

STARTWOCHENZEITUNG

Startwoche 2022

Eine Beilage der Landeszeitung

Montag, 10. Oktober 2022

Mein Lehrer, der Bildschirm

Was passiert, wenn vorne keine Lehrkraft mehr steht, sondern ein Algorithmus auf dem Bildschirm doziert? Über die Gegenwart und Zukunft im Klassenzimmer. » Seite 10



Bildungsexperte Jacob Cham-Foto: Phil Dera

Ende eines Tabus

In Spanien bekommen menstruierende Menschen arbeitsfrei. Ist das eine überfällige Emanzipation oder eine Gefahr für die Gleichstellung? » Seite 12

EDITORIAL



Von Leah Gonse

Ändert Euch!

ie Startwoche der Leuphana dreht sich um das Thema Veränderungen, um Wendepunkte. Wir, die Redaktion der Startwochenzeitung, haben uns deshalb auf den Weg gemacht, Veränderungen nachzuspüren.

Veränderungen sind allgegenwärtig, egal, ob auf persönlicher Ebene oder in der Gesellschaft. Und es ist nicht immer einfach, mit ihnen umzugehen. Denn jede Veränderung bedeutet einen neuen Anfang, und es heißt ja: Aller Anfang ist schwer.

Nur weil ein Anfang sich als schwierig herausstellt, muss er aber nicht schwierig bleiben. Anfänge bieten Chancen, die man sich zuvor nicht hätte ausmalen können. Und später ist man froh, dass sie genau so passiert sind. Ich denke, wir sollten Veränderungen offen gegenüberzustehen anstatt uns ihnen zu verweigern.

Für alle Leser:innen, denen als Veränderung der Studienstart bevorsteht, enthält diese Ausgabe neun Tipps, um den Stress des Neuanfangs zu verringern (Seite 11). Und wer sich viel mit den großen globalen Veränderungen auseinandersetzt, sollte das Essay über den Umgang mit multiplen Krisen lesen (siehe rechts).



Wir sind jung und brauchen die Welt

Klimakrise, Pandemie, Krieg – die Generation unserer Autorin wächst in Krisenzeiten auf

VON LISA RUF

Vor einigen Wochen bot sich mir am Hauptbahnhof in Hannover ein bizarres Bild: In der Halle war ein Stand für den Empfang ukrainischer Geflüchteter aufgebaut. Auf den Bänken saßen Als dann am 24. Februar dieses müde Frauen, neben ihnen Plastiktüten und Koffer, ein Kind weinte. Plötzlich Musik. "Atemlos durch die Nacht!" grölte eine Gruppe. Glitzernde Partyhütchen, Bierflaschen klirrten.

Ich war hin- und hergerissen: Ein Teil von mir wollte brüllen "Geht's noch? Hier kommen Menschen aus dem Krieg an. Wie könnt ihr so unbeschwert feiern?" Ein anderer Teil lenkte ein, dass wir doch auch in Krisenzeiten Glück im Kleinen erleben, uns nicht nur von den negativen Nachrichten einnehmen lassen

Mit dem Beginn des Ukrainekrieges brach mein Weltbild zusammen. Ich bin 21 Jahre alt, in Deutschland groß geworden, in Europa, im Frieden. Krieg kannte ich aus den Erzählungen meiner Großeltern. Entsetzt schüttelte ich im Geschichtsunterricht den Kopf, wenn es um die Weltkriege ging. Zum Glück, dachte ich, sind wir heute viel weiter. Krieg, so richtig mit Front und Gewehren und Toten, das ist nicht mehr zeitgemäß oder passiert ganz weit weg, dachte ich. Krieg, das war nicht mehr unser Problem, wir hatten jetzt eine Pandemie und die Klimakrise. Ich war überzeugt, dass wir internationale Konflikte am besten mit Verhandlungen lösen würden. Ist es naiv, an den Frieden zu glauben?

Wenn ich lache, fühle ich mich ertappt

Jahres der russische Angriffskrieg in der Ukraine begann, war ich fassungslos. Von da an war ich oft überfordert, wie in Hannover. Meistens zeigt sich das in kleinen Momenten: Was sagt man sich nach dem Aufstehen vor dem Spiegel? "Heute wird ein toller Tag!" und einfach weiterleben, um sich selbst kreisen. während am Rande Europas die Raketen explodieren? Wenn ich lache, fühle ich mich ertappt, wenn ich glücklich bin, verräterisch. Abends sitze ich vor der Tagesschau und sehe die Bilder eines zerbombten Wohnhauses - ein Trümmerhaufen. Ich schalte den Fernseher aus, doch die Bilder existieren weiter in meinem Konf.

Die neue Studie "Jugend in Deutschland" zeigt, dass es nicht nur mir so geht: Bundesweit verschlechtert sich die psychische Gesundheit der Generation Z, und der Krieg stellt momentan deren größte Angst dar. Dazu kommen die Folgen der Corona-Pandemie, wie Einsamkeit. Und im Hinterkopf ist immer die Kli-

Auf der Heimfahrt von Hannover hörte ich im Zug zur Aufmunterung einen Podcast. "In so einer Situation musst du auf

Wie viel große Welt muss und will ich in mein

Lisa Ruf

kleines Leben

lassen?

dich selbst achten. Der Welt ist auch nicht geholfen, wenn du Trübsal bläst. Denk positiv", sagte die Stimme aus meinem Smartphone. Das stimmt natürlich, aber ich bin ein Mensch, lieber Podcast, mit Empathie und Gefühlen, und die sind nun mal nicht rational. Sicherlich ist es das Beste, wenn man positiv bleibt und dann mit anpackt. Also spendet, Geflüchtete aufnimmt, auf Demonstrationen geht, alles tut, was möglich ist. Wir müssen handeln, ja, aber der kalte Pragmatismus, wie ich ihn von manchen Seiten sehe, oder auch umgekehrt die Sorglosigkeit der Junggesellen am Bahnhof verwirrt mich dann doch.

Zwischen YOLO und Weltschmerz

Dabei bin ich mir selbst nicht einmal sicher, wie weit meine Empathie reicht. Wo liegen ihre Grenzen? Ist es normal, dass mich der Krieg so mitnimmt, andere Krisen aber weniger? Man kann Leid und Glück nicht aufwiegen. Es sind subjektive Wahrnehmungen, aber es fühlt sich dann doch oft falsch an, zu lachen. Ist mein Alltag nicht immer geprägt davon gewesen, dass ich Dinge ausgeblendet habe? Dass ich mich nicht rund um die Uhr mit den Problemen der Welt beschäftigen wollte?

Ich befinde mich gerade irgendwo zwischen YOLO und Weltschmerz, Man ist nur einmal 21 Jahre alt, meine Eltern schwärmen, das war die beste

Zeit ihres Lebens. "Geh deinen Weg", "Mach dein Ding", sagt man mir. Aber die Krisen häufen sich. Unbeschwert sein ist da gar nicht so einfach. Vielleicht ist das ietzt das neue Normal. Von einer Krise in die nächste. Meine Kindheit erscheint mir oft wie ein anderes Leben. So weit ent-

Wir gehen

Herauszufinden, wie viel große Welt ich in mein kleines Leben lassen will und muss, weil ich eine Verantwortung als Bürgerin der Erde trage, beschäftigt mich aktuell sehr.

Aber ich habe auch Hoffnung, denn eins kann die junge Generation: auf die Straße gehen. Eine Woche nach Beginn des Krieges rief Fridays for Future Hamburg zur Demonstration für die Ukraine auf - 120 000 Menschen kamen, weil Klimagerechtigkeit nicht ohne Frieden geht. Schockstarre sieht anders aus. Lange mussten junge Menschen sich anhören, dass sie den Frieden für selbstverständlich nehmen, die Demokratie nicht schätzen. Ich glaube: Weil wir den Krieg bisher nicht kannten, werden wir den Frieden umso heftiger einfordern und Haltung zeigen. Ich habe gemerkt, dass es gut tut zu handeln. Meine Gedanken über Empathie sind wichtig, aber Taten zahlen sich aus. So gewöhne ich mich gerade daran, kalt zu duschen, um Energie zu sparen.



VON VALERIE PÜSCHEL

Herr Chammon, Sie haben jahrelang eine Schule in Berlin geleitet. Könnten Sie sich vorstellen, zurück an eine Schule zu gehen?

Eigentlich schon. Ich vermisse den Alltag in der Schule, die Kinder, den engen Draht zu den Jugendlichen. Und ich vermisse es zu spüren, was tatsächlich los ist in den Einrichtungen. Auf der anderen Seite: Ich habe größten Respekt vor den Kolleg:innen, die jetzt über zwei Jahre lang diese Pandemie gemanagt haben. Ich weiß von vielen Freunden und Kolleg:innen, dass es nicht einfach gewesen ist.

Was haben Sie von Kolleg:innen

Ich nehme die Stimmung als angespannt wahr. An vielen Orten merkt man, dass zwei Jahre Arbeit sehr herausfordernd und hart sind. Ich merke die Erschöpfung und die Mutlosigkeit. Jedoch ist die Verbundenheit zu

VORLESUNG

Ex-Staatssekretär am Pult

Am Montag um 11 Uhr spricht Thomas Sattelberger im Auditorium, Zentralgebäude, zum Thema "Innovation and Education in Times of Crisis". Sattelbeger saß von 2017 bis 2022 für die FDP im Bundestag, von Dezember 2021 his Mai 2022 war er parlamentarischer Staatssekretär im Bundesministerium für Bildung und Forschung.

den Kindern eine große Motivation, für sie weiterzumachen. So sehe ich auch an anderen Stellen Freude und Stolz, dass Meilensteine erreicht wurden.

Welche Meilensteine wurden bisher erreicht?

Beispielsweise digitale Lernplattformen. Dieses Thema ist in allen Bundesländern nicht mehr ein Zukunftsthema, sondern ein Gegenwartsthema. Es ist in schnellster Zeit passiert, dass alle Schüler:innen die Möglichkeit haben, mit einem Lernportal zu arbeiten. Da ist immer noch viel Luft nach oben, aber dieser Schritt war sehr wichtig.

Die Schulen haben wieder geöffnet, der Präsenzunterricht ist zurück. Ist das gut?

Ja. Man darf nicht vergessen: Schule ist ein sozialer Lernort. Das miteinander sein, miteinander lernen, miteinander leben, das hat in der Pandemie sehr gefehlt. Deswegen ist es sehr wichtig, dass die Kinder wieder in die Schule dürfen. Mir

Bildungsexperte lacob Chammon.

Foto: Phil Dera

nicht vergessen, was uns die Pandemie gelehrt hat. Es gibt Kinder, die zuhause besser lernen können. Es gibt Kinder, die davon profitiert haben, dass Fächer nicht im Vordergrund standen, sondern Projekte. Genau diese "Learnings" müssen wir im Regelunterricht beibehalten. Gelernte Freiräume sollten genutzt werden. Etwa, dass Projekte auch digital stattfinden können oder Schüler:innen an verschiedenen Orten zusammenarbeiten können. Wir müssen sicherstellen, dass wir nicht zurück zum starren Frontalunterricht zurückkehren.

ist aber auch wichtig, dass wir

Besteht die Gefahr?

Zu hundert Prozent. Wir müssen uns fragen: Wie wollen wir, dass Kinder und Jugendliche in der Schule lernen? Wie sehen Lehr- und Lernsettings in der Kultur der Digitalität aus? Diese Frontalunterricht zu beantworten. Wir müssen dahin kommen, dass Fächer natürliche Bestandteile des Unterrichts sind, aber erlernte Kompetenzen



übergreifend genutzt werden. Problemlösefähigkeiten, Kollaborationsfähigkeiten und kommunikative Fähigkeiten sollten dabei gefördert werden.

Welche von den entwickelten digitalen Lernmaßnahmen während der Pandemie sollten unbedingt beibehalten werden?

Man muss kritisch hinschauen. Wir haben viele Maßnahmen aus der Not genutzt. Ich denke, Videokonferenzen in dem Umfang wie während der Pandemie sind nicht sinnvoll für die Zukunft. Aber: Wenn ein Kind nicht vor Ort in der Schule sein kann, oder ein Projekt an unterschiedlichen Lernorten stattfindet, ist es wichtig, dass Lehrer:innen und Schüler:innen online verbunden sein können und von überall auf digitale Lernmaßnahmen zugreifen können.

Wie fortgeschritten wäre heute die Digitalisierung an Schulen ohne die Pandemie?

Dann wären wir immer noch in der Konzeptphase. Oft sehen wir Folgendes: Man setzt sich ein Ziel, überlegt und diskutiert über den richtigen Weg. Diese Phase auf der Suche nach dem richtigen Konzept ist lang und allumfassend. Deswegen ist es umso wichtiger: anfangen, ausprobieren und nachsteuern. Die Pandemie war eine Art Crashkurs. Ohne die Krise wäre dieses Loslegen und Ausprobieren noch weniger ausgeprägt als jetzt.

In Estland sind digitale Mittel fester Bestandteil des Unterrichts, und es wird seit etwa 20 Jahren das Tool "eKool" verwendet. Lassen sich diese Maßnahmen auch flächendeckend auf Deutschland

übertragen und umsetzen?

Flächendeckend und Deutschland - das ist leider nicht so einfach. Die Länder treffen Vereinbarungen in der Kultusministerkonferenz. Wir haben es gesehen am Beispiel der Lernplattformen: Es konnte keine Einigkeit gefunden werden, flächendeckend ein System einzuführen. Hier kämpft Deutschland immer noch mit dem Föderalismus, was auch manchmal ein Vorteil sein kann: Ein System für 80 Millionen Menschen ist eine Herausforderung. Was fehlt, ist das Teilen von Wissen, anstatt ein interner Wettbewerb.

Was ist Ihre Prognose: Wie sieht Schule in Deutschland in zwanzig Jahren aus?

Ich bin guter Dinge und hoffe, dass wir in zwanzig Jahren nicht mehr analog gegen digital ausspielen, sondern über gute Bildung sprechen. Ich wünsche mir, dass wir in zwanzig Jahren eine Schule sehen, wo Kinder frei lernen können, selbstgesteuert lernen können, fächerübergreifend lernen können. Wo dieser starre Blick auf die Fächer geweitet wird und überfachliche Kompetenzen im Vordergrund stehen.

BILDUNG Digital-Lobbyist

Jacob Chammon ist Geschäftsführer des Forums "Bildung Digitalisierung". Das Forum setzt sich für eine nachhaltige digitale Transformation im Bildungssystem ein. Chammon ist gebürtiger Däne. Er leitete zuvor sieben Jahre lang die Deutsch-Skandinavische Gemeinschaftsschule in Berlin.

Mein Lehrer, der Computer

Animierte Lehrkräfte: Ist der Mensch vor der Klasse demnächst überflüssig?

VON MERLE DRECHSEL

Lüneburg. In vielen Berufen werden bereits Arbeitskräfte durch Roboter oder andere Technologien ersetzt. Sollten sich daher auch angehende Lehrkräfte Sorgen machen? Denn: Seit einiger Zeit wird an sogenannten Animated Pedagogical Agents (APAs) geforscht. Dabei handelt es sich um animierte Agenten lebensechte Charaktere, welche auf dem Computerbildschirm dargestellt werden. Sie interagieren mit den Benutzer:innen, un-

terstützen diese und führen durch eine multimediale Lernumgebung.

Doch wie sieht das aus? Gleichen sie einem Sims-Avatar, den wir durch die Lernwelt führen? Nicht ganz. Bei einem Avatar hätte man noch die Kontrolle, könnte ihn steuern. Ein Agent dagegen wird, laut Jesse Fox, Professor der Kommunikation an der Ohio State Universität, von einem Algorithmus kontrolliert. Das heißt: Der Mensch verfügt weder über die Kontrolle noch hat er die Möglichkeit, Änderungen oder spezifische Steuerungen vorzunehmen.

Kopfhörer als Abschirmung

Bisher wurde ein solches Projekt noch nicht konkret umgesetzt und nur an wenigen Studien geprüft. Der Einsatz von APAs könnte wie folgt aussehen: Die Schüler:innen sitzen mit separaten Tablets auf ihren Plätzen, Kopfhörern auf den Ohren, um sich von dem Sitznachbarn abzuschirmen, und konzentrieren sich auf ihren eigenen Bildschirm. In verschiedenen Programmen durchläuft die Klasse den Lehrplan, um den Anforderungen des Kerncurriculums gerecht zu werden. Aufgrund der Individualisierung und Anpassung auf das jeweilige Kind kann dieses in seinen Stärken und Schwächen gefördert werden. Es kann somit auf die individuellen Anforderungen eingegangen werden. Eine Lehrkraft muss bei dem Szenario nicht zwingend anwesend sein - außer für eventuelle Störungen in der Klasse.

Wichtig ist, dass jedes Kind

einen Zugang zu einem APA und somit auch zu einem eigenen Tablet oder technischem Gerät erhält - und es ist unabdingbar, dass der Algorithmus hinter dem Agenten den Lernstand des Kindes versteht und seine Emotionen interpretieren kann. Ansonsten können die einzelnen Schüler:innen nicht gefördert werden oder verzweifeln an den Aufgaben.

Nicht jedes Kind kann sich gleich lang konzentrieren

Würde das in der Realität funktionieren? Nicht jedes Kind kann sich gleich lang konzentrieren, viele lassen sich schnell ablenken. Kanadische Forscher haben bereits im Jahr 2001 an der Universität Saskatchewan herausgefunden, dass sich die Lernenden durch die Anwesenheit eines

APAs weniger auf den Unterricht konzentrieren, teils wird durch sie sogar eine störende emotionale Reaktion ausgelöst. Agenten können zudem unnatürlich und somit auch ablenkend wir-

Auf der anderen Seite bringen APAs auch Vorteile mit sich. Gerade heute, in Pandemie-Zeiten, könnte man sie sinnvoll einsetzen. Durch Isolation und Home-Schooling haben vor allem die Kinder und die Bildung gelitten. Vor allem in Fächern wie Mathematik und Deutsch könnten digitale Lehrkräfte eingesetzt werden, um Rechenstrategien oder die verschiedenen Buchstaben den Kindern beizubringen.

Auch zeigen verschiedene Studien, dass der Einsatz digitaler Charaktere zu Lernerfolgen führen kann – und Schülerinnen und Schüler engagierter sind.

Kritik und Lob für die APAs

Doch was halten die Lehrer:innen von morgen von APAs und ihren Einsatz im Unterricht?

Fragt man Lehramtsstudierende und Lehrkräfte, wird deutlich: Einige freuen sich über eine Unterstützung, gerade bei lernschwächeren Kindern - andere lehnen die neue Technologie ab. Alle sind sich jedoch in einem Punkt einig: Ersetzen können die APAs Lehrkräfte nicht. Schülerinnen und Schüler unterscheiden sich, benötigen eine individuelle Unterstützung. Das kann ein Tablet mit programmierten Agenten nicht geben. Denn häufig benötigen die Kinder auch mal Motivation durch warme Worte und Empathie.



In Hamburg soll sich ein Parkhaus in ein Zuhause verwandeln. Und man möchte mehr teilen als die Adresse

VON NOAH BÖKER

Hamburg. Das alte Parkhaus am Gröninger Hof in der Hamburger Innenstadt wirkt wie ein Relikt aus einer vergangenen Zeit. Links und rechts moderne Bürogebäude und Backsteinhäuser. mittendrin ein Betonklotz, der aussieht, als wäre er seit Jahren verlassen. Die Parkdecks sind mit Wellblechplatten verkleidet und der Boden staubt. In einem Raum erinnern Bretter über einer Grube und die Buchstaben an den Fenstern an die Vergangenheit als Werkstatt. Heute werden hier keine Autos mehr repariert, sondern Pläne geschmiedet.

eine Handvoll Menschen in der im Gröninger Hof spiegelt in seialten Werkstatt zusammen, die in diesem Sechzigerjahre-Bau eine Zukunft sieht. Es sind Familien mit kleinen Kindern, Alleinstehende, ältere Menschen. Sie alle wollen das Parkhaus zu ihrem Zuhause machen. In der Werkstatt, die seit der Schließung des Parkhauses auch für Kunstausstellungen genutzt wird, stehen ein paar alte Sofas, in einer Ecke ein Kühlschrank mit Limonade. In der Mitte des Raumes: ein großer Tisch mit einem Architekturmodell. Das Parkhaus soll umgebaut werden - die oberen Etagen kommen weg und werden durch eine moderne Holzkonstruktion ersetzt. 88 Wohnungen sollen hier entstehen. In den unteren Etagen werden einmal Geschäfte und Co-Working-Spaces enstehen, Räume für gemeinsames Arbeiten.

Wettbewerb ausgerufen

Die Idee für den Umbau geht auf die Architektin Tina Unruh zurück. Als 2018 bekannt wurde, dass das Parkhaus schließen würde, gründete sie die Genossenschaft Gröninger Hof. Sie machte es sich zur Aufgabe, das

Parkhaus in einen urbanen Lebensraum zu verwandeln. Das Modell auf dem Tisch ist das Ergebnis eines Architekturwettbewerbs, der extra für den Umbau ausgerufen wurde. Interessenten können das Vorhaben mit dem Kauf von Anteilen an der Genossenschaft unterstützen. Ein Anteil kostet 200 Euro - ab fünf Anteilen ist man nicht nur Förderer, sondern wird Genosse. Bis jetzt hat die Genossenschaft schon ungefähr 300 Mitglieder.

Ina Möller leitet die Geschäftsstelle der Genossenschaft und koordiniert das Treffen der zukünftigen Bewohner. Bei einem Rundgang durch das Parkhaus erklärt sie, was es mit dem Umbau auf sich hat. Möller erzählt, dass das Parkhaus in einer Zeit gebaut wurde, in der Städte noch anders gedacht wurden. 1964, in der Nachkriegszeit, wollte man die Städte so autogerecht wie möglich gestalten. Außerdem wurden städtische Funktionen - das heißt: Arbeit, Wohnen und Freizeit - in der Städteplanung der Nachkriegszeit An einem Sommertag kommt räumlich getrennt. Das Parkhaus ner jetzigen Form diese inzwischen überholte Politik wider. Ein Haus mit nur einer Funktion: Parkplätze für Autos. Die Genossenschaft will mit dem Umbau genau das Gegenteil erreichen. Ina Möller sagt dazu: "Mit dem Projekt möchten wir weg von der Idee der autogerechten Stadt und hin zu einer menschengerechten Stadt." Eine Ebene nach der anderen läuft man über die alten Rampen bis nach oben. Jetzt steht Ina Möller auf dem Dach des alten Parkhauses, in der Mitte der Parkfläche. Sie deutet einmal rundherum. "St. Jacobi, St. Katharinen, St. Petri, St. Nikolai - und der Michel!",

Der Parkhaus-Umbau, das ist für sie die Inkarnation eines gesellschaftlichen Wandels mitten in der Stadt.

Ein Ort der Gemeinschaft

Das Projekt löst gleich zwei städtebauliche Probleme: Bezahlbarer Wohnraum in Innenstädten ist rar. Viele Menschen, vor allem Familien, ziehen in die Vorstadt, obwohl sie viel lieber zentral leben wollen. Gleichzeitig verschwinden Parkhäuser zunehmend aus der Stadtplanung, denn die Verkehrspolitik zielt eher darauf ab, Autos aus der Innenstadt herauszuhalten, als sie anzuziehen. Und wenn, dann entsteht Parkraum eher unter der Erde: Der Trend geht zur platzsparenden Tiefgarage.

Aus dem Gröninger Hof soll aber nicht einfach ein Wohnhaus werden, sondern ein Ort der Gemeinschaft. Die Wohnungen werden eher kleiner, damit insgesamt mehr Menschen einziehen können und gemeinschaftlich nutzbare Geräte ausgelagert werden können. So sollen die einzelnen Wohnungen zum Beispiel keine eigene Waschmaschine haben. Geplant sind viele Gemeinschaftsräume. Das soll den Austausch zwischen den Bewohnern fördern. Und auch Preisunterschiede in den Mieten gibt es

"Mit dem Projekt möchten wir weg von der Idee der autogerechten Stadt."

Ina Möller

Genossenschaft Gröninger Hof

- im Gröninger Hof sollen sich die gesellschaftlichen Schichten mischen. Die Genossenschaftler sehen Wohnen als eine Art Gemeinschaftserlebnis. Es ist so ziemlich das Gegenteil dessen, wofür das Parkhaus einmal



Foto: Noah Böker

Alltagsleben. Spricht man mit den potenziellen Bewohnerinnen und Bewohnern, merkