital hätte das Ende von *luhze* bedeuten können. Auf United Capitals Forderungen eingehen wollten die Studierenden aber auch nicht.

Die Autorin des Artikels, Leonie Beer, steht hinter ihrem Text. „Ich habe mir keine Aussagen zu eigen gemacht. Ich habe durch indirekte Rede nur Meinungen anderer wiedergegeben. Dagegen ist nichts zu sagen“, erklärt sie. Auch Mosig betont, dass sie einen ganz normalen redaktionellen Ablauf verfolgt hätten. In der Klage sieht die Hochschulzeitung deshalb nicht nur einen Angriff auf sich, sondern auf den gesamten freien Journalismus. Aus diesem Grund sind die Studierenden mit dem Fall an die Öffentlichkeit gegangen und haben um Unterstützung gebeten – und die erhielten sie sowohl von erfahrenen Leipziger Journalist:innen als auch dem Deutschen Journalistenverband und überregionalen Zeitungen.

„Es spricht viel dafür, dass es United Capital vor allem um Einschüchterung einer ehrenamtlich organisierten Hochschulzeitung mit kleinem finanziellen Spielraum geht. Die Berichterstattung der *luhze* in diesem Fall ist – kritischer Journalismus“, twitterte der Deutsche Journalistenverband Sachsen.

Doch es sollte zu einer weiteren überraschenden Wendung kommen. Am Abend des 20. Januar, einen Tag vor der Gerichtsverhandlung, teilte United Capital der Hochschulzeitung mit, ihren Antrag auf einstweilige Verfügung nun doch zurückziehen zu wollen. Leonie Beer zeigte sich erleichtert und vermutet, der Druck sei durch die ganze Berichterstattung wohl einfach zu groß geworden.

Gegenüber dem *ruprecht* wollte United Capital keine Stellungnahme abgeben. In einer Pressemittelung begründet das Unternehmen seinen Schritt damit, dass sich „das Ganze auf eine Ebene mit vorgeblichen Einschränkungen und Angriffen auf die Pressefreiheit verselbstständigt“ habe. Luise Mosig beschreibt den Fall als ein prägendes Ereignis für die gesamte Redaktion. Insgesamt hätten die Geschehnisse ihr Verständnis von journalistischer Recherche und kritischer Berichterstattung aber nur bestärkt. **(lak)**



Bild: Johannes Rachner

Redaktionsmitglieder von *luhze* auf der Kundgebung vor dem Landgericht

Psychotherapie für alle?

Viele Menschen gehen zur Therapie, um persönliche Krisen zu bewältigen. Der Psychologe Volker Kreß zeigt ergänzende Ansätze auf

Prüfungsangst, fehlende Motivation oder Panik sind Probleme, die vielen Studierenden bekannt vorkommen. Einige suchen Hilfe bei Psycholog:innen. Doch könnten von einer Psychotherapie auch Menschen ohne diagnostizierte Erkrankung profitieren? Darüber sprechen wir mit dem Psychologen Volker Kreß.

Die Krankheitsrate von Menschen, die psychische Störungen haben, hat sich nicht verändert. Gleichzeitig steigt die Anzahl der Menschen, die sich bei Therapeut:innen Hilfe suchen. Volker Kreß arbeitet seit zehn Jahren in der psychosozialen Beratung der Universität Heidelberg. Die Gründe, warum Studierende zur Beratungsstelle gehen, seien vielseitig: Prüfungsangst, fehlende Motivation zum Aufstehen, Arbeitsstörungen, Panik oder wiederkehrende Essstörungen, die als geheilt galten.

Studierende aus dem Ausland beispielsweise kontaktieren die Beratung wegen unerwartetem Heimweh und fehlenden sozialen Kontakten. Kreß berichtet, dass viele Studierende zu hohe Ansprüche an sich selbst haben und sich mit anderen vergleichen.

Sollte jede:r zur Psychotherapie gehen?

So kommt die Frage auf, ob eine Psychotherapie auch Menschen helfen könnte, die keine diagnostizierte Erkrankung haben. Laut Kreß bestehe das Problem darin, dass Krankenkassen die Kosten einer Therapie nur übernehmen, wenn eine Diagnose gestellt wurde. Andernfalls würde die Person als „nicht behandlungswürdig“ eingestuft. Aber hat nicht jeder Mensch gestörte Verhaltensmuster, die einer therapeutischen Behandlung würdig wären? Das Setting einer Therapiesitzung, also ein aufmerksamer Gesprächspartner, der fünfzig Minuten zuhört und das eigene Verhalten spiegelt, analysiert oder anspricht, ist entscheidend für den Therapieerfolg. Diese Verfahren seien „nur“ natürliche Prozesse, wie sie auch im Alltag stattfinden sollten, meint Kreß. Also ja, in diesem Sinne sollte jede Person, die das Bedürfnis oder Interesse hat, eine Therapie beantragen.

Neutrales Gegenüber

Das Wichtigste an einer Therapie sei das Gegenüber. Deswegen könne man sich als ausgebildete:r Therapeut:in auch nicht selbst therapieren, so Kreß.
Die (körperliche) Präsenz einer zuhörenden Person an einem sicheren und neutralen Ort schaffe Raum für Gespräche über bisher unausgesprochene Themen. Darin liege der Unterschied zu einem Gespräch mit Familie oder Freund:innen: Die Beziehung zu Therapeut:innen hat keine Vergangenheit und keine Zukunft, sodass Patient:innen aussprechen können, was sie wollen, ohne Konsequenzen für ihre zwischenmenschlichen Beziehungen zu fürchten.

> Ein aufmerksamer Zuhörer wirkt therapeutisch

„Nehme ich jemandem einen Platz weg, der ihn dringender braucht?“

Einige Patient:innen stellen sich die Frage, ob sie als nicht diagnostizierte Menschen denjenigen Therapieplätze wegnehmen, die sie dringender bräuchten. Aber wer entscheidet darüber, wer krank ist? „Ich denke eher, dass jeder Einzelne individuell die Entscheidung treffen sollte und nicht jemand an einer Schwelle sitzt und sagt, wer darf und wer nicht“, so Kreß. Personen, die gerne eine Therapie machen wollen, sollten dies tun.

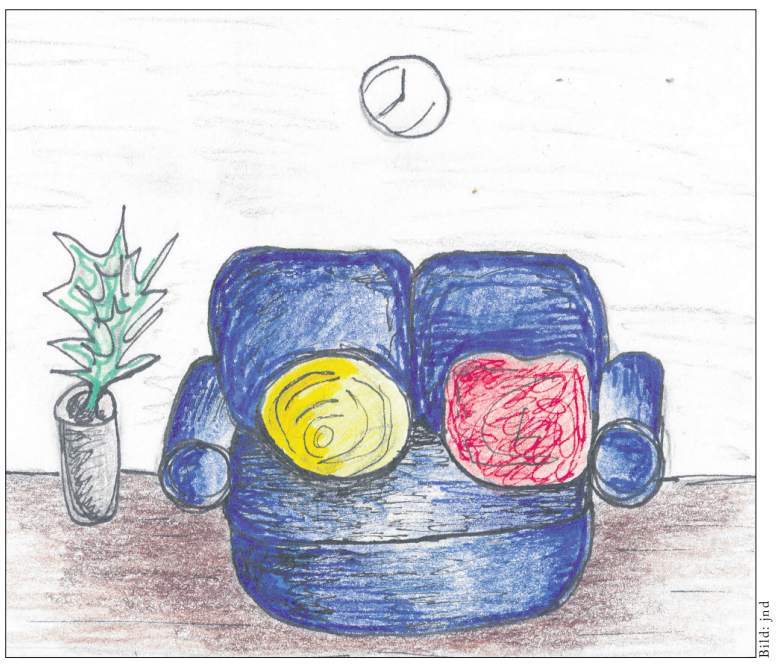


Bild: jnd

Eine Therapie wird für immer mehr Menschen zur Option

Wäre die Welt ein besserer Ort, wenn alle zur Therapie gingen?

Dass alle Menschen zur Therapie gehen, sei mangels praktischer Möglichkeiten ein utopisches Szenario. Die Therapie verwende natürliche und menschliche Mechanismen, nämlich dem anderen in die Augen zu schauen, aufmerksam zuzuhören und zu spiegeln, was man verstanden hat und was nicht.
Das Fehlen bedeutsamer Beziehungen sei das Problem. „Würden wir das häufiger tun, wären viele Menschen entspannter und würden sich wohler fühlen“, meint Kreß. **(jbi, hmb)**

7 TAGE



Bild: jnd

Durch Details mehr als nur Jeans und Pullover

Mit einem Outfit durch die Woche

In Deutschland werden im Jahr durchschnittlich 26 Kilogramm Textilien gekauft, schreibt das Umweltbundesamt. Dabei hat die Herstellung große ökologische und soziale Auswirkungen. Beim Anbau der Baumwolle werden Pestizide eingesetzt, Chemikalien für die Weiterverarbeitung gelangen in den Wasserkreislauf und durch den Energieeinsatz entsteht CO_2.

Ich selbst bin Mode-Fan, lege dabei aber großen Wert auf Second Hand. Trotzdem wage ich mich an das 7-Tage Experiment und überlege mir, wie ich es möglichst spannend gestalten kann. Ich bezweifle, dass meinem Umfeld auffiele, wenn ich eine Woche ein schlichtes Outfit tragen würde, die große Erkenntnis bliebe dann wohl aus. Mir kommt die geniale Idee: Sieben Tage das gleiche Outfit tragen und mit anderen Accessoires pimpen! Außerdem frage ich meine Mitmenschen jeden Tag nach einer Bewertung meines Looks, um sicher zu gehen, dass sie auch darauf achten. Wenn sie es dennoch nicht bemerken, spräche das eindeutig für den Accessoire-Trick.

Die Woche startet unspektakulär, meine Freund:innen bewerten meinen Look mit einer acht von zehn. Ich habe eine schwarze Hose und einen schwarzen Pullover mit einem bunten Schal und einer blauen Strickmütze kombiniert. Noch ist alles im Lot, ich fühle mich wohl und freue mich auf die nächsten Tage.

Ich habe einige Ideen, was ich mit dem All-In-Black-Look anstellen kann, ich krame Schals und Schmuck hervor und setze mir am nächsten Tag einen Hut auf. Trotzdem sinken die Bewertungen und mir fehlt die Individualität. Da hilft auch nicht einmal die Sicherheitsnadel, die ich als Ohrring trage. Studien sind sich einig, dass Kleidung maßgeblich für die Außenwirkung ist.

Im Laufe der Woche fällt mir auch auf, dass ich viel weniger schmutzige Wäsche habe als sonst. Waschen verbraucht nicht nur viel Wasser, es geraten in Deutschland auch jährlich mehr als 600 000 Tonnen Waschmittel ins Abwasser. Nicht alle Inhaltsstoffe werden in der Kläranlage abgebaut. Viele sind giftig für Wasserorganismen und können in unsere Flüsse und ins Meer gelangen. Mit einem minimalistischeren Kleidungsstil müsste ich vermutlich nur alle zwei Wochen waschen.

An den letzten Tagen des Selbstversuchs krame ich nochmal tiefer in der Trickkiste. Ich trage ein rosa Barrett und einen karierten Blazer, ausgefallene Ohrringe und eine passende Kette dazu. Dennoch werden die Hose und der Pullover langsam oll. Ich greife zur Handwäsche und hänge sie über die Heizung, damit ich am nächsten Tag nicht nackt zur Uni muss.

Einer Umfrage von Greenpeace zufolge hängen in deutschen Kleiderschränken fast 5,2 Milliarden Kleidungsstücke, 40 Prozent davon werden selten oder nie getragen.

Bemerkt hat mein Experiment am Ende der Woche keiner. Die Leute, die ich regelmäßig nach Bewertungen gefragt habe, sind allesamt überrascht. Das ist vermutlich das Zeichen, dass man viel weniger braucht, um sich wohlzufühlen, als man denkt. Ein sehr positives Fazit, vor allem für Menschen, die nicht ans Outfit von morgen denken wollen. Vielleicht sind Ausstrahlung und Charakter doch wichtiger für die Außenwahrnehmung als Kleidung. **(jnd)**

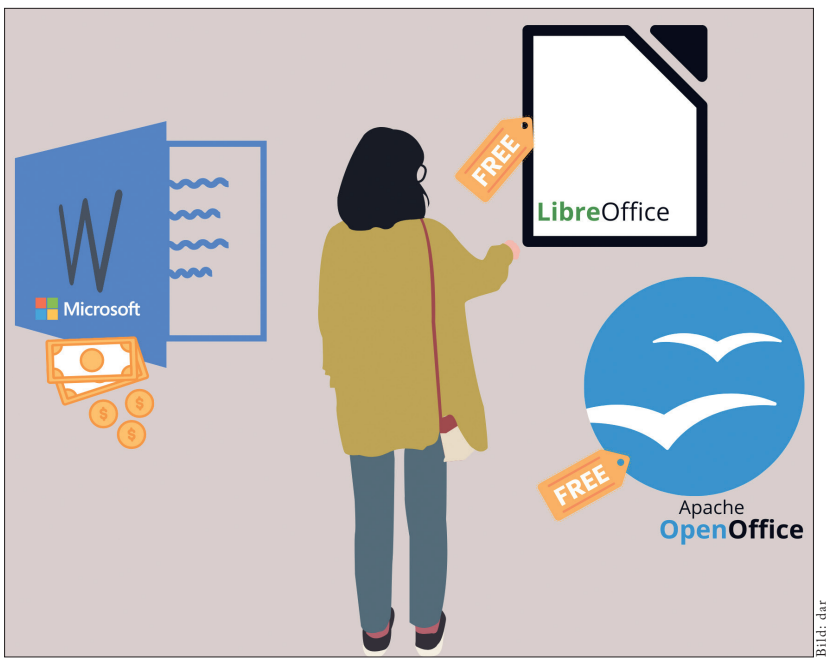


Bild: dar

Trotz guter Alternativen nutzen bisher viele Studierende Microsoft Word

Word im Schafspelz

Hier bin ich Mensch, hier schreib' ich rein. Oder? Microsoft Office im Visier

Microsoft (MS) Office ist seit 39 Jahren Kassenschlager, das meistverwendete Textverarbeitungsprogramm der Welt und erscheint de facto als Monopolist. Es dominiert in den Büros von Behörden und Unternehmen, ist das verbreitetste Tool für Abschlussarbeiten an Universitäten und auch privat das beliebteste Programm um Texte, Tabellen und Präsentationen aller Art zu erstellen.

Dabei steht Microsoft selbst vor allem seit Juli 2020 immer wieder im Fokus von Datenschutz-Diskussionen. In den USA ist Datenschutz nach DSGVO-Standards bekanntermaßen nicht gegeben.

Microsoft reagiert zwar mit einer Anpassung der Richtlinien, doch Expert:innen äußern immer wieder Kritik. Fragen tauchen auf: Was wird aus welchem Grund gespeichert und wieso bezahlen wir bereitwillig dafür?

Mittlerweile verlangt Microsoft für all seine Produkte ein Mitgliedskonto. Für Onlinedienste wie Outlook, Skype und OneDrive ist das nachvollziehbar. Bei den MS Office-Programmen jedoch nicht.

Der Zwang zum Mitgliedskonto wird begleitet vom Zwang zum Internet. In den FAQ's des Unternehmens heißt es: „Wenn Sie sich nicht mindestens alle 31 Tage mit dem Internet verbinden, wechseln Ihre Apps in den Modus mit eingeschränkter Funktionalität. Dies bedeutet, dass Sie Ihre Dokumente zwar anzeigen oder drucken, jedoch nicht bearbeiten können. Darüber hinaus können Sie in diesem Modus auch keine neuen Dokumente erstellen".

Beobachten wir beim Gebrauch von MS Office den Router, bemerken wir, dass kommuniziert wird. Bei der Nutzung erhebt Microsoft Telemetrie-Daten, die per automatischer Datenübertragung durch einen im Hintergrund laufenden Dienst an den Entwickler vermittelt werden.

Daten, die Microsoft von Kunden speichert, beinhalten IP-Adressen, Anmeldeinformationen, Namen und Kontakt-, Standort-, Zahlungs-, Geräte- und Nutzungsdaten, Kontakte, Informationen über Interessen, Browserverläufe, Aktivitäten von Apps, Diensten und vieles mehr.

„Was habe ich zu verstecken?" hört man oft, wenn es um Datenschutz geht. Nichts. Denn jede einzelne Interaktion, die wir online tätigen, wird genauestens aufgezeichnet, beobachtet und ausgewertet.

Egal ob Google, Facebook oder Microsoft: Einzelne Interaktionen werden zu umfassenden Nutzerprofilen entwickelt und ausgewertet. Für ein besseres Nutzererlebnis und Werbezwecke, heißt es in den Datenschutzrichtlinien von Microsoft.

Erschwerend kommt hinzu, dass Microsoft sich im Lizenzvertrag („Microsoft Servicevertrag") das Recht vorbehält, unser geistiges Eigentum zu nutzen: „[U]m die Produkte und Dienste von Microsoft zu verbessern, gewähren Sie Microsoft eine weltweite und gebührenfreie Lizenz für geistiges Eigentum zur Verwendung Ihrer Inhalte."

Richard Serra und Andrew Lewis haben erkannt: „If you're not paying for a product, you are the product." Und hier ist der Knackpunkt: Im Fall MS Office zahlen wir – und sind gleichzeitig das Produkt.

MS Office gibt es entweder als Dauerlizenz oder Abo, beides im Normalfall nicht billig. Studierende der Uni Heidelberg können über das URZ eine günstige Lizenz für knapp vier Euro jährlich erwerben. Auf diese Weise bindet Microsoft zukünftige Kunden an sich.

Dabei gibt es kosten- und bedenkenfreie Alternativen. Denn wer sich Bill Gates' ‚Datenkarussell' entziehen möchte, kann beispielsweise auf LibreOffice und Apache OpenOffice zurückgreifen. Beide haben sich zu mehr als ebenbürtiger Konkurrenz für die Software des Programmier-Mäzen Gates gemausert.

> Die kostenfreien Alternativen bieten einige Vorteile

Apache OpenOffice spaltete sich 1999 vom 1985 erschienenen ‚Star Writer' ab. LibreOffice ging schließlich 2011 aus Apache OpenOffice hervor. Beide Programme ähneln sich heute noch, aber LibreOffice wird regelmäßiger von einer aktiveren Entwicklergemeinde aktualisiert.

Die Geschwisterprogramme sind dank ähnlicher Produktoberfläche und voller Kompatibilität zu MS Office sehr zugänglich. Sie sind plattformübergreifend nutzbar und auch mit alten oder exotischen Dateiformaten kompatibel.

Der Bonus: Bei der Verwendung wird kein Benutzerprofil angelegt, also werden unsere Daten nicht gesammelt. Zusätzlich ist der Code beider Programme quelloffen. Expert:innen können sich daher einen Überblick über die Arbeitsweise und möglichen Sicherheitslücken verschaffen, weshalb die Gratisprogramme besser gegen Makroviren geschützt sind.

Da beide Produkte kostenfrei und datenschutzrechtlich unbedenklich sind, schadet es nicht, die Software auszuprobieren und einen Wechsel zum Open Source-Produkt in Erwägung zu ziehen. **(dar)**

Datenschutz ist sexy!

Die Gesellschaft ist so gläsern wie nie. Warum alle über die eigenen Daten entscheiden sollten und Privatsphäre etwas wert ist

Das Schöne an Grundrechten ist, dass man sie hat, ohne etwas dafür tun zu müssen. Man hat sie sogar auch dann, wenn man sie nicht will. Und so sollte es auch bleiben. Ich darf mich zur Impfpflicht äußern, auch wenn ich keine Ärztin bin oder keine Ahnung von dem Thema habe. Wäre ja schrecklich, wenn mir aus Desinteresse ein Recht entzogen würde.

Beim Datenschutz denken viele anders. ‚Ich habe doch nichts zu verbergen' ist ein Klassiker. Abgesehen davon, dass Menschen sich mit dieser Aussage unfassbar uninteressant machen, ist sie zusätzlich natürlich gelogen.

Ich erzähle nicht jedem alles, verschweige vielleicht, dass ich bei der letzten Wahl die AfD gewählt habe, wie häufig ich meinen Pornhub-Premium-Account nutze und wo sich meine untergetauchte Familie in Syrien aufhält. Alle haben etwas zu verbergen. Zu Recht. Mit Recht.

Ein gewisses Vertrauen in die Sinnhaftigkeit von Grundrechten schadet nicht. 2016 sagte Edward Snowden auf einer Podiumsdiskussion (auf Englisch, weil es schöner ist): „Saying you don't care about privacy because you have nothing to hide is like saying you don't care about free speech because you have nothing to say."

Privatsphäre ist durch das Grundgesetz (Artikel 2 Absatz 1) in der freien Persönlichkeitsentfaltung geschützt. Und sie ist – Überraschung – nicht verkäuflich.

So weit, so einleuchtend. Blickt man auf den Ist-Zustand der sozialen Medien und zahlreicher Tools, die mit dem Internet verbunden sind, sieht man die Privatsphäre vor lauter gesammelter Daten nicht mehr.

Google weiß eigentlich immer, wo du bist, was du isst, wie du liebst, wen du liebst, welche Passwörter du verwendest. Wenn du mit einer Garmin-Fitness-Uhr joggen gehst, sagt die Uhr kurz Facebook Bescheid – egal ob du ein Facebook-Konto hast oder nicht. Garmin ist ein Beispiel von vielen: Das Portal mobilsicher.de fand 2018 heraus, dass ein knappes Drittel aller Apps im Google Play Store Daten an Facebook zum Nutzungsverhalten schickt.



Bild: Pixabay

Ein Widerspruch ist nicht möglich. Du kannst dich nicht wehren, wenn du etwas dagegen hast. Es gilt in vielen Fällen noch immer: Friss oder stirb.

Gedankenspiel: Du kannst dich entscheiden zwischen einer App, die beinahe ungefragt Daten weiterleitet und zwischen einer App, die es nicht tut oder dich zumindest vor die Wahl stellt. Was würdest du wählen?

Eigentlich geht es bei der Frage nach Datenschutz und Privatsphäre um viel mehr als Apps wie der von Garmin. Durch das ständige Datensammeln sollen die Angebote zielgenauer werden.

Wenn es um Fakten und wichtige Informationen geht, sollten aber nicht persönliche Vorlieben, sondern eben Fakten und wichtige Informationen den Ausschlag geben. Es ist zu bezweifeln, dass dieser Standard gilt, wenn ich mich in der Google-Suche oder bei Youtube zu Covid-19 informieren möchte.

Wenn es verträgliche Alternativen gäbe, würden sich viele für diese entscheiden. Das Argument, es gäbe nichts zu verbergen, ist vorgeschoben. Es ist eher eine Entschuldigung, sich von App-Anbietern unwürdig behandeln zu lassen.

Betrachtet man die andere Seite, zeigt sich, dass man in vielen Fällen nicht nur Entscheidungsmacht abgibt, sondern die Unternehmen für sich entscheiden lässt. Wer das nicht will, sollte widersprechen können.

Eine Analyse von Thomas Degkwitz

Open Source – die Alternative?

Warum Software mit offenem Quellcode auch für die Uni eine gute Option ist und wie Studierende ihre Daten schützen können

Datenschutz – das sind doch nervige Cookies, viel zu lange Passwörter und ganz viel Bürokratie. Wozu überhaupt der ganze Aufwand?

Steffen vom Chaos Computer Club Mannheim vergleicht Datenschutz mit Brandschutz – beides kann im Alltag nervig sein, ist für die eigene Sicherheit aber unerlässlich. Er engagiert sich, um technische Entwicklungen nicht nur zu verfolgen und zu verstehen, sondern aktiv mitzugestalten. Die Initiative ist dezentral organisiert und will die Digitale Mündigkeit der Menschen stärken. Steffen betont: „Wir sehen uns im Spannungsfeld zwischen sozialen und technischen Entwicklungen."

In Deutschland ist der Schutz personenbezogener Daten durch die Datenschutzgrundverordnung (DSGVO) und das Bundesdatenschutzgesetz (BDSG) geregelt. Das Recht auf informationelle Selbstbestimmung wurde schon 1983 durch das Bundesverfassungsgericht als Grundrecht anerkannt. Aber laut eines Berichts des nordrhein-westfälischen Datenschutzbeauftragten aus dem Jahr 2014 wurden „niemals zuvor […] so viele personenbezogene Daten so systematisch gesammelt, verarbeitet und verwertet."

Eine Möglichkeit zum besseren Schutz von Daten bieten Open-Source-Programme, bei denen im Gegensatz zu proprietärer Software (Closed-Source) der Quellcode offenliegt. Der Code kann somit auf Sicherheitslücken überprüft werden. Mit der entsprechenden Lizenz – man spricht dann von Freier Software – kann der Quelltext außerdem umgeschrieben, gemäß der eigenen Wünsche verändert und frei veröffentlicht werden.

Steffen sieht vor allem für die Universität einen großen Vorteil beim Einsatz von Open Source. Lehre und Forschung sollen frei sein – auch im digitalen Raum. Bei Open-Source-Software könne man deutlich sicherer sein, dass die Datensouveränität gegeben ist, während das bei proprietären Anwendungen kaum überprüfbar sei. Steffen ergänzt: „Wenn immer es geht, würde ich ein Tool nehmen, das frei ist, weil es auch veränderbar ist. Ich kann es an meine Bedürfnisse der Lehre oder der Forschung anpassen."

Um weiterhin sicher zu sein, müssen die Programme jedoch kontinuierlich weiterentwickelt werden. Für die Universität bedeutet das, dass sie Entwickler:innen bräuchte, welche die eigene Sicherheit überprüfen.

Studierenden rät Steffen, sich kritisch damit auseinanderzusetzen, was mit ihren Daten passiert und sich zu informieren: Welche Programme nutze ich? Gibt es dort Sicherheitsbedenken, und was sind die Alternativen? Der Club spricht keine Produktempfehlungen aus, Steffen persönlich empfiehlt Signal als Messenger-Alternative zu Whatsapp, eine vertrauenswürdigere Mailalternative wie posteo.de oder mailbox.org und den Private-Browsing-Modus. **(jli)**

ANZEIGE

Möchtest du dich sozial engagieren?
Dann melde dich bei den
Ehrenamtlichen Behördenpat*innen.



© svedikd-istockphoto.com

Bei uns kannst du dich **einbringen, mitgestalten, fortbilden und zeitlich flexibel engagieren.**

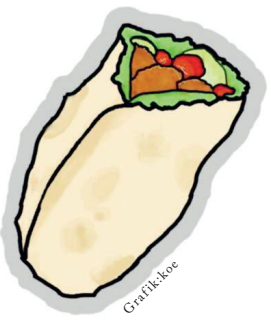
Kontakt: Isabelle Grieb, Tel: 06221 53 75 27, **behoerdenpaten@dwhd.de**
Karl-Ludwigstraße 6, 69117 Heidelberg.

Diakonisches Werk der Evangelischen Kirche Heidelberg

www.diakonie-heidelberg.de

Nie wieder schlechte Falafel

Ob gerollt oder gefaltet: Falafel-Wraps sind für jeden Döner-Imbiss Pflicht. Unsere Autoren haben sich durchprobiert und präsentieren: den Falafel-Atlas!



Denkbar einfach erscheint die Zubereitung einer Falafelrolle: Falafel, Gemüse und Soße ins Brot, schnell in Alufolie gerollt: fertig! Doch nicht so vorschnell, werte Gyrosgönner und Yufkajüngerinnen! Auch bei den einfachsten Gerichten kann man Fehler machen und Pflichten missachten. Deshalb: Worauf kommt es an?

Klar, die Falafel müssen knusprig sein und gut gewürzt. Man muss nach ihnen in der Rolle suchen wollen, sonst kann man sie weglassen. Zweitens das Brot: Am besten frisch im Ofen zubereitet, gerne ein bisschen knusprig, aber um Gottes Willen nicht brüchig oder löchrig – sonst verteilt sich die Rolle auf Händen, Jacke und Hose. Zuletzt der Rest: Soßen und Gemüse müssen dazu! Dabei siegt stets, wer Neues wagt und Bewährtes behält. Ein bisschen Minze hier, eine einfallsreiche Soße dort und vielleicht ein Gemüse, das man im kohl- und salatverwöhnten Deutschland nicht kennt. Fertig ist die perfekte Falafelrolle. **(vtv, dgk)**



Babylon

Nachts am Bisi, wartend auf den Bus, springt einem der Imbiss neben dem Müller-Drogeriemarkt direkt ins Auge. Bis tief in die Nacht hat er wochenends geöffnet. Für 4,50 Euro stillt die Falafelrolle auch den großen Hunger. Eisbergsalat, Tomaten und drei verschiedene Soßen bilden die Basis und erfüllen damit gerade so den Mindeststandard. Positiv: Die sogenannte „Falafelsoße“ ist vegan und schmeckt genial. Die Falafel sind markant (die Kruste dominiert), aber nicht besonders kreativ gewürzt. Sie werden per Hand geformt und vor Ort frittiert. Das Brot hält die meiste Zeit und wird frisch zubereitet. Wer nachts nicht frieren will, kann sich auch ins Imbissinnere begeben und Holzvertäfelung aus Kunststoff, einen digitalen Kachelofen und orientalische Musik genießen. Die Rolle kann was, das ist klar. Kenner:innen würden sie im gesicherten Mittelfeld einordnen.

Mahmouds

Mahmouds gilt als das Mekka der Heidelberger Falafelkunst und überzeugt mit schlichtem Schick. Im Schatten der Jesuitenkirche werden hier Falafel für Gourmets frittiert. Sagt man sich zumindest. Denn das Ambiente und die hohen Preise lassen viel erwarten – und noch mehr vermissen. Etwas schnell wird man hier abgefertigt, gefragt nach den Wünschen der Kunden wird – bis auf die grobe Zusammenstellung – nicht. Will man die überraschend durchschnittliche Mischung aus Eisbergsalat, Tomate, Gurke und Joghurtsauce erweitern, muss man laut dazwischenrufen. Das Endresultat ist zwar gut, vermittelt aber Cheeseburger-Vibes, die Falafel werden etwas hastig in das Papier gefaltet. Das Tütenbrot in Frisbee-Größe täuscht nur vor gut gefüllt zu sein. Mahmouds hat zwar Talent – Liebe und Leidenschaft stecken hier aber nicht mehr in jeder Falafel.

Safari

Safari gilt allgemein als der sonderliche Cousin von Sahara. Etwas eingekeilt zwischen den Falafel-Giganten Sahara und Mahmouds wird dieser kleine sandfarbene Laden in den gängigen Falafel-Ratings meist übersehen. Zu Unrecht! Denn für 3,90 Euro zaubern die Falafel-Pragmatiker in dieser Lokalität einen Strudel an orientalischer Kreativität in das Brot, der sich sehen lassen kann. Minz-Aromen, bunte Rüben und eine ausgewogene Sesamnote reichen sich die Hände in dieser libanesischen Symphonie. Die Falafel selbst sind ringförmig und besonders knusprig. Auf den ersten Blick erscheinen die Falafel zwar etwas klein, doch das könnte am geringeren Durchmesser des Brotes liegen. Die hilfsbereiten Falafelmeister ergänzen auf Wunsch jede Soße und fragen nach den gewünschten Zutaten. Ein klarer Geheimtipp auf dem Kichererbsenmarkt!

Sahara

Sahara wird vom selben Inhaber geführt wie Safari, trotzdem schmecken die Wraps anders. Der Preis ist auch in diesem Fall ein starkes Argument. 3,90 Euro, billiger geht es nicht. Dafür bekommt man Standard-Falafel im Standard-Brot (natürlich gefaltet). Besonders sind der Hummus, die Joghurt-Soße und die Gewürze, die zusätzlich in das Sandwich kommen. Je mehr die Falafelmeister hinter der Theke noch selber machen, desto natürlicher fühlt sich das Produkt an. Zwar würzen, belegen und falten sie immer noch selbst, das Brot und die Falafel sind jedoch schmeckbar lieblos auf Masse produziert. Trotzdem: Der Wrap schmeckt grundsätzlich stabil. Leider sind die Salzgurken so dominant sauer, dass die restlichen Geschmäcker untergehen. Die Rolle ist zwar einfallsreich und großzügig bestückt, kann aber viel mehr sein als diese Salzgurkenversammlung.

Es wird doch noch grüner

Die Legalisierung von Cannabis wird seit Jahren diskutiert, die neue Regierung will sie umsetzen. Wie könnte das in Heidelberg aussehen?

Die Ampel-Koalition plant, die umstrittene Legalisierung von Cannabis „zu Genusszwecken“ für Volljährige in nicht allzu ferner Zukunft umzusetzen. Trotz der verzögerten Verhandlungen um konkrete Maßnahmen werden mögliche Regulierungen diskutiert – und das nicht nur im Bundestag.

Der Hanfverband Rhein-Neckar ist der Meinung, dass ein kontrollierter Verkauf von Cannabis verschiedene Vorteile mit sich brächte. Vor allem die Entkriminalisierung sei wichtig, denn so würden die Ressourcen von Justiz und Polizei entlastet. Außerdem würde der Schwarzmarkt durch die Legalisierung geschwächt, wahrscheinlich aber nicht ganz verschwinden. Durch die offiziellen Regulierungen würde Cannabis zudem sicherer, denn verunreinigt dürfte es nicht verkauft werden. Dieser Aspekt überzeugt auch Bundesgesundheitsminister Karl Lauterbach. Nach jahrelanger Ablehnung spricht auch er sich für eine kontrollierte Abgabe von Cannabis aus.

Konsument:innen sollen vor verunreinigten Substanzen geschützt werden. Für einen verantwortungsvollen Verkauf sei die Beratung über die Wirkung und mögliche Risiken der Inhaltsstoffe THC und


Foto: Kindel Media (Pexels)

CBD essenziell, so der Hanfverband. Beobachte man zudem die Auswirkungen der Legalisierung in anderen Ländern, wie beispielsweise Kanada, könne man davon ausgehen, dass es keinen „Dammbruch“, also keinen übermäßigen Anstieg des Konsums geben werde, weder in einer Student:innenstadt wie Heidelberg noch in anderen deutschen Städten. Geplant ist, dass der Verkauf in lizensierten Fachgeschäften wie CBD-Läden oder auch Apotheken erfolgen soll. Laut Justizminister Marco Buschmann könnte eine fundierte Sachkunde der Verkäufer:innen eine der Vorrausetzungen sein, um solch eine Lizenz zu erhalten. Damit sollen negative gesundheitliche Auswirkungen vermindert werden, vor allem bei erkennbar suchtkranken Kund:innen.

Auf Nachfrage in einer Heidelberger Apotheke stellt sich heraus, dass dort bislang noch nicht über mögliche Maßnahmen diskutiert wurde. „Es ist alles sehr hypothetisch“, betont die Mitarbeiterin. Die Pandemie habe noch immer Vorrang in der medizinischen Versorgung. Sollte Cannabis frei verkäuflich sein, könne jede Apotheke vermutlich selbst entscheiden, ob sie den „Verkauf zu Genusszwecken“ anbiete oder nicht. Wichtige Kriterien dafür wären unter anderem, wie die Vertriebswege aussähen und ob Apotheken Cannabis einfach beim Großhändler erwerben könnten. Bisher sei die ganze Situation noch schwer vorstellbar.

Der Verkauf von Cannabis auf Privatrezept sei aktuell schon kompliziert und vor allem teuer. Bei einer Legalisierung wäre ausreichend Aufklärung in der ganzen Bevölkerung unabdingbar.

Außerdem müsse sichergestellt werden, dass etwa die Nachtnotdienste der Apotheken nicht für den Konsum von Cannabis missbraucht würden. **(mon)**

ANZEIGE



Verkehrswende mit Stützrädern

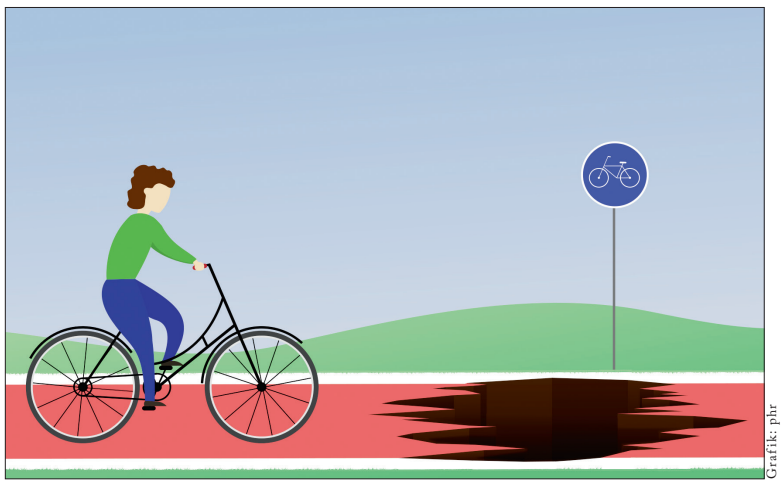
Fahrräder gehören in Heidelberg zur kulturellen Identität und sind ein Symbol nachhaltiger Verkehrspolitik. Doch die Transformation in eine grüne, fahrradfreundliche Stadt geht vielen nicht schnell genug

Sechshundert Meter Anarchie verbinden den Bismarckplatz mit dem Universitätsplatz. In der Plöck scheinen keine Verkehrsregeln zu gelten, es spazieren Menschen auf der Straße, Fahrräder überholen auf Gehwegen Autos, es wird gerast und gedrängelt – manchmal auch gepöbelt. Tausende radeln täglich durch die Plöck, bei den Studierenden genießt die Straße Kultstatus.

Paradoxerweise ist die Plöck wohl nicht so gefährlich, wie es sich beim Fahren anfühlen mag. „Man unterscheidet objektive und gefühlte Sicherheit“, erklärt Bernhard Pirch-Rieseberg vom Allgemeinen Deutschen Fahrradclub (ADFC) Rhein-Neckar. 2017 ergab eine Analyse des Heidelberger Umwelt-und-Prognose-Instituts (UPI): Ab dem Friedrich-Ebert-Platz, wo die Plöck zur Fahrradstraße wird, passieren pro Radkilometer ein Drittel weniger Unfälle als im Heidelberger Durchschnitt. Da aber im vorderen Teil der Plöck ein erhöhtes Unfallrisiko besteht, wird die Stadt diesen im Frühjahr ebenfalls in eine Fahrradstraße umwandeln.

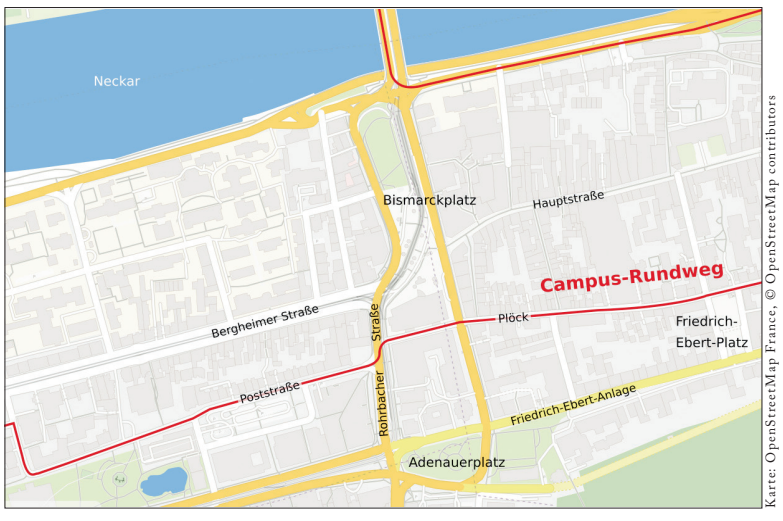
Durch die Plöck führt auch der Campus-Rundweg, ein von der Stadt empfohlener Radweg für Studierende. Dieser verläuft westlich der Plöck quer über die Rohrbacher Straße. Das ist die Kreuzung südlich vom Bismarckplatz, wo viele Radfahrende unbeholfen in die „Kleine Plöck“ einbiegen. Mangels angemessener Querung nutzen sie dafür entweder eine Lücke im zweispurigen Bundesstraßen- und Bahnverkehr oder warten vor einer der überfüllten Fußgängerampeln.

Diese Möglichkeiten werden auf Anfrage des *ruprecht* auch von der Stadtverwaltung empfohlen. Sie erklärt dazu, dass die Verkehrszusammenhänge an dieser Stelle komplex seien und Verbesserungen eine grundlegende Umgestaltung des gesamten Verkehrsknotens erfordern würden. Pirch-Rieseberg erinnert an mögliche Alternativen: „Früher gab es auf dem Gehweg vor dem Blumenladen einen Radweg, das war eine ganz smarte Lösung“. Der ADFC habe auch vorgeschlagen, die Poststraße an dieser Kreuzung für Autos zu sperren, um so mehr Platz für abbiegende Radfahrende zu schaffen.



Grafik: phr

Nicht alle Radwege in Heidelberg sind verkehrssicher



Karte: OpenStreetMap France, © OpenStreetMap contributors

Der Campus-Rundweg verbindet die Altstadt über Bergheim mit dem Feld

Manche Teilstrecken des Campus-Rundwegs bergen laut der UPI-Analyse zudem ein hohes Unfallrisiko, etwa die enge Nord-Süd-Achse zwischen Mathematikon und Betriebshof oder die Brückenstraße in Neuenheim, wo das Unfallrisiko im Vergleich zum städtischen Durchschnitt sogar doppelt so hoch ist. Da es in Heidelberg eine Menge unterschiedlicher Problemstellen gibt, fordert der ADFC neben einem durchgängig verbundenen Radnetz viele kleinere Maßnahmen wie bessere Ampelschaltungen, neue Straßenbeläge und sichere Querungsmöglichkeiten.

Anstelle von punktuellen Verbesserungen geht es dem Radentscheid Heidelberg hingegen um das große Ganze. Das Bündnis will mit einem Bürgerbegehren eine einheitliche Fahrradstrategie bei der Stadt erwirken. Für seine Forderungen sammelte es 2021 über zehntausend Unterschriften.„Heidelberg ist trotz allen grünen Anstrichs eine autogerechte Stadt“, sagt Dominic Egger vom Radentscheid. Obwohl es gute Einzelbeispiele und politische Mehrheiten gebe, fehle Entscheidungsträger:innen der Mut, die Vorhaben konsequent umzusetzen. Einzelne Ziele wie im Klimaschutzaktionsplan seien oft vage formuliert, geplante Projekte würden zu lange dauern.

Außerdem herrsche eine Not-In-My-Backyard-Einstellung. Als Beispiel nennt er einen radelnden Politiker, der sich gegen wegfallende Parkplätze in der eigenen Straße ausgesprochen haben soll.

Egger bemängelt beidseitig beparkbare Straßen und fordert baulich getrennte Verkehrswege. Es brauche eine Umverteilung des öffentlichen Raums, die den Bedürfnissen der Bevölkerung gerecht werde.

„Eigentlich sollte nichts tabu sein, was die Stadt noch lebenswerter, sicherer und klimafreundlicher machen kann“, sagt er. Dass die Interessen von Radfahrenden im Rathaus nicht ausreichend wahrgenommen werden, liege daran, dass diese sehr genügsam seien. Egger hofft auf eine stärkere Politisierung, vor allem von Studierenden und jungen Eltern.

Und die Stadt? Die plant und baut: ein Fahrradparkhaus am Hauptbahnhof, eine Fahrradbrücke über den Neckar und Fahrradstraßen, wie die in der Gaisbergstraße, für die auch Pirch-Rieseberg und Egger lobende Worte finden. Stolz präsentiert die Stadt ihre Vorhaben, so auch die für 2022 angekündigten Fahrradstraßen in der Plöck und in der Steubenstraße in Handschuhsheim.

Die Idee dafür entstand bereits 2016 im Gemeinderat, dem 2017 Machbarkeitsstudien und konkrete Empfehlungen vorlagen. Die Plöck sollte bereits 2020 umgewandelt werden. All diese einfachen und günstigen Vorhaben blieben jahrelang in den Strukturen der Stadt liegen – zum Nachteil der Radfahrenden. **(phr)**

„Wir müssen noch viel konkreter werden“

Heidelberg hat sich im Kampf gegen die Klimakrise hohe Ziele gesetzt, bisher ändert sich aber wenig. Klimabürgermeister Raoul Schmidt-Lamontain erklärt die Lage

Heidelberg ist neben Würzburg die einzige deutsche Stadt, die einen Klimabürgermeister hat. Was macht das Amt so besonders?

Das Besondere an den Klimadezernaten ist, dass sie dem wichtigsten Thema unserer Zeit, dem Klimaschutz, mehr Gewicht geben und Kompetenzen bündeln, die mit dem Thema Klimaschutz zu tun haben. Eigentlich bräuchte jede Kommune einen Klimabürgermeister – denn Verkehr, Energie, Sanieren, Abfallwirtschaft, Grünflächen und Forst sind ganz entscheidende Themen auf dem Weg zu einer klimaneutralen Kommune. Was das angeht, sind Heidelberg und Würzburg Vorreiter. Ich denke, es wird in Zukunft mehr Klimabürgermeister geben.

Heidelberg hat 2019 einen Aktionsplan für Klimaschutz verabschiedet. Wie würden Sie die bisherige Umsetzung beschreiben?

Mit unserem 30 Punkte umfassenden Klimaschutz-Aktionsplan haben wir Themen definiert, bei denen wir schnell zu Erfolgen kommen möchten. Die Debatte der letzten Monate hat gezeigt, dass die Maßnahmen darin bei Weitem nicht ausreichen, um klimaneutral zu werden. Wir müssen die Maßnahmen schärfen, weitere definieren und noch viel konkreter werden. Aber bei den im Aktionsplan verankerten Punkten sind wir zum Teil schon relativ weit,



Foto: Stadt Heidelberg (Philipp Rothe)

„Fahrpläne zur Klimaneutralität“

vor allem bei Energie und Wärme, und das ist auch gut so. So ist zum Beispiel die Fernwärme der Stadtwerke bereits zu 50 Prozent „grün“. Alle Kundinnen und Kunden der Stadtwerke erhalten 100 Prozent Ökostrom. Es gibt eine Kooperation mit Trianel Wind und Solar, das ist ein bundesweiter Zusammenschluss von 20 Stadtwerken. Trianel produziert Wind- und Solarenergie und speist sie in Heidelberg ein.

Wir haben viele städtische Gebäude saniert und deren Energiebedarf um die Hälfte gesenkt. Die jüngsten Erfolge im Bereich Mobilität sind der Ausbau des ÖPNV und der Fahrradangebote. In einigen Dingen sind wir also gut, da müssen wir den Pfad weiter beschreiten. Hier brauchen wir aber die Unterstützung der gesamten Stadtgesellschaft sowie von Bund und Land.

Das Klimawäldchen sowie Bio-Essen in Schulen und Kantinen führen laut einem Gutachten nur zu einer CO_2-Reduktion von 0,001 beziehungsweise 0,01 Prozent. Lag der Fokus bisweilen zu sehr auf solchen kleinen Projekten?

Es ist uns allen klar, dass wir mit kleinen Dingen wie Bio-Essen in Kantinen nicht die Klimaneutralität herstellen werden. Wir müssen uns auf die Bereiche konzentrieren, in denen die Effekte wesentlich größer sind. Das sind die großen Themenfelder Energie, Verkehr, Mobilität sowie Bauen und Sanieren. Hier können wir wirklich viel CO_2 einsparen. Außerdem hat in Heidelberg der Tourismussektor eine große Bedeutung. Bereiche wie Ernährung sind vergleichsweise kleinteilig – lassen sich aber schnell und relativ kostengünstig umsetzen. Da spielt zudem die Sensibilisierung der Menschen eine Rolle. Aber Sie haben recht: Die großen Effekte erzielen wir in anderen Bereichen. In denen sind wir deshalb ja auch auf dem Weg. Die Erfolge sind aber nur langsam sichtbar.

> „Der Klimaschutz-Aktionsplan hat nicht die großen Effekte“

Was diese besonders wichtigen Bereiche angeht: Welche neuen Maßnahmen will die Stadt dort jetzt konkret treffen?

Unser Klimaschutz-Aktionsplan hat wie gesagt nach der jüngsten Auswertung nicht die ganz großen Effekte. Stadtintern wollen wir ämterübergreifend verbindliche Fahrpläne für den Weg zur Klimaneutralität beschreiben. Im Laufe dieses Jahres wollen wir Zeitpläne und Projekte entwickeln, wie wir dieses Ziel erreichen.

> „Auf Energie, Verkehr, Mobilität und Bauen konzentrieren“

Parallel arbeiten wir natürlich weiter an den Maßnahmen, von denen wir wissen, dass sie große Effekte erzielen. Wärme ist beispielsweise ein riesiges Thema. Im Stadtteil Pfaffengrund gibt es den neuen Energie- und Wärmespeicher. Gerade arbeiten wir zudem an einem Standort für ein Flusswärmekraftwerk. Die Energieversorger MVV und ENBW arbeiten aktuell am Thema Geothermie in der Region, um Wärme aus der Erde zu gewinnen.

Wir werden intensiv Sanierungskampagnen fahren, um Hauseigentümerinnen und -eigentümer dazu zu motivieren, ihre Gebäude zu sanieren. Wir haben vor Kurzem mit dem Förderprogramm „Rationelle Energieverwendung“ zusätzliche Anreize dazu geschaffen, Photovoltaik auf Dächer zu bauen. Wir haben ein Stadt- und ein Verkehrsentwicklungsprojekt, und wir werden die Themen Radverkehrsplanung und Verkehrsplanung im Allgemeinen weiter optimieren. Wir sind in die Diskussion zur Parkgebührenerhöhung eingestiegen, weil die Kosten eines Parkplatzes in der Stadt einen massiven Effekt darauf haben, welches Verkehrsmittel die Menschen nutzen. Kurz gesagt: Wir kalkulieren, bis wann Heidelberg klimaneutral sein kann und wie der Weg dahin aussehen kann. Das ist unsere nächste große Aufgabe. Neben dem Klimaschutz wollen wir insbesondere soziale Gesichtspunkte im Auge behalten. Klimaschutz geht alle an: Auf dem Weg zur klimaneutralen Kommune braucht die Stadt die Unterstützung aus der Bürgerschaft sowie von Akteuren aus Wissenschaft und Wirtschaft.

Das Gespräch führte Lukas Jung.

Patriarchat und Pharmaindustrie

Noch immer gilt der Mann mittleren Alters als Standard in der Medizin. Warum das nicht nur diskriminierend, sondern sogar gefährlich ist

Geht man mit Schmerzen zum Arzt, so ist Ibuprofen das Mittel der Wahl. Insbesondere Frauen mit Regelschmerzen und Schwangeren in den ersten beiden Trimestern wird das Medikament empfohlen. Jede:r Deutsche verbraucht laut Bundesverband der Arzneimittel-Hersteller etwa 50 Tabletten Schmerzmittel pro Jahr. Hochgerechnet auf die Einwohnerzahl sind das über vier Milliarden Einzeldosen. Dabei ist Ibuprofen der absolute Spitzenreiter im Umsatz.

Nur 38 Prozent der gemeldeten Nebenwirkungen seit der Markteinführung von Ibuprofen betreffen Männer, 55 Prozent Frauen. Auch bei anderen Schmerzmitteln wie Paracetamol- oder Morphinpräparaten melden Frauen häufiger Nebenwirkungen als Männer.

Diese Daten sind allerdings mit Vorsicht zu genießen, da Frauen laut GKV-Arzneimittelindex rund 60 Prozent mehr Schmerzmittel verschrieben bekommen als Männer. Es gibt jedoch Hinweise darauf, dass Frauen anders auf Schmerzmittel reagieren. So wirkt Morphium bei Frauen viel stärker, Männer benötigen bis zu 50 Prozent mehr Wirkstoff für den gleichen Effekt, so berichtet es Petra Thürmann im Bundesgesundheitsblatt 2005. Frauen bekämen häufiger Nebenwirkungen wie Übelkeit und Erbrechen, und sie würden schneller abhängig.

> Frauen leiden häufiger unter Nebenwirkungen

Laut Thürmann, die damals am Essener Kolleg für Geschlechterforschung arbeitete, liegen die unterschiedlichen Wirkweisen von Schmerzmitteln mit den geschlechterspezifischen Rezeptoren im Gehirn zusammen. So könnten Schmerzmittel beim einen Geschlecht besser oder schlechter ansprechen. Für die Nebenwirkungen spielt aber noch mehr eine Rolle. Wie der Körper einen Stoff aufnimmt, transportiert und ausscheidet, beeinflusst die Wirksamkeit des Medikaments.

Solche Stoffe werden in der Leber abgebaut. Das gilt allerdings auch für körpereigene Hormone. Da je nach Geschlecht unterschiedliche Hormonmengen abgebaut werden, befinden sich in der Leber unterschiedliche Konzentrationen von Abbauenzymen. Diese geschlechtsspezifische Entsorgungsmaschinerie baut auch Medikamente unterschiedlich ab.

> Männer dominieren den Zulassungsprozess

Helena Schluchter ist am Universitätsklinikum Heidelberg in der Anästhesie tätig und Teil der Deutschen Gesellschaft für Geschlechtsspezifische Medizin e.V., die sich für gendergerechte Medizin einsetzt. Auch sie betont, dass Frauen generell häufiger an Nebenwirkungen nach der Arzneieinnahme leiden als Männer.

Neben stärkeren und häufigeren Nebenwirkungen ist auch die allgemeine Wirksamkeit von Medikamenten unterschiedlich: Nach einem Herzinfarkt wird Aspirin häufig zur Vorbeugung eines weiteren Infarkts empfohlen. Tatsächlich wirkt das Medikament aber nur bei Männern auf diese Weise, während es bei Frauen das Risiko eines Schlaganfalls senkt. Bei einer geschlechtergetrennten Untersuchung von Medikamenten gegen Herz-Kreislauf-Erkrankungen zeigte sich sogar, dass bei Frauen die Sterblichkeit durch die Einnahme leicht ansteigt.

„Noch heute gilt – überspitzt formuliert – der weiße Mann mittleren Alters mit 70 Kilogramm Körpergewicht als Standard in der Medizin. An ihm werden zum Beispiel die typischen Risikofaktoren für die Entstehung einer Erkrankung und deren typischen Symptome definiert. Alle Abweichungen davon, die unter anderem abhängig von Alter, Geschlecht oder ethnischer Herkunft sind, gelten als atypisch beziehungsweise von der Norm abweichend“, so Schluchter.

Heute sind Frauen in allen Teilen des Zulassungsprozesses unterrepräsentiert. Das spiegelt sich sogar in Tierversuchen wieder. Hier kommen selten weibliche Tiere zum Einsatz. So wird schon zu Beginn nur an Männchen getestet, ob sich Medikamente schädlich auf den Körper auswirken. Auch im Anschluss, wenn die Wirkung und Aufnahme im Körper untersucht werden, werden Frauen nur vereinzelt mitgedacht – und das auch bei Medikamenten für Krankheiten, von denen Frauen überdurchschnittlich betroffen sind.

Seinen Ursprung hat diese Problematik beim sogenannten Contergan-Skandal. Das Schlafmittel Contergan wurde von 1957 bis 1961 verkauft, bis sich herausstellte, dass die Einnahme bei Schwangeren zu Missbildungen an ungeborenen Kindern führte. Es folgte ein jahrelanger Prozess gegen den Hersteller, Grünenthal.

Noch bevor Medikamente auf den Markt kommen, durchlaufen sie verschiedene Schritte: Zuerst wird in der präklinischen Phase die allgemeine Verträglichkeit an Tieren getestet, anschließend folgt eine vierstufige Studie, in der die Wirksamkeit an Menschen geprüft wird. Vor der Zulassung von Contergan wurde in den Tierversuchen keine Toxizität bei Embryos festgestellt. Am menschlichen Körper verhielt sich der Wirkstoff anders. Aus Angst vor weiteren unentdeckten Nebenwirkungen bei Schwangerschaften wurden Frauen danach weitaus weniger in Studien der ersten Phase eingebunden – bei Männern existiert dieses Risiko schlichtweg nicht.

> Viele Frauen mit Herzinfarkt werden falsch behandelt

Im Jahr 2004 wurde im Arzneimittelgesetz festgelegt, dass sowohl Frauen als auch Männer in klinische Studien eingeschlossen werden sollen. 2011 folgte der Beschluss, dass die Daten der Zulassungsstudien auch geschlechtsspezifisch ausgewertet werden sollen. Doch die Medizinerin Schluchter betont: „Da von der initialen Forschung bis zur Arzneimittelzulassung mehr als eine Dekade vergehen kann, gibt es im Vergleich nur wenige Medikamente, die überhaupt unter den aktuell gültigen Richtlinien untersucht und zugelassen wurden.“

Auch bei der Ausbildung von Mediziner:innen ist die klassische Lehre stark auf den Stereotyp Mann fokussiert. So werden Krankheitssymptome bei Frauen oft nicht erkannt, weil sie sich von denen bei Männern unterscheiden. Das bekannteste Beispiel ist der Herzinfarkt. Viele Frauen werden falsch behandelt, da sie nicht von stechenden Schmerzen in der Brust berichten, sondern unter Bauchschmerzen und Übelkeit leiden.

Noch immer ist das Institut für Geschlechtermedizin an der Berliner Charité das einzige seiner Art in Deutschland. Neben Angeboten wie Sommerschulen wird geschlechterspezifische Medizin immer mehr in die Lehrpläne integriert, außerdem bemühen sich studentische Initiativen darum, ein stärkeres Bewusstsein für den Missstand zu schaffen.

Laut Schluchter ist es besonders wichtig, Geschlechterunterschiede hinsichtlich Risikofaktoren, Symptomen, Therapieerfolg und Arzneimittelnebenwirkungen wahrzunehmen und zu untersuchen. Nur so könne Medizin gendergerecht und sicher für alle gestaltet werden. **(lhf, jli)**



Bild: pxl

Medikamente wirken bei Frauen und Männern unterschiedlich

Multiple Sklerose durch Virus?

Anscheinend steckt das Epstein-Barr-Virus steckt hinter der chronischen Nervenkrankheit. Ein mRNA-Impfstoff könnte helfen

Multiple Sklerose ist eine Krankheit des zentralen Nervensystems, die Taubheit und Schwäche in den Gliedmaßen verursachen kann. Sie kann neben anderen Symptomen auch das Augenlicht und die geistige Klarheit beeinträchtigen – und ist bislang unheilbar. Wissenschaftler:innen der Harvard-Universität wollen jetzt die zentrale Ursache für multiple Sklerose gefunden haben. Der Übeltäter sei das Epstein-Barr-Virus, das zur Familie der Herpesviren zählt und als Auslöser des Pfeifferschen Drüsenfiebers bekannt ist. Passenderweise steht ein mRNA-Impfstoff gegen genau dieses Virus in den Startlöchern. Aber der Reihe nach.

> Epstein-Barr steigert das Risiko um das 32-fache

Die meisten Menschen kommen irgendwann in ihrem Leben mit dem Epstein-Barr-Virus in Berührung. Meist führt das aber nicht zu Symptomen und fast nie zu ernsthaften Krankheiten. Nicht jedenfalls, wenn man von multipler Sklerose absieht. Schätzungen zufolge leiden in Deutschland etwa 200 000 Menschen an der Nervenkrankheit, also eine von gut 400 Personen.

Die Langzeitstudie hat mehr als 10 Millionen US-Soldaten über Jahre verfolgt. Davon ist bei 801 im Untersuchungszeitraum multiple Sklerose aufgetreten. Die Wahrscheinlichkeit, dass die Nervenkrankheit diagnostiziert wird, war bei Träger:innen des Epstein-Barr-Virus dramatisch höher: Wer sich den Erreger eingefangen hatte, dessen Erkrankungsrisiko stieg um das 32-fache. Für andere Viren galt das nicht. Die Forscher:innen überprüften einen kleinen Zoo von Herpesviren, Adenoviren, Rhinoviren und anderen. Fast alle von diesen waren in der Kontrollgruppe häufiger als bei den Multiple-Sklerose-Patient:innen, und ihr Einfluss auf die Bildung von Antikörpern war nur ein Bruchteil dessen, was das Epstein-Barr-Virus ausgelöst hat. Dieses wiederum hat überwiegend Menschen mit multipler Sklerose betroffen. Umgekehrt fällt auf, dass 800 von 801 Erkrankten mit dem Virus infiziert waren.

Aber woher weiß man, dass Epstein-Barr auch tatsächlich multiple Sklerose verursacht? Vielleicht gibt es irgendetwas im Hintergrund, das für beides verantwortlich ist.

Den Forscher:innen zufolge ist das praktisch unmöglich, weil ein solcher Faktor das Risiko sowohl für die Krankheit als auch für das Virus um jeweils mehr als das 60-fache erhöhen müsste – unplausibel, so das Forschungsteam.

> Fast alle mit multipler Sklerose hatten das Virus

Ein mögliches Problem bleibt: „umgekehrte Kausalität“. Vielleicht ist es doch nicht das Virus, das die Krankheit verursacht. Stattdessen könnte die Krankheit einen Menschen für das Virus anfällig machen. Man weiß immerhin, dass multiple Sklerose das Immunsystem durcheinander bringt. Dann müsste sie jedoch auch für Ansteckungen mit anderen Viren sorgen, und davon gab es weit und breit keine Spur. Auch sonst passen die Daten deutlich eher dazu, dass die Krankheit von der Infektion kommt und nicht umgekehrt.

In derselben Woche, in der diese Studie erschien, hat die Firma Moderna in den USA erklärt, dass sie einen möglichen mRNA-Impfstoff gegen das Epstein-Barr-Virus gefunden habe. Einen besseren Zeitpunkt hätte sie sich wohl kaum aussuchen können. Die Substanz wird nun in einer klinischen Studie an 270 Personen in 15 Ländern erprobt. **(lkj)**

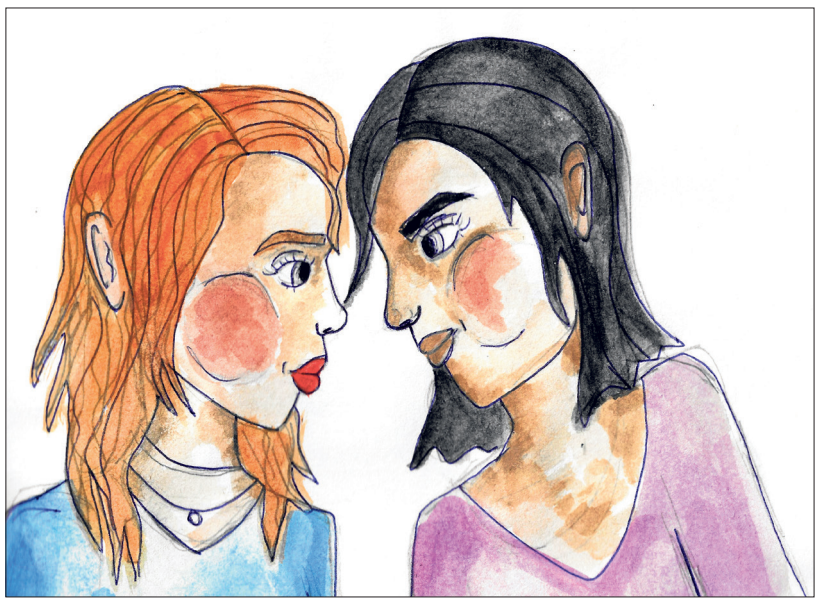


Bild: jrd

Das Epstein-Barr-Virus wird auch durch Küsse übertragen

Rendezvous mit den Mächtigen

Die Heidelberger Wissenschaftlerin Marta Rodríguez-Martínez zieht ein kritisches Fazit zum Klimagipfel von Glasgow. Sie bleibt dennoch zuversichtlich. Ein Gespräch

Marta Rodríguez-Martínez ist Nachhaltigkeitsbeauftragte am Europäischen Laboratorium für Molekularbiologie (EMBL) Heidelberg. Letztes Jahr konnte sie an zwei Tagen der 26. Konferenz der Vertragsparteien (COP26) in Glasgow teilnehmen. Im Gespräch mit dem ruprecht schildert sie ihre Eindrücke von der Konferenz und erklärt, welche Rolle die Wissenschaft in der aktuellen Klimakrise spielt.

Könnest Du Deine Position als Nachhaltigkeitsbeauftragte am EMBL beschreiben?

Ich bin Nachhaltigkeitsbeauftragte, aber auch Wissenschaftlerin. Ich arbeite im Labor für Systemgenetik und Präventivmedizin von Lars Steinmetz und parallel dazu für das Umweltbüro. Brendan Rouse, der Vollzeit-Umweltbeauftragter ist, und ich wollen das EMBL nachhaltiger machen und die Ziele der EMBL-Nachhaltigkeitsstrategie erreichen. Das umfasst drei Bereiche. Zum einen geht es darum, Forschung auf nachhaltige Weise zu betreiben. Der zweite Bereich ist, umweltrelevante Forschung zu betreiben. Und drittens geht es darum, nachhaltige Wissenschaft zu fördern.

Wie kam es, dass Du an der COP26 teilnehmen konntest?

Das EMBL hat sich um den Beobachterstatus bei der COP beworben und ihn auch erhalten. Nicht viele Akteure haben diese Chance. Insgesamt waren wir elf Leute vom EMBL, aber nur neun von uns konnten pro Tag teilnehmen, also haben wir uns auf die einzelnen Tage verteilt. Natürlich haben wir uns auf die wissenschaftlichen Tage konzentriert. Ich nahm an den Tagen über Anpassung, Verlust und Schaden sowie Gleichstellung und Wissenschaft teil. Ich wurde als Teil des Teams ausgewählt, da ich zum Nachhaltigkeitsteam gehöre und zusätzlich die Innensicht einer Molekularbiologin habe.

Was ist kurz gesagt der Inhalt des Whitepapers „Harnessing molecular biology to accelerate the Green Recovery", das vor der COP26 veröffentlicht wurde?

Unser Hauptanliegen bei der COP war es, herauszufinden, welchen Stellenwert die Biowissenschaften und insbesondere die Molekularbiologie in der Diskussion über Lösungen für den Klimawandel haben. Zur Vorbereitung haben wir dieses Whitepaper verfasst. Zuvor hatten wir einen vom EMBL veranstalteten Workshop mit Molekularbiolog:innen vieler verschiedener Organisationen zu Themen, die mit dem Klimawandel und der globalen Erwärmung zusammenhängen, zum Beispiel Ökosysteme und biologische Vielfalt.

Während der Diskussionen haben wir Ideen gesammelt, was die Molekularbiologie tun könnte, um die Auswirkungen des Klimawandels zu verhindern oder vorherzusagen. In dem Whitepaper werden diese Ideen um vier planetare Grenzen herum zusammengefasst: globale Erwärmung, Verlust der biologischen Vielfalt, biogeochemische Flüsse und vom Menschen verursachte Schadstoffe.

Wie war die Atmosphäre auf der Konferenz? War sie sehr formell oder eher locker? Ist sie anders als bei einer wissenschaftlichen Konferenz?

Bei der COP gibt es einen starken Gegensatz: Es gibt eine so genannte blaue Zone, in der alle Verhandlungen und die Panels der offiziellen Gäste der Vereinten Nationen stattfinden. Und dann gibt es die grüne Zone, die öffentlich ist. Es besteht also ein großer Kontrast zwischen der blauen Zone, in der alles sehr organisiert ist, und der grünen Zone mit all den öffentlichen Veranstaltungen und den Menschen, die mit viel Leidenschaft dabei sind. Neben den Verhandlungen gibt es in der blauen Zone auch Pavillons von Ländern oder Organisationen. Dort kann man Menschen treffen und sich über ihren individuellen Weg zur Bekämpfung der Klimakrise unterhalten. Hier herrschte mehr Dynamik mit Debatten und Aktionen. Bei den Verhandlungen, an denen ich teilnahm, wirkte alles inszeniert.



Foto: Privat

Molekularbiologin Rodríguez-Martínez bei der COP26 in Glasgow

Was war Dein Eindruck von der allgemeinen Meinung über ihre Arbeit? Hattest Du das Gefühl, dass sich die Leute wirklich dafür interessieren, was Du tust und warum Du dort warst?

Die meisten Leute, mit denen wir gesprochen haben, waren überrascht, dass die Biowissenschaften und insbesondere die Molekularwissenschaften in der UNFCCC-Agenda keine große Rolle bei der Bekämpfung des Klimawandels spielen. Für mich liegt es auf der Hand, sie einzubeziehen, aber vielleicht liegt es daran, dass ich Molekularbiologin bin. Die Molekularbiologie kann zum Beispiel eingesetzt werden, um Ökosysteme widerstandsfähiger zu machen, neben vielen anderen Möglichkeiten.

„Bei den Verhandlungen wirkte alles inszeniert"

Wie viel Kontakt hattest Du zu Menschen aus der grünen Zone, also zu Aktivist:innen und Bürger:innen?

Nicht viel. Die Gebiete sind räumlich voneinander getrennt. Ich habe in meiner Freizeit ein paar Veranstaltungen in der grünen Zone besucht. Dort gibt es immer viele Proteste, und ich habe dort auch mit einigen Leuten gesprochen. Ich hatte den Eindruck, dass die ganze Leidenschaft in der grünen Zone zu finden ist und dass die Öffentlichkeit nicht genügend Zugang zu den Verhandlungen hat, denn dann gäbe es wirklich eine Debatte und keine inszenierte Präsentation. Ich weiß allerdings nicht, wie eine COP ohne eine Pandemie organisiert wird.

Info: COP26

Der Klimagipfel COP26 fand vom 31. Oktober bis zum 12. November 2021 in Glasgow statt. Vertreter:innen von fast allen Ländern haben sich über Schritte zur Eindämmung des Klimawandels beraten. Auch zahlreiche Aktivist:innen waren beteiligt. Das wesentliche Ergebnis war die Absichtserklärung von gut 100 Staaten, die Erwärmung bis zum Jahr 2030 aufzuhalten. Außerdem wurden Kredite für Schwellenländer beschlossen, um die Schäden des Klimawandels auszugleichen.

Wie war Dein Gefühl nach der Konferenz? Warst Du begeistert und glücklich oder enttäuscht oder gar desillusioniert? War es wirklich nur „Blabla" oder hattest Du das Gefühl, dass sich wirklich etwas bewegt?

Beides *(lacht)*. Nach all dem, was passiert ist, nach all dem, was wir wissen, glaube ich nicht, dass viele Leute zu diesem COP gehen würden, weil sie glauben, dass es eine totale Veränderung ist und dass es plötzlich ein massives Abkommen gibt, das man tatsächlich durchsetzen kann. In dieser Hinsicht bin ich natürlich enttäuscht, aber ich habe auch nichts anderes erwartet – was vielleicht sogar noch schlimmer ist. Andererseits versuche ich immer, positiv zu denken und daran zu denken, dass es vorher nichts gab. Das ist also zumindest ein Schritt.

Wie siehst Du im Allgemeinen die Rolle der Wissenschaftler:innen in Bezug auf die Klimakrise? Ist es nur eine Beobachterperspektive oder gibt es eine Verantwortung, die über die Schaffung eigener nachhaltiger Arbeitsabläufe und die Reduzierung der individuellen Auswirkungen hinausgeht?

Ich denke, wir haben Verantwortung auf drei Ebenen. Erstens als Bürger:in, als Mensch. Wir leben auf diesem Planeten, er ist unser Zuhause, also sollten wir so viel wie möglich tun, um den Klimawandel zu bekämpfen. Zweitens sollten wir als Wissenschaftler:innen, egal auf welchem Gebiet oder mit welchem Fachwissen, dafür sorgen, dass wir unsere Forschung so umweltfreundlich wie möglich durchführen. Die dritte Ebene ist, dass man versuchen sollte, Forschung zu betreiben, die umweltrelevant ist. Das steht auch in dem Whitepaper.

„Niemals die Hoffnung verlieren"

Aus wissenschaftlicher Sicht: Gibt es noch Hoffnung?

Ja. Ich habe einmal gehört: „Wir sind die erste Generation, die die Mittel hat, den Klimawandel aufzuhalten. Aber wir sind auch die letzte Generation, die die Zeit hat, es zu tun."

Ich glaube immer noch, dass dies wahr ist, und ich glaube immer noch, dass die Kraft der neuen Generation definitiv in der Lage ist, diesen Wandel voranzutreiben. Wir müssen nur weiter daran arbeiten. Und niemals die Hoffnung verlieren. Es ist nicht einfach, aber das ist alles, was wir haben.

Das Gespräch führte Zarah Janda.

ANZEIGE



„Der Preis für den Boykott war hoch“

Als Herausgeberin des Buches „Schwarz wird großgeschrieben“ boykottierte Evein Obulor die Frankfurter Buchmesse. Nun lässt sie die Dynamik der Debatte um die Präsenz rechter Verlage Revue passieren

Die Autorin Jasmina Kuhnke sollte 2021 ihren Debütroman „Schwarzes Herz“ auf der Frankfurter Buchmessse vorstellen. Als die Anwesenheit eines rechtsextremen Verlegers bekannt wurde, sagte sie ihren Auftritt wegen Sicherheitsbedenken ab und rief zum Boykott der Messe auf. Zusammen mit Autor:innen ihres Buches folgte Evein Obulor diesem Aufruf.



Foto: Storyloop Portraits

Evein Obulor ist eine leidenschaftliche Aktivistin

Warum haben Sie als Herausgeberin des Buches „Schwarz wird großgeschrieben“ die Frankfurter Buchmesse boykottiert?

Als Herausgeberin habe ich eine besondere Rolle inne, da es nie nur um mich ging. Wir haben die Perspektiven von zwanzig FLINTA* (*Anmerkung der Redaktion: Eine Abkürzung, die Frauen, Lesben, intersexuelle, nichtbinäre, trans und agender sowie weitere nicht-cis-hetero-männliche Menschen als Gruppe bezeichnet*) eingefangen. Das hat es für mich erschwert, schnell zu einer Haltung zur Buchmesse zu kommen. Es musste erstmal einen internen Prozess der Meinungsfindung geben. Wir wären mit vier Autorinnen vor Ort gewesen. Mit diesen vier Autorinnen hatten wir ein sehr intensives Gespräch, wie wir jetzt vorgehen. Wir haben gemeinsam entschieden, dass wir nicht teilnehmen möchten.

Das hat verschiedene Gründe. Unser Buch ist von Schwarzen Menschen für Schwarze Menschen geschrieben. Dies ist eine besondere Zielgruppe. Wenn diese Zielgruppe auf einer Messe nicht sicher ist, dann hat dies einen ganz anderen Beigeschmack, als bei einem Buch, das die Mehrheitsgesellschaft adressiert und erreichen will. Es ging jedoch auch darum, ein Zeichen zu setzen. In einer postmigrantischen Gesellschaft konnten wir als Schwarze Autor*innen die Präsenz von Rassisten nicht einfach so stehen lassen, wir wollten uns solidarisch zeigen mit Jasmina Kuhnke, Ciani-Sophia Hoeder und den anderen Schwarzen Autor*innen, die ihre Teilnahme abgesagt haben.

Wie haben Sie die Debatte rund um den Boykott erlebt?

Für mich ist es ganz wichtig anzuerkennen, dass es viele Strategien gibt, wie man als Schwarze Person antirassistisch kämpfen kann. So verschieden die Erfahrungen Schwarzer Menschen sind, so verschieden sind auch ihre Wege, mit Rassismus umzugehen. Was mir stark aufgefallen ist, ist, dass sich die Debatte stark hochgeschaukelt hat; entweder ist man solidarisch mit Jasmina oder nicht – man ist dafür oder dagegen. Diese Polarisierung bildet nicht unsere gesellschaftliche Realität ab.

Fast schon wie ein Schwarz-Weiß-Denken?

Genau, aber so ist es ja nicht. Da gibt es Nuancen und Graustufen. Sehr viele Schwarze Menschen waren auf der Buchmesse. Auch diese Entscheidung kann ich gut nachvollziehen. Was aus der Perspektive von meinem Buch auffällt ist, dass bei uns insbesondere mehrfach marginalisierte Gruppen zu Wort kommen. Es geht nicht nur um Schwarz-sein, sondern auch um queer-sein, dick-sein, darkskinned-sein. Perspektiven, die im Diskurs der Dominanzgesellschaft sowieso kaum sichtbar sind und dadurch jetzt noch weniger sichtbar gemacht worden sind.

Weil es nur die zwei Lager gab?

In diesem Fall weil ihnen die Bühne genommen wurde. Der Preis für den Boykott war hoch. Die Menschen, die sich kritisch gegenüber der Buchmesse geäußert haben, waren überwiegend Schwarze Menschen. Ich habe wenig weiße Menschen oder wenig Verlage gesehen, die sich positioniert haben. Das heißt, dass diese Debatte auf den Schultern der Betroffenen geführt wurde, und das ist ein großes Problem.

Die Frankfurter Buchmesse ist keine Spaßveranstaltung, sie verdient Geld, auch durch die Präsenz rassistischer Verlage. Wir, die der Buchmesse Ferngebliebenen, konnten unser Buch nicht vorstellen und haben so an Reichweite verloren. Dieser finanzielle Aspekt hat meiner Meinung nach nicht genug Aufmerksamkeit erfahren.

Sie standen ja nicht so im Mittelpunkt wie Jasmina Kuhnke, haben Sie trotzdem einen eigenen Shitstorm erlebt?

Ich denke, das hat viel mit Reichweite zu tun. Meine Reichweite in den sozialen Medien ist nicht so groß. Wir haben Autor*innen, wie zum Beispiel Alice Hasters, die eine große Reichweite haben, jedoch hat sich der Hass bei uns in Grenzen gehalten. Wenn man sich die Dynamik jedoch nochmal durch eine diskriminierungskritische Linse anschaut, dann wurden die weniger sichtbaren Menschen noch unsichtbarer gemacht. Schwarze light-skinned Menschen und deren Entscheidung des Boykotts war sichtbarer als die von beispielsweise Schwarzen-queeren oder darkskinned Perspektiven.

Was sagen Sie zu dem Vorwurf, dass man auch unliebsame Meinungen aushalten müsse?

Wir leben in einer sich verändernden Gesellschaft. Unsere Realität ist postmigrantisch. Ich bin Schwarz und deutsch. Das schließt sich nicht mehr gegenseitig aus. Menschen mit Migrationsgeschichte verstehen sich als Teil dieser Gesellschaft, fordern ihre Rechte ein und lassen Rassimus und Diskriminierung nicht mehr unkommentiert stehen. Auch die Frankfurter Buchmesse muss sich dieser Realität stellen, „weiter so“ wird nicht mehr funktionieren.

Die Debatte um Meinungsfreiheit ist deshalb meiner Meinung nach fehlgeleitet, denn es gab kein Redeverbot, sondern laute Gegenrede. Für mich sind Rassismus und Rechtsextremismus keine Einstellungen, die sich unter dem Deckmantel der Meinungsfreiheit verstecken lassen, sondern eine Gefahr für unsere Demokratie.

> „Es gab kein Redeverbot, sondern laute Gegenrede“

Die Frankfurter Buchmesse hatte die Wahl, wem man eine Bühne gibt und wem nicht. Ein rassistischer Verlag wurde im Herzen der Buchmesse und nicht etwa am Rande, im Seitengang vor dem Klo, präsentiert, das ist schon ein Symbol.

Ging die öffentliche Debatte am Thema vorbei?

Absolut! Die Bedrohung von rechts ist eine der größten in unserem Land.

Die Debatte um „was darf man denn jetzt noch sagen“ ist nicht per se schlecht, sie trägt dem Wandel in unserer Gesellschaft Rechnung, denn es sprechen auch andere Menschen als vor 50 Jahren. Es ist dennoch erstmal klarzustellen, dass alle prinzipiell alles sagen dürfen, man muss nur mit den gesellschaftlichen Konsequenzen rechnen. Ähnlich gestaltet sich dies auf der Buchmesse. Man kann nicht mehr einfach so einen rechten Verlag im Herzen der Messe positionieren. Man muss damit rechnen, dass Menschen aufstehen, sich äußern und Haltung zeigen.

Wenn marginalisierte Gruppen laut werden und Raum einnehmen, dann müssen andere, privilegierte Gruppen Platz machen. Dass es Menschen, die es gewohnt sind, sichtbar zu sein und die Deutungshoheit zu haben, nicht leichtfällt, Platz zu machen, ist klar. Dies kann man wunderbar beobachten, wenn man die Feuilletons zu diesem Thema durchblättert.

Können Sie ein Fazit zu der Debatte ziehen? Was ist seitdem passiert?

Es hat alternative Buchmessen gegeben unter dem Titel „Schwarz bewegt(e) Literatur“, was ich unglaublich fand. Innerhalb kürzester Zeit haben sich in ganz Deutschland Communitys zusammengetan, um Schwarzen und Autor*innen of Color eine Bühne zu bieten. Ich glaube, es ist wichtig, diese Bewegung nicht nur als Reaktion auf etwas zu sehen, sondern als ein Zeichen, dass Schwarze Literatur seit vielen Jahren dazugehört, ihre Räume braucht und sie sich auch nimmt. Dies war für mich sehr heilsam.

Ich bin gespannt, wie es nächstes Jahr weitergeht. Diese Debatte wird nicht weggehen. Menschen mit Migrationsgeschichte werden sich nicht mehr an den Rand stellen lassen und zusehen, wie rechtes Gedankengut im Zentrum platziert wird.

Was würden Sie sich in Zukunft von der öffentlichen Debatte rund um das Thema wünschen?

Durchatmen. Unsere Gesellschaft verändert sich, bestehende Machtverhältnisse werden in Frage gestellt, wem wann und wo welcher Raum zusteht und welche Meinungen wo toleriert werden, wird neu verhandelt. Menschen, die aufgrund struktureller Ungleichheiten über Jahrhunderte hinweg in gewissen Räumen keinen Platz hatten und haben, von der Dominanzgesellschaft „gecancelt“ wurden, melden sich jetzt zu Wort. That’s just a fact. Emotional aufgeladene Tweets von Menschen, die sich dadurch mit ihren eigenen Privilegien konfrontiert sehen, sollten unsere Debatte nicht dominieren. Deshalb erstmal dreimal durchatmen und überlegen, woher diese Emotionen kommen und um wessen Erfahrung es hier eigentlich gerade geht.

Das Gespräch führte Lina Abraham.

ANZEIGE



Zeit Geist

Kein Foto für Heidi

Anfang Februar ist es wieder so weit: Eine neue Staffel Germany’s Next Topmodel wird ausgestrahlt. Die Castingshow erfreut sich nach wie vor großer Beliebtheit. Die Einschaltquoten gingen zuletzt 2021 durch die Decke. Seit einigen Jahren schmückt sich das Format mit dem beflügelten Wort „Diversity“ und setzt damit auf den Trend rund um „Body Positivity“ und „Self-love“, der zeitgleich auf Social Media floriert. In der neuen Staffel darf quasi jede mitmachen, es sind auch ältere Frauen über 50 dabei. Was noch in vergangenen Staffeln undenkbar gewesen wäre, wird jetzt in den eigenen Reihen gefeiert.



Foto: jnd

Schönheitsideale gehören in den Müll

Bei all den positiven Entwicklungen vergisst man schnell, dass es 2015 noch transphobe Aussagen gegenüber Model Pari gab. In der Staffel aus dem Jahr 2020 musste Curvy Model Johanna bei der Show teilweise ihre eigene Kleidung tragen, da ihr die Designerklamotten einfach nicht passten. Wenn man sich die vergangenen Staffeln ansieht, dauert es nicht lange, bis man auf das erste Body-Shaming trifft.

Da fühlt es sich heute an, als sei die Diversity-Masche nur fürs Image. Ist es wirklich möglich, dass sich das Weltbild einer seit Jahrzehnten im Business etablierten Frau wie Heidi Klum so radikal ändert? Auch waren die bisherigen Gewinnerinnen der Show in allen Jahren eher klassisch schön. Dadurch, dass immer die Abweichungen von dem Schönheitsideal der Frauen betont werden, werden die verschiedenen Körperbilder erst recht nicht normalisiert.

Wenn die Sendung einen wirklichen aufklärerischen Zweck verfolgen würde, könnte sie sich damit auseinander setzen, wie man als junge (oder auch ältere) Frau mit seinem Selbstbild umgeht und wie es sich wirklich anfühlt, in einem „oberflächlichen Business“ wie der Modeindustrie zu arbeiten, statt ein falsches Bild der noch vorherrschenden Situation zu zeichnen.

Denn auch wenn mittlerweile immer diversere Körperbilder gezeigt werden, ist die schnöde Realität eine andere. Fashion ist noch lange nicht so divers, wie es bei GNTM suggeriert wird. Das sieht man leider auch an dem Hass innerhalb der Community, der teilweise nach der Ausstrahlung auf Social Media verbreitet wird. Sätze wie „GNTM schau ich nicht mehr, da sind nur noch Hässliche dabei“, sind online oft zu lesen.

Heidi Klum sollte sich mit der toxischen Vergangenheit ihrer Show auseinandersetzen, statt ausschließlich den neuen progressiven Touch und die damit verbundenen hohen Quoten zu zelebrieren. In Interviews klingt sie so, als sei sie schon immer große Verfechterin der Darstellung unterschiedlicher Frauenkörper gewesen. Natürlich ist es nie zu spät, das Richtige zu tun und auf bessere Werte zu setzen; dennoch ist der aktuelle Kurs des Fernsehformates, das sowieso fleißig misogyne Stereotype reproduziert, schlichtweg heuchlerisch, da sich nur an aktuellen Trends bedient wird.

Eine Kolumne von Josefine Nord

I’m not like other girls

Frauenfreundschaften statt Zickenkrieg – es ist Zeit, sich von unserer inneren Frauenhasserin zu verabschieden

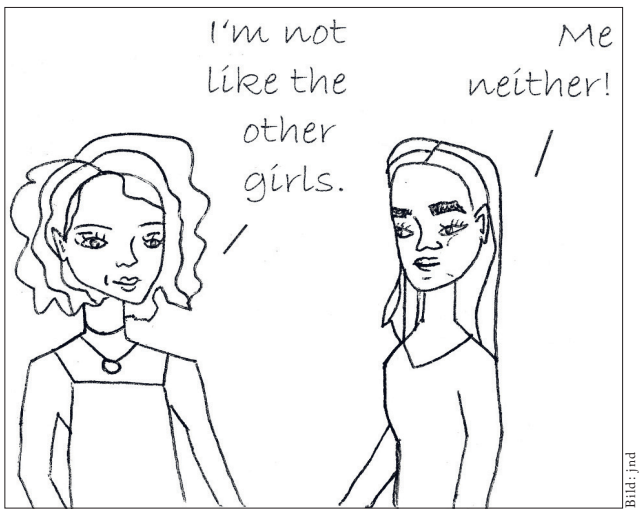


Bild: jmd

Frauen können ja gar nicht sexistisch sein, da sich Sexismus fast immer gegen Frauen richtet – so die weit verbreitete Annahme. Mittlerweile hat sich in den Sozialen Medien jedoch der Begriff „internalized misogyny“ etabliert, was so viel wie verinnerlichte Frauenfeindlichkeit bedeutet, und zeigt, dass diese Schlussfolgerung nicht aufgeht. Damit sind insbesondere unbewusste Gedanken und Handlungen von Frauen gemeint, die das eigene Geschlecht herabwürdigen. Die Wurzel des Problems bilden negative Stereotypen: Frauen sind zu anstrengend und emotional, viele zu schwach und wieder andere kümmern sich nur um Shoppingtouren und Friseurtermine.

Dass Frauen diesen Stereotypen folglich selbst Glauben schenken und diese verinnerlichen, zeigt der ikonische #likeagirl-Spot der Marke Always nur allzu gut: Als Filmproduzentin Lauren Greenfield verschiedene Gäste auffordert „wie ein Mädchen zu rennen“, ist die Darbietung dreier junger Frauen an Lächerlichkeit kaum zu übertreffen. Während eine Tippelschritte imitiert, fahren sich die anderen verlegen durch die Haare oder lachen gekünstelt. Dass wohl keine der Teilnehmerinnen tatsächlich so rennt, scheint sie in dem Moment nicht weiter zu stören – viel zu selbstverständlich ist die Assoziation von „wie ein Mädchen“ mit etwas Aufgedrehtem, Schwachem und Peinlichem.

Ein wichtiger Aspekt von „internalized misogyny“ ist folglich die Abgrenzung von diesen weiblichen Stereotypen. Wer schon einmal gesagt bekommen hat, man sei nicht wie andere Frauen und dies als Kompliment aufgefasst hat, ist hierbei leider Teil des Problems. Auch Pop-Ikonen sind von der Falle der inneren Frauenhasserin nicht verschont geblieben. So verbringt Taylor Swift mit „You belong with me“ knappe vier Minuten damit, ihre klassisch mädchenhafte Kontrahentin schlechtzumachen und wird dabei nicht müde zu betonen, wie cool und entspannt sie dagegen sei. Schließlich trägt sie statt High Heels und kurzer Röcke lieber Sneakers und T-Shirts und ist nicht so schnell eingeschnappt wie die Cheerleader-Kapitänin – sie versteht den Humor ihres Angebeteten einfach besser. Natürlich kann man Taylor Swift keinen Vorwurf machen, weil sie keine hohen Schuhe mag. Problematisch ist allerdings das Verteufeln von allem typisch Weiblichen, nur um sich selbst zu profilieren.

Ähnlich verhält es sich – auch nach 16 Jahren Kanzlerin Merkel – mit Frauen in der Politik. Leider gab es im Wahlkampf letztes Jahr genügend Frauen, die an Annalena Baerbock die absurdesten Dinge zu bemängeln hatten. Zum einen wäre da die Stimme (irgendwie viel zu quietschig) und dann auch noch das Alter (viel zu jung, um auf internationaler Ebene ernst genommen zu werden). Sicherlich muss niemand Frau Baerbock vergöttern und auch hier ist sachliche Kritik vollkommen berechtigt. Vermeintliche Argumente, die sich auf ihre Stimme stürzen und versuchen weibliche Merkmale als Makel zu deuten, sind es allerdings nicht.

Der #likeagirl-Spot wäre natürlich nur halb so schön, wenn es am Ende nicht ein wenig Hoffnung gäbe. Immerhin zeigen sich die jüngsten Teilnehmerinnen des Spots von den negativen Assoziationen wenig beeindruckt. „Wie ein Mädchen zu rennen heißt so schnell zu rennen wie du kannst“, verkündet eine von ihnen.

Damit sich diese Auffassung durchsetzt, müssen wir aufhören, Frauen zu verurteilen, die viel Zeit in ihr Äußeres investieren oder gerne Romanzen schauen. Wir müssen aufhören, eine hohe Stimme mit Inkompetenz gleichzusetzen. Zu guter Letzt müssen wir uns Sätze wie „Ich bin nur mit Männern befreundet, weil mir andere Frauen zu anstrengend sind“ einfach sparen. Wie sonst soll #likeagirl jemals für etwas Positives stehen? **(lzf)**

Podcasts zum Vergessen

Schlachter unter sich

Nicht nur Felix und Tommi oder Jan und Olli haben einen Podcast. In „Tönnies & Tönnies“ berichten Vater und Sohn von… ja was eigentlich?

Folge drei von acht kommt mit dem Titel „Im Schlachthaus“ um die Ecke. Darunter die flotte Zeile: „Öko-Romantik versus Realität.“

Öko-Romantik? Realität? In Realität ist Tönnies einer der größten Schweineschlachter Deutschlands. Über 20 000 Schweine gehen täglich am Hauptsitz in Rheda -Wiedenbrück über die Bänder. Der Firma werden häufig schlechte Arbeits- und Tierhaltungsbedingungen vorgeworfen. Öko-Romantik klingt anders.

Das macht auch die aufgesetzt kritische Moderations-Stimme in „Tönnies & Tönnies“ klar. Sie säuselt aus dem Off: „Trotz aller Transparenz muss sich die Tönnies-Group regelmäßig Kritikern stellen. Umweltschützer, Tierrechtler und Veganer.“

Die Fronten sind klar. Fleisch gegen Umwelt, Fleisch gegen Recht, Fleisch gegen kein Fleisch – alles Feinde für immer. Clemens argumentiert: „Einem Fleischgegner kann ich nicht das Fleischessen beibringen.“ Max legt nach und philosophiert über die Stallbuchten der Massentierhaltung („Mikrokosmos für das Schwein“).


Foto: dgk
Nicht das einzige Kapitalistenschwein im Feuilleton

In ihren Schweinefantasien vergessen sie, dass Tönnies lange Zeit vor allem für seine schlechten Arbeitsbedingungen bekannt war. Subunternehmen warben Arbeitskräfte aus Osteuropa an, die für Hungerlöhne Schwerstarbeit verrichteten. Betten in Sammelunterkünften der Subunternehmen kosteten mehrere Hundert Euro im Monat.

Clemens und Max reden lieber über den „Respekt vor dem Lebensmittel“ als über Respekt vor ihren Arbeitskräften. Dabei frieren neben den Schweinen vor allem jene in den Schlachthäusern.

Es folgen denkwürdige fünf Minuten, in denen sie gar nicht oft genug betonen können, wie verständnisvoll Clemens sei und wie gerne er sich überzeugen lasse. Als Clemens dann doch ein „Zanken geht, Streiten ist schlecht“ herausrutscht, räuspert sich Max hörbar. Clemens korrigiert sich hastig: „Selten! Weil ich mich auch bewusst zurücknehme.“ Streiten geht, aber bitte nicht zu oft!

Ganz am Ende der Folge dann das Aufreger-Thema. Stimme aus dem Off: „Der Corona-Ausbrauch hat sich tief in die DNA der Tönnies-Group geschrieben.“ Was auch immer das bedeutet. Dann kommt Lagerfeuerstimmung auf: „Clemens und Max erinnern sich.“ Als wäre es ein zweites Sommermärchen – ach was waren das für Zeiten!

Erinnern wir uns etwas ehrlicher an den „Superspread“ im Juni 2020: Mehr als 2000 Menschen aus dem Umfeld der Tönnies-Fabrik in Rheda-Wiedenbrück infizieren sich in kürzester Zeit mit dem Virus, der komplette Landkreis Gütersloh muss in den Lockdown. Der Ausbruch offenbart einmal mehr die schlechten Wohn- und Arbeitsbedingungen der Angestellten.

Clemens könnte jetzt entweder die Vorwürfe bestreiten oder versuchen, das Ganze wegzuwischen. Er könnte die Schuld auf alle anderen schieben oder sich entschuldigen und einen zweiten Ausbruch verhindern. Clemens wählt die Alles-auf-einmal-Strategie.

Kurz vor dem Ausbruch habe ihm sein Arzt Ruhe und Entspannung verschrieben, doch dann kam das gemeine Coronavirus und die gemeine Öffentlichkeit, die sich nun an Tönnies „vergriff“. Da musste er sich wehren. Am 20. Juni kündigt er an, Verantwortung zu übernehmen und die Branche zu verändern. Wurde auch höchste Zeit.

Clemens kann es sich nicht verkneifen, über die fiesen Politiker zu klagen, die fiese Dinge sagen. Anton Hofreiter von den Grünen fordert am 21. Juni einen Boykott der Tönnies-Produkte. Clemens fällt da nur eine Antwort ein: Er halte das für einen deutschen Politiker gleich welcher Partei für unanständig. „Diese Worte haben uns schon mal ins Verderben geführt. So was macht man nicht“, sagt er.

Hat sich Clemens Tönnies da gerade mit den unrechtmäßig verfolgten Juden in der Nazi-Diktatur verglichen? Die Antwort kennt wahrscheinlich nur er selbst. Falls ja: So was macht man nicht.

Ob das eines der angekündigten Highlights aus dem Trailer war? Erfährt man wahrscheinlich nur, wenn man sich die anderen sieben Folgen antut. Oder man kauft sich in diesem wunderschönen Januar einfach ein Eis. Unpassend ist irgendwie beides. **(dgk)**

Oh nein, Veränderung!

TV total, ABBA und Matrix – wollen wir uns mit Kult-Comebacks an die guten alten Zeiten klammern?

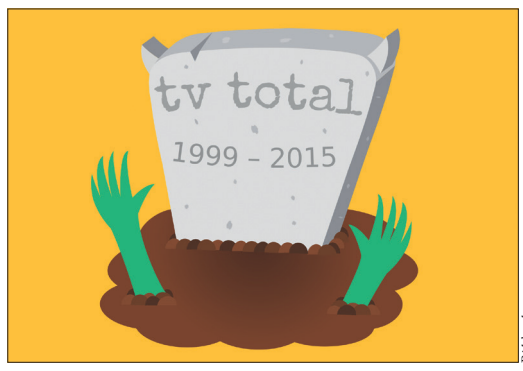


Bild: phr
Totgeglaubte leben länger

Corona hat die Welt zu Grunde gerichtet und zwingt uns zu Hause zu bleiben, doch Ende 2021 wurde uns ein Lichtblick geschenkt: TV total kam zurück. Allein die Titelmelodie der Kult-Show löst bei vielen Nostalgie aus und heilt vielleicht sogar die ein oder andere Panik-Attacke treuer Zuschauer:innen in diesen turbulenten Zeiten. „Zeiten des Aufbruchs“, wie es Bundeskanzler Olaf Scholz in seiner Neujahrsansprache ausdrückt. Aufbruch, Fortschritt, Veränderung – das hört sich nach Stress an. Gut, dass in der Neuauflage von TV total sowohl die Gags als auch das Studio per Copy-and-Paste aus dem Original übernommen wurden. Eigentlich hat sich nur Stefan Raab verändert – er heißt jetzt Sebastian Pufpaff und ist zehn Jahre jünger. Nach Raabs unwiderrufbarem Rückzug als Entertainer im Jahr 2015 ist Pufpaff nun, zugegebenermaßen, ein solider Ersatz. Er hat lediglich einen einzigen, großen Makel: Er ist nicht Stefan Raab. Mit zynischem Humor ist TV total nach eigener Aussage „zurück, um zu richten und zu strafen“. Aber ist das wirklich unser Bedürfnis – wird die Sendung nicht nur ausgeschlachtet, weil sie jahrelang gut funktioniert hat?

Nach einem sehnen sich viele Menschen gerade vielleicht sehr: mal wieder so richtig unbeschwert lachen zu können. Dabei können die Albernheiten bei TV total mit Sicherheit nachhelfen, auch wenn der Humor öfter unter die Gürtellinie fällt. Die Frage ist aber: Brauchen wir Sebastian Pufpaff als Richter über den Medienquatsch, wenn heutzutage sowieso jeder denkt, er könne andere nach Belieben verurteilen? Querdenker:innen verurteilen die Regierung, sämtliche Generationen verurteilen sich gegenseitig, ich verurteile gerade, dass andere Leute so viel verurteilen und anscheinend verurteilt das ganze Internet Leute, die gerne Ananaspizza essen. Ist das nicht genug? Vor allem auf Social Media werden wir ununterbrochen mit grenzwertigen Inhalten und Meinungen überhäuft, das hat es 1999 bei der Erstausstrahlung von TV total in diesem Ausmaß noch nicht gegeben. Damals hieß es über Raabs Witze häufig noch schockiert: „Darf er das?“. Die jüngsten Generationen gewinnt man damit vermutlich nicht mehr ins Stammpublikum.

Was uns fehlt ist also nicht zwingend der Inhalt, sondern eher das Geborgenheitsgefühl, welches das Altbekannte in uns hervorruft. Für 2021 kann die Liste der Comebacks und Revivals und Reunions, angefangen mit TV total, in etwa so fortgeführt werden: Das neue Album von ABBA, der neue Matrix-Film, Spiderman Teil 38928, eine weitere allerletzte Folge „Wetten, dass..?“, die Friends-Reunion, die Harry-Potter-Reunion, Fast and Furious Teil 9, noch ein James-Bond-Film und so weiter. Vielleicht hätte sich die Medienindustrie ohne Pandemie anders weiterentwickelt. Aktuell scheint sie eher auf Nummer sicher zu gehen. Nach zwei Jahren Lockdown-Hin-und-Her haben die meisten Konsument:innen eben sämtliche Angebote der Streamingdienste, die sie sich leisten können oder weiterhin unentdeckt schnorren, durchgeschaut.

Genug der nervigen Veränderungen, genug der unberechenbaren Einzelfilmproduktionen – wir wollen etwas Neues sehen, das wir gleichzeitig schon kennen und das uns nicht mehr großartig überraschen kann! Wir wollen wissen, was wir für unsere Zeit und unser Geld bekommen. Wir brauchen eine sichere Konstante in unserem Leben. Die Produzent:innen reiben sich im Hintergrund schon die Hände: Sie wissen schließlich am besten, was funktioniert und wie man es bis zum Gehtnichtmehr ausschlachten kann. Und wenn sie es nicht wissen, fragen sie einfach bei ProSieben nach. Das ist schade, denn so werden interessante neue Formate und Filme um eine Chance auf Erfolg gebracht. Allerdings bestimmt hier die Nachfrage vermutlich das Angebot – und vor allem das Geld. Eines gilt für viele Medienproduktionen mit Sicherheit nicht: Man soll aufhören, wenn es am schönsten ist. **(mon)**

Beiträge aus aller Welt

Jung, tätowiert, Präsident

Der Sozialdemokrat Gabriel Boric ist der neue Präsident Chiles – wie er die soziale Ungleichheit bekämpfen und einen gesellschaftlichen Wandel einleiten will

Nicht nur geographisch ist Chile ein Land der Gegensätze, sondern auch gesellschaftlich. Die soziale Schere zwischen Arm und Reich spaltet die Bevölkerung: Gerade für eine gute Bildung müssen sich viele junge Menschen verschulden. Seit Jahren protestieren Schüler:innen und Studierende gegen die Ungerechtigkeit des privatisierten Bildungssystems. Einer der ehemaligen Demonstrant:innen wird jetzt Chiles neuer Präsident – der jüngste in der Geschichte des Landes.

Gabriel Boric kommt aus Punta Arenas, einer Stadt im südlichsten Teil von Chile. In der Hauptstadt Santiago studierte er Rechtswissenschaft, widmete sich gegen Ende seines Studiums aber vor allem dem hochschulpolitischen Aktivismus. Nach zwei Amtszeiten im Abgeordnetenhaus für den Wahldistrikt seiner Heimatregion „Región de Magallanes“, trat Boric 2021 als offizieller Kandidat der linken Koalition „Apruebo Dignidad“ zur Präsidentschaftswahl an.

Nun hat sich der Sozialdemokrat in einer Stichwahl mit knapp 56 Prozent der Stimmen gegen den extrem konservativen Republikaner José Antonio Kast durchgesetzt. Er verspricht Chile einen sozialen Wandel. Im März 2022 beginnt seine erste Amtszeit. Bereits 2011 war Boric eine:r der studentischen Anführer:innen der Proteste für soziale Reformen, bei denen besonders ein Wandel des Bildungssystems gefordert wurde. Als Präsident will sich der Fünfunddreißigjährige nun für die Reform des Bildungswesen einsetzen, die er als Demonstrant vor etwa zehn Jahren von der damaligen Regierung gefordert hatte. Die Qualität der Bildung soll dabei nicht mehr auf der Herkunft und den finanziellen Möglichkeiten der Schüler:innen und Studierenden basieren. Darüber hinaus plant er, das Rentensystem zu modernisieren, sich mehr für Klima- und Umweltschutz einzusetzen, den Mindestlohn zu erhöhen und ein staatliches Krankenversicherungssystem aufzubauen.



Foto: mon

Der zukünftige Amtssitz von Gabriel Boric in Santiago de Chile

Erreichen will er das unter anderem durch eine stärkere Besteuerung der reichen Oberschicht und der Industrie. Außerdem will sich Boric gegen die Diskriminierung von sexueller Vielfalt, für Frauenrechte und für die allgemeine Gleichstellung der Geschlechter einsetzen. Kurz zusammengefasst: Chile soll einen großen politischen Richtungswechsel vollziehen und sich wirtschaftlich sowie sozialpolitisch vom Erbe der Pinochet-Diktatur lösen.

Die Umsetzung seiner Wahlversprechen ist ein schwieriges Vorhaben, das von der Kooperation mit anderen Parteien und somit von Kompromissen abhängt. Seine Koalition „Apruebo Dignidad“ bildet nämlich keine Mehrheit im Parlament. Unter seiner Präsidentschaft steht Chile zudem eine besonders große Aufgabe bevor: Aktuell tagt eine Verfassungsgebende Versammlung in der die Reformforderungen der Demonstrant:innen aus den letzten Jahren diskutiert werden. Das ist vermutlich die größte Errungenschaft der Massenproteste aus dem Jahr 2019 gegen die soziale Ungleichheit. Die alte Verfassung stammte, wie das Bildungs- und Wirtschaftssystem, noch aus der Zeit der Militärdiktatur unter Augusto Pinochet.

„Meiner Meinung nach hat der bessere Kandidat gewonnen. Die Ansichten von José Kast sind veraltet“, findet die zwanzigjährige Florencia, Studentin in Santiago de Chile. Kast hätte sich vor allem auf die Wirtschaft fokussiert, sich aber kaum für die Rechte von Frauen, Indigenen oder der LGBTQ+-Community eingesetzt. Im Gegenteil, er sei zum Beispiel gegen die Ehe für alle und gegen die Möglichkeit der Abtreibung. In ihrer Familie seien die Meinungen aber gespalten, genauso wie im Rest der Gesellschaft. „Ich werde der Präsident aller Chileninnen und Chilenen sein“, verkündete der designierte Staatspräsident nach seinem Wahlsieg. Er will die gespaltene Gesellschaft wieder zusammenbringen und nach dem knappen Wahlsieg auch die Gegenstimmen von seinen Fähigkeiten als Präsident überzeugen. Das Publikum hatte er in seiner Rede zuvor nicht nur auf Spanisch, sondern auch auf einigen Sprachen indigener Stämme, unter anderem der Mapuche, Rapanui und Aymara, begrüßt.

Die Mapuche bilden den Großteil der indigenen Bevölkerung in Chile. Im 19. Jahrhundert wurde das Gebiet der unabhängigen Mapuche-Nation gewaltsam an den chilenischen Staat angegliedert. Ihr Land im Süden Chiles wurde daraufhin stark von europäischen Auswander:innen besiedelt und unter Großgrundbesitzer:innen aufgeteilt. Viele Mapuche zogen in die Städte oder leben noch immer in einfachen Verhältnissen der eigenständigen Gemeinden, den „comunidades“. Der Konflikt um ihre kulturellen Rechte, ihren Anspruch auf das Land und die natürlichen Ressourcen besteht noch immer.

Häufig eskalieren die Proteste und es kommt zu Gewalttaten zwischen chilenischem Militär, der Polizei und den Demonstrant:innen. Nachdem sich der vorherige Präsident Sebastián Piñera kaum für die Lösung des Konflikts mit den Mapuche eingesetzt hatte, will Boric dies nun umso mehr tun.

In seinem Wahlprogramm schlägt er einen Prozess zur Deeskalation der Gewalt vor. Im Gegensatz zu anderen Politiker:innen lehnt er es ab, die Vorgehensweise der Mapuche als Terrorismus zu bezeichenen. Einige Organisationen der Mapuche zweifeln jedoch an fundamentalen Veränderungen durch die Präsidentschaft Borics. Sie befürchten, dass es sich lediglich um kleinere Reformen handeln wird und sich ihre Situation nicht dauerhaft verbessert.

Die Mehrheit von Chiles Wähler:innen hat große Erwartungen an ihren neuen Präsidenten und seine progressiven Pläne. Boric zeigt sich überzeugt von seinen Visionen: „Heute hat die Hoffnung über die Angst gesiegt“, verkündete er in der Nacht nach seinem Wahlsieg. Es gebe allerdings viel Arbeit zu erledigen.

Damit hat er Recht, denn Boric steht, ähnlich wie Olaf Scholz, zu Beginn seiner Amtszeit vor einem von der Pandemie gezeichneten Land. Auf Chiles neuen Präsidenten warten viele Herausforderungen, denen er sich ab März stellen muss. **(mon)**

Politiker als Projektionsfläche

Auf Telegram bilden sich Echokammern, in denen sich unzufriedene Gesellschaftsteile radikalisieren. Vermehrt kommt es zu Angriffen auf die Privatsphäre von Politiker:innen. Ein EU-Abgeordneter berichtet

Anfang Dezember 2021 findet der EU-Abgeordnete und ostbelgische Politiker Pascal Arimont die Antwort auf seine zuvor getätigten politischen Äußerungen. Auf seinem Garagentor. Ein Gegner hatte sich in der Nacht an seinem privaten Wohnsitz vergangen „Lügen, Erpressen, Hetzen, Spalten... Dafür werdet ihr bezahlen!!!“ hatte dieser auf das Tor gesprüht.

In der Nähe des Hauses findet die Polizei einen Gegenstand, der wenig später als Brandsatz identifiziert wird. Es ist von einem Mordanschlag die Rede.

Dieser Angriff ist stellvertretend für viele weitere Fälle, in denen die Privatsphäre politischer Akteur:innen als Projektionsfläche für die Unzufriedenheit radikaler Bevölkerungsteile herhalten muss. Chat-Anbieter wie Telegram, werden zum Epizentrum dieser Unzufriedenheit. Digitale Echokammern verstärken diesen Effekt.

„Geschlossene Gruppen, wie beispielsweise auf Telegram, sind gefährlich, wenn sie zu Echokammern werden, in denen man sich für seine abstrusen Theorien eine Bestätigung abholt und sich jeweils in der eigenen Empörung gegenseitig befeuert“, so Arimont.

Auf Telegram wurde zunehmend dazu aufgerufen, die Privatadressen von Politiker:innen öffentlich zu machen. Einige Zeit vor dem Anschlag auf Arimonts Wohnsitz hatte ein Telegram-User solch einen Aufruf gestartet: „Initiative Privatadressen“, ein Kanal, der Nutzer:innen mit ähnlicher politischer Einstellung einen Zusammenschluss ermöglichte.

Virtuelle Räume wie dieser werden Echokammern genannt. Dort finden sich Menschen gleicher Meinung wieder, die sich über Diskurse und politische Entscheidungen austauschen.

Problematisch ist, dass es sich hierbei eher um ein Reproduzieren eines einseitigen Meinungsbildes handelt und somit eine potentielle Meinungsänderung quasi unmöglich wird. In vielen Fällen startet hier ein Prozess der Radikalisierung. Der Frust, der bei gewissen Teilen unserer Gesellschaft aufgrund getätigter Äußerungen oder getroffener Entscheidungen aufkommt, kocht in Echokammern hoch. Seit Beginn der Pandemie ist dieses Phänomen auf Telegram häufiger denn je zu beobachten. Nicht selten wandelt sich das Ärgernis in kriminelle Energie um. Meistens braucht es schlussendlich ein Ventil, sodass anfänglicher Frust vermehrt in Anschlägen auf die Privatsphäre von politischen Entscheidungsträger:innen mündet. Pascal Arimont vermutet, dass es sich bei den Täter:innen um Gruppen handelt, die sich auch vor der Pandemie schon in anderer Form für die Zerschlagung des demokratisch-pluralistischen Rechtsstaats in seinen heutigen Formen eingesetzt haben. „Offenbar wird dies nicht mehr nur in den Internetforen ausgelebt, sondern es wird auch zur Tat geschritten – etwa durch die Bekanntgabe privater Adressen von Politiker:innen, die man einschüchtern möchte“, so der Abgeordnete.

Das Problem mit Telegram ist, dass der Nachrichtendienst sich nur bedingt um strafbare Inhalte kümmert, diese häufig weder nachverfolgt, noch löscht. „In Bezug auf die Angriffe auf mein Haus ist das natürlich ein krimineller Akt, der nichts mit freier Meinungsäußerung zu tun hat“, bekundet Arimont. „Hier handelt es sich um eine klare Straftat, die nicht zu rechtfertigen ist“. Daneben gebe es jedoch auch die kritische Auseinandersetzung mit Themen, die, laut Arimont, in einer Demokratie immer sein müsse. Und diese würde auch gelebt.

„Die Demonstrationen eben dieser Gruppen zeigen ja beispielsweise, dass die Demokratie und der Rechtsstaat funktionieren – aber eben immer im Rahmen unserer rechtsstaatlichen Vorgaben. Ich muss als Politiker selbstverständlich immer damit rechnen, dass ein Bürger nicht mit meinen Entscheidungen oder Positionen zufrieden ist und mir dies auch



Foto: Europäisches Parlament

Pascal Arimont bekam die Wut zu spüren

kritisch zu verstehen gibt.“ Das sei Bestandteil der Demokratie. Hinzu fügt der Politiker, es gebe Grenzen und die Distanz des Internets trage dazu bei, dass auch oftmals ganz normale Anstandsregeln vergessen werden.

Nach dem Angriff haben sich viele Kolleg:innen aus dem Europäischen Parlament mit Arimont solidarisiert. Der mittlerweile verstorbene Präsident David Sassoli bekundete diese Solidarität im Namen des ganzen Hauses. Dazu berichtet Arimont, dass es zwischen den Fraktionen, die auf dem Boden des Rechtsstaates stehen, diese Solidarität auch anderweitig gebe – geht es zum Beispiel um die Prinzipien der Wahrung des Rechtsstaates oder um demokratische Prinzipien.

Es sei wichtig, dass man sich mit Opfern solidarisch zeigt, und zwar immer dann, wenn rechtstaatliche Prinzipien gebrochen werden. Das Parlament bleibe erst einmal das Zentrum der europäischen Demokratie und damit auch der Ort an dem politische Auseinandersetzungen stattfinden. „Und hier sollte der inhaltliche Austausch der Argumente im Zentrum stehen, um die besten Lösungen für die Gesellschaft zu erreichen“, so Arimont. **(caf)**

Existenzen in Flammen

Die Inflation in der Türkei erreicht Rekordwerte. Die Lebensgrundlagen vieler Menschen sind bedroht, verschont bleibt kaum jemand. Zwei Studierende berichten über die Lage vor Ort

Nach Informationen des türkischen Statistikamtes erreichte die Jahresinflation im Dezember vergangenen Jahres 36,08 Prozent. Höchstpunkt seit Regierungsantritt des türkischen Präsidenten: Recep Tayyip Erdoğan, Ende 2002. Die regierungsunabhängige Forschungsgruppe Enag beziffert die Teuerungsrate sogar auf 82,8 Prozent. Zum Vergleich: In Deutschland erreichte die Jahresinflation 2021 den höchsten Wert seit fast 30 Jahren, mit 3,1 Prozent. Politische Repressionen werden zunehmend überlagert von einer sich zuspitzenden Wirtschaftskrise. Alina* und Ben*, beide Studierende aus Ludwigshafen, sind erst vor wenigen Jahren zum Studium nach Deutschland gezogen. Sie berichten von den aktuellen Entwicklungen aus ihrem Heimatland.

Alina war erst kürzlich vor Ort und beschreibt eine Stimmung, geprägt von Unruhe und Angst, die sich in der Bevölkerung breit macht. Vom Staatsoberhaupt zitiert sie einen einprägsamen Spruch: „Was ihr wollt, ist mir egal, ich werde es machen." Die Tatsache von der Regierung nicht gehört zu werden, löst in ihr und vermutlich in vielen anderen Staatsbürger:innen der Türkei ein Gefühl von Machtlosigkeit aus, das sich angesichts der aktuellen Lage weiter zuspitzt.

Laut Ben scheinen alle Schichten von der aktuellen Entwicklung betroffen. „Erst wenn es um wirtschaftliche Entwicklungen geht, versteht man, dass doch alle Bürger:innen stark miteinander vernetzt sind, unabhängig von politischer und religiöser Haltung, finanzieller Situierung oder sozialer Schicht." Diese sind in der Türkei auf engem Raum sehr unterschiedlich ausgeprägt. Während die einen um das Überleben kämpfen, versuchen immer mehr Menschen, denen es finanziell möglich ist, auszuwandern. „Wenn die Hoffnung für die Zukunft verloren geht, wird es gefährlich", meint Alina. So zieht es gerade junge kluge Köpfe in die Ferne.

Gleichzeitig scheint ein kleiner Teil der Bevölkerung zu profitieren. Es ist möglich, dass der Regierung Nahestehende bereits im Vorfeld über Kursentwicklungen in Verbindung mit Elementen der Steuerung durch die türkische Zentralbank, informiert sind und von diesen profitieren. Und noch jemand profitiert: Ausländische Einkaufende, die an der Grenze zur Türkei leben, strömen nun zahlreich auf Shoppingtour.

> „Was ihr wollt, ist mir egal, ich werde es machen"

Bereits 2018 warnte Wirtschaftsnobelpreisträger Paul Krugman vor einer „Todesspirale" für die türkische Wirtschaft. Diese Prophezeiung scheint sich zunehmend zu bewahrheiten. So entsprechen 100 Lira gerade mal 6,56 Euro (Stand 26.01.2022). Die Teuerung wirke sich auf alle Lebensbereiche aus, wobei sich die Kosten der meisten Produkte verdoppelt haben, berichtet Alina. Krugman verwies damals bereits explizit auf die Gefahr der schwindenden Unabhängigkeit der türkischen Zentralbank, verstärkt im Zuge der Errichtung des Präsidialsystems 2018. So entließ Erdoğan, Chef der Partei für Gerechtigkeit und Aufschwung (AKP), innerhalb der letzten zwei Jahre drei Zentralbankchefs. Sie wollten seinem Kurs der Niedrigzinspolitik nicht folgen. Die massive Lenkung der Zentralbank durch die türkische Regierung lässt das Vertrauen ausländischer Unternehmen in die Lira schwinden, was die Inflation weiter befeuert. Dabei ist es unter Wirtschaftsexpert:innen anerkannter Konsens, auf steigende Inflation und Geldentwertung mit einer Erhöhung der Zinsen zu reagieren.



Foto: rup
Durch die Inflation gerät das gesellschaftliche Fundament der Türkei ins Wanken

Erdoğans Weigerung die Zinsen zu erhöhen ist rational schwer nachvollziehbar. Vielmehr scheint es ein Weltbild zu sein, das durch den Koran gestützt wird. Die emotional motivierte Wirtschaftsstrategie beinhaltet auch das Kalkül, die Türkei zu einer Exportnation aufsteigen zu lassen. Der Plan scheint aufzugehen, die Frage ist vielmehr, für welchen Preis.

Die schwache Lira lockt ausländische Unternehmen, wodurch die Exporte Rekordhöhen erreichen. Allerdings wird dadurch das Importieren von Waren für türkische Unternehmen bald unbezahlbar, was sich letzten Endes auf die Lebenshaltungskosten der Bürger:innen auswirkt. Als Maßnahme werden zusätzlich enorme Steuern auf zu importierende Waren wie digitale Geräte oder sogenannte Luxusfahrzeuge erhoben. „Wenn man sich ein Luxusauto kauft, finanziert man rechnerisch gesehen in Form von Steuern zwei weitere Autos für die Regierung mit", meint Ben.

Statt Zinsen zu erhöhen, wird Volksbrot verkauft. Lange Schlangen bilden sich vor den Läden. Außerdem gibt es in einigen Supermärkten digitale Preisanzeigen, um auf den starken Kurswechsel schnell reagieren zu können. Andere Läden schließen mittags, um die Etiketten neu zu beschriften. Erdoğan ist ein Präsident, der sein Volk durch emotionale Reden sowie Spaltung der Gesellschaft für sich gewinnt. Angesichts der wirtschaftlichen Entwicklung scheint jedoch der Machterhalt der Regierung auf so unsicherem Grund zu stehen wie noch nie. So steht die AKP in aktuellen Umfragen erstmals seit 18 Jahren hinter der größten Oppositionspartei CHP.

Unmut und Verzweiflung, die schon seit langem viele Menschen begleiten, werden nun durch die prekäre wirtschaftliche Lage katalysiert. Durch die Angst der völligen Anarchie verblasst die Furcht vor Repression. Auch das Machtsicherungsmittel der Spaltung scheint an Wirkung zu verlieren, wenn sich fast die gesamte Gesellschaft um ihren Lebensunterhalt sorgt.

Wenn man die Studierenden nach ihren Wünschen für die Zukunft fragt, so hoffen sie auf eine Besserung, obwohl sie nicht mehr an diese glauben. Als wichtige Voraussetzung dafür sehen die beiden weniger emotionale Lenkung der türkischen Bevölkerung. „Emotionen sind sehr wichtig für Beziehungen und Literatur, nicht aber für Wirtschaft und Politik. Hier braucht es eine andere Mentalität", so Ben. **(rup)**

** Namen von der Redaktion geändert*

Impressum

ruprecht, die Heidelberger Studierendenzeitung, erscheint monatlich (drei Ausgaben) in der Vorlesungszeit. Der *ruprecht* versteht sich als unabhängige Zeitung, die sich keiner Gruppierung oder Weltanschauung verpflichtet fühlt. Die Redaktion trifft sich während der Vorlesungszeit montags um 20 Uhr im StuRa-Büro in der Albert-Ueberle-Straße 3-5. Für namentlich gekennzeichnete Artikel sind die Autor:innen allein verantwortlich.

Herausgeber: ruprecht e.V.

V.i.S.d.P.: Lena Hilf

Redaktionsadresse: Albert-Ueberle-Straße 3-5, 69120 Heidelberg

Telefon: 06221 / 18 71 310 - 0

E-Mail: post@ruprecht.de

Der ruprecht im Internet: www.ruprecht.de
www.facebook.com/ruprechtHD @ruprechtHD

Redaktion: Lina Abraham (lia), Julia Bierlein (jbi), Thomas Degkwitz (dgk), Kaisa Eilenberger (koe), Luzie Frädrich (lzf), Mona Gnan (mon), Till Gonser (pxl), Lena Hilf (lhf), Zarah Janda (zaj), Lukas Jung (lkj), Anabelle Kachel (aka), Natascha Koch (nat), Julia Liebald (jli), Vivien Mirzai (vim), Nicolaus Niebylski (nni), Josefine Nord (jnd), Clemens Pittrof (clm), Philipp Rajwa (phr), Daniela Rohleder (dar), Mai Saito (mas), Carla Scheiff (caf), Joshua Sprenger (jsp), Lara Stöckle (las)

Freie Mitarbeiter:innen: Helena Belting (hmb), Serpil Dogruoglu (ser), Mia Eitel (mpe), Deren Göral (dgo), Katharina Hoffmann (jkh), Laura Kress (lak), Julia Kruzel (jlk), Vera Neise (vea), Mara Renner (mar), ruprecht (rup), Vincent Vogel (vtv)

Leitung: lia & caf (Seite 1-3), lhf (Hochschule), jli (Studentisches Leben), dgk & lzf (Heidelberg), lkj (Wissenschaft), vim & phr (Feuilleton), jsp (Weltweit), nni (PR & Fotografie & Letzte), jnd (PR)

Chefin vom Dienst: jli

Redaktionsschluss für die Ausgabe 196: Mai 2022

Ausgebremst durch den Brexit

Der Brexit erschwert die Beziehungen mit Großbritannien. Das hat bald auch Auswirkungen auf das Erasmus-Programm

Im letzten Jahr zeigten sich die Auswirkungen des Brexits in aller Deutlichkeit. Der Mangel an LKW-Fahrer:innen sorgte für Lieferengpässe. Die Folge waren leere Regale in Supermärkten und endlose Schlangen an Tankstellen. In immer mehr Bereichen wird deutlich, welche Auswirkungen der Austritt Großbritanniens aus der EU hat. Für Studierende, die ein Erasmus in Großbritannien machen wollen, sind die Folgen noch nicht spürbar. Doch das ist nur eine Frage der Zeit.

Ein Semester in Großbritannien zu studieren ist für viele europäische Studierende ein Traum. Im Jahr 2019 kamen 30 000 Studierende auf die Insel, um dort ein Erasmus zu absolvieren. Darunter waren rund 3 500 Studierende aus Deutschland. Allerdings ist der Austausch keine Einbahnstraße. Innerhalb des „Erasmus+"-Programms zog es circa 20 000 britische Studierende auf das europäische Festland, um dort ein Semester zu studieren. Der Austritt Großbritanniens aus der EU könnte auch das Ende für den Austausch bedeuten. Der Austausch läuft nur noch bis 2022/23. Das Ende des Erasmus-Programms wird es erschweren, ein Semester in Großbritannien zu studieren. Wer einen Studienaufenthalt absolvieren will, der länger als sechs Monate dauert, benötigt aufgrund des Brexits mittlerweile ein Visum. Die Visumskosten belaufen sich auf mindestens 400 Euro. Für einen kürzeren Aufenthalt benötigt man weiterhin kein Visum. Allerdings sind weder Nebenjobs noch unbezahlte Praktika ohne ein Visum erlaubt. Für Studierende, die ihren gesamten Bachelor oder Master in Großbritannien machen wollen, wird es deutlich teurer. Bisher bezahlten sie die gleichen Studiengebühren wie einheimische Studierende, die sich auf circa 11 000 Euro jährlich belaufen. In Zukunft kostet ein einjähriger Master im Durschnitt 25 000 Euro.


Foto: vim
Das University College London (UCL)

Trotz allem bedeutet der Ausstieg aus dem Erasmusprogramm nicht das Ende aller Studienaufenthalte in Großbritannien. Bilaterale Hochschulpartnerschaften können weiterhin einen Studierendenaustausch ermöglichen. Bisher wird durch diese strategischen Partnerschaften die Zusammenarbeit in der Forschung vereinfacht. Die Universitäten und Fakultäten verhandeln direkt mit der Partneruniversität, in welchem Umfang ein Studierendenaustausch stattfindet. Bisher gibt es 1 600 strategische Partnerschaften zwischen deutschen und britischen Universitäten. Im Rahmen dieser Partnerschaft ist es den Hochschulen dann auch möglich, Stipendien für Aufenthalte in Großbritannien zu vergeben. Großbritannien ist in Zukunft ein Partnerland des Programms „Erasmus+", was eine Förderung durch Geldes des Erasmus-Programms möglich macht. Welche Partnerschaften bestehen, muss individuell bei der jeweiligen Universität nachgefragt werden.

Trotz dieser Möglichkeiten ist eine deutliche Abnahme der Studienaufenthalte in Großbritannien wahrscheinlich. Britische Hochschulen müssen im Rahmen dieser Partnerschaften freiwillig auf die Studiengebühren verzichten. Aufgrund dessen werden sie sich in Zukunft die Hochschulen für eine Partnerschaft genauer aussuchen. **(jsp)**

Personals

mpe: Hahaha!

lhf: Und wenn du es dann raus machst, ist es dann leer?

jsp: Ja, schon!

nni: Kunst statt Kotzen!

jli: Das geht schon, aber ist nicht schön! **nni:** Bhuäh!! [„Mir doch egal!", Anm. der Redaktion]

nni: In der Neuen Uni kacken Studierende im Dunkeln

jsp: (leicht weinerlich) Sie wiederholt nur, was ich gerade gesagt habe.

lhf: Ich mag Haie!

„Es ist vorbei“

Nach dem Amoklauf dominieren Gefühle der Hilflosigkeit, Verunsicherung und Überforderung. Wie können wir mit dem Erlebten umgehen?

Martina Eckrich-Thalheimer ist Diplompsychologin und psychologische Psychotherapeutin. Der ruprecht sprach mit ihr die überwältigenden Emotionen sowie Ansätze, die helfen können, besser mit der Belastung umzugehen.

Was sind typische Gefühle oder Zustände, die ein solches Geschehen bei Betroffenen auslösen kann?

Also in der Psychologie sprechen wir zuerst einmal von einer akuten Belastungsreaktion. Diese Reaktion ist eine vorübergehende Störung hervorgerufen durch ein außergewöhnliches physisch oder psychisch belastendes Ereignis. Die Symptomatik ist gemischt: Es kommt oft zu einer Art Betäubung, quasi der Unfähigkeit, Reize zu verarbeiten, denn das Gehirn ist überlastet und weiß nicht, wo es anfangen soll. Manchmal kommt es auch zu einem starken Unruhezustand, einer Art Flucht, man möchte sich in Sicherheit bringen. Dazu gehören Zeichen von panischer Angst wie Herzrasen oder extremes Schwitzen. Die Betroffenen erleben Angst, Entsetzen, Trauer, Mitgefühl. Eine unglaubliche Mischung von sehr starken Gefühlen. Wichtig zu wissen ist, dass diese Reaktion innerhalb von Stunden oder auch Tagen wieder abklingt, da wir Selbstheilungskräfte haben.

Haben Sie Tipps zur Selbstfürsorge, um mit diesen vielen überwältigenden Gefühlen fertig zu werden?

Ganz basic sagen wir in so einer Situation: essen und schlafen. Wirklich für die Grundbedürfnisse sorgen. Und dann natürlich dem Gehirn dabei helfen, das Unfassbare zu verarbeiten. Wie genau, ist von Mensch zu Mensch unterschiedlich, deswegen muss man in sich spüren.

Vielleicht tut es gut, wenn man sich zwei Tage mal zu eng vertrauten Menschen zurückzieht und etwas Abstand findet. Für manche ist es besser, mit Menschen darüber zu reden, die es auch erlebt haben, also Freund:innen oder Kommiliton:innen in Heidelberg. Die Gefühle, die Hilflosigkeit und Angst teilen. Anderen hilft vielleicht, es aufzuschreiben, statt darüber zu sprechen. Oder etwas dazu lesen, was anderen Menschen geholfen hat nach so einer schrecklichen Situation.

Es ist auf jeden Fall wichtig, dass man sich erlaubt, erstmal darauf klar zu kommen. Wir sind nicht geübt darin, solche Situationen zu erleben, erst recht junge Menschen nicht.

Ein ganz wichtiger Satz in der Traumatherapie ist „Es ist vorbei“. Es ist sehr hilfreich, wenn man sich daran erinnert, dass die gefährdende Situation vorbei ist.

Was können Sie Studierenden raten, die sich unwohl mit dem Gedanken fühlen, den Campus wieder betreten zu müssen?

Im Flight-Modus, dieser tief in uns verankerten Überlebensstrategie, wollen wir natürlich erstmal nicht mehr dorthin zurückkehren, wo wir die schlimme Situation erlebt haben. Angst und Vermeidung kommen ja sehr oft zusammen. In der Therapie geht es aber auch darum, genau dies zu können, sich konfrontieren zu können und zu sehen, dass es sicher ist, denn es ist vorbei. Eine Idee wäre, den ersten Besuch anders zu gestalten, als direkt zur Vorlesung zu gehen. Jemanden mitzunehmen, bei dem man sich sicher fühlt, gute Freund:innen zum Beispiel. Und vielleicht auch eine Kerze oder eine Blume mitbringen, die eigene Anteilnahme ausdrücken. Angenommen, jemand hat gerade niemanden hier, den er mitnehmen kann oder möchte, kann der- oder diejenige vielleicht in Gedanken jemanden mitnehmen und am Telefon. Dass man mit jemanden reden kann, wie es einem dabei geht, man jemanden dabei hat, der einen unterstützt.



Foto: privat



Foto: nni

Psychologin Martina Eckrich-Thalheimer; Trauerstätte am Botanischen Garten

Wie kann man lernen, mit dieser neuen Unsicherheit umzugehen, dass der Campus nicht mehr dieser unangetastete sichere Ort ist?

Einerseits braucht dies wirklich Zeit. Nach so einer Verunsicherung braucht es wahrscheinliche viele Male, an denen man vor Ort ist und alles in Ordnung ist, bis man seine Sicherheit wiederbekommt.

Anderseits kann auch die pure Ratio helfen. Der Verstand, der sagt: „Ja, es ist etwas Schlimmes passiert, schlimme Dinge können leider passieren. Aber es ist extrem selten. Es ist einfach unwahrscheinlich, dass dies nochmal passiert, rein statistisch.” Also auch an diese Seite in sich wenden, die die Unwahrscheinlichkeit betont und die damit sehr entlastend wirken kann.

Einige Studierende berichten über Einschlafprobleme oder Alpträume. Was kann man dagegen tun?

Also auch das ist vollkommen normal, der Körper befindet sich ja im Alarmzustand. Zur Schlafhygiene gibt es ganz viele Tipps, um Beruhigung zu finden. Zum Beispiel einen Abendspaziergang unternehmen, ein warmes Bad nehmen oder einen Schlaftee trinken. Auch Meditation kann dabei helfen. Beim Einschlafen kann man sich auch einen sicheren Ort vorstellen, wo man gerade gerne wäre. Einen Berg oder eine Wiese, Orte, die einen beruhigen.

Es gibt auch ein sehr schönes Büchlein „Das kleine Übungsheft Achtsamkeit“ von Ilios Kotsou. Darin findet man sehr schöne, kleine Übungen, um achtsamen Umgang mit sich selbst zu erlernen und zu praktizieren.

Wie findet man das richtige Maß aus Normalität und Zulassen, dass man schockiert, traurig und hilflos ist? Eine gewisse Normalität gibt ja auch Struktur, aber wie findet man die Balance zwischen „Funktionieren“ und „Verarbeiten“?

Das ist natürlich etwas sehr persönliches und individuelles und geht stark in Richtung Achtsamkeit. Man muss wirklich in sich reinhören, denn auch das Funktionieren kann sehr helfen, der Alltag kann auch ein Gerüst sein.

Beispielsweise könnte man zweimal am Tag in sich hineinspüren, ob das, was man grade tut oder sich vorgenommen hat, das Richtige ist oder ob man doch lieber etwas anderes machen möchte, statt Lernen zum Beispiel einen langen Spaziergang mit einem lieben Menschen machen. Es kann auch helfen, sich einen Termin zu machen, mit einer Freundin oder einem Freund, zu dem man sich trifft, um darüber zu reden. An diesem Tag nimmt man sich genau dafür Zeit. Natürlich kann man auch über schöne Dinge reden, aber an diesem Termin lässt man die Gefühle wirklich mal zu. Ein Gedenkgottesdienst oder eine Therapiestunde sind ja ebenso geplant und begrenzt, genau wie eine Meditation. Einen Moment innehalten und danach geht es wieder weiter.

Jetzt steht für viele Studierende auch noch die Klausurenphase an: Was ist, wenn das man das Gefühl bekommt, dass einfach alles zu viel ist? Wie kann man mit dieser Überforderung umgehen?

Auch hier am besten in sich reinhören. Schauen, ob man es schafft, aber wenn man merkt, es ist zu viel, dann auch mal eine Klausur schieben. Etwas Nachsicht und Selbstmitgefühl mit sich haben. Es sind außergewöhnliche Umstände, es ist okay, die eine Klausur zu schieben, denn man kann Vertrauen in die eigenen Selbstheilungskräfte und Resilienz haben und man wird sich wieder erholen. Und dann mit mehr Kraft, wird es auch wieder leichter.

Glauben Sie, es gibt einen Punkt, an dem alles vorbei sein wird und sich alle wieder uneingeschränkt wohlfühlen werden?

Irgendetwas wird wahrscheinlich immer anders bleiben, als es vorher war. Das Leben schlägt uns Wunden, aber dadurch lernen wir auch, dass Wunden vernarben und dass wir mit Narben leben lernen.

Und natürlich merken wir in solchen Momenten auch, was uns wirklich hilft, also beispielsweise Solidarität und Zusammensein, und was in unserem Leben wirklich wichtig ist und dass nichts selbstverständlich ist.

Ein Erinnerungsort an ein schlimmes Ereignis ist ja so etwas ähnliches wie eine Narbe, es ist eine Erinnerung und wir versuchen, damit zu leben. Man lernt, dass Leben bedeutet, traurig und glücklich zu sein.

Wichtig ist, dass aus einer akuten Belastungssituation auch eine Belastungsstörung werden kann. Falls man merkt, dass es in wenigen Wochen nicht deutlich weniger geworden ist, dass man weiterhin Angstzustände oder Schlafschwierigkeiten hat – dann sollte man sich wirklich professionelle Hilfe suchen!

Das Gespräch führte Zarah Janda.

Hilfsangebote

Falls Du das Gefühl hast, dass Du Hilfe brauchst, scheue Dich bitte nicht, sie anzunehmen!

Beratung nach hoch belastenden Ereignissen: **beko-rn.de**

Spezialisierte Psychotherapeut:innen: **traumanetzwerkheidelberg.de**

Psychosoziale Beratungsstelle für Studierende: **stw.uni-heidelberg.de/de/pbs_neu**
Tel.: **06221/543750**
pbs@stw.uni-heidelberg.de

Telefonseelsorge: **0800 1110111**

Nightline: im Semester täglich 21 - 2 Uhr unter **06221 184708**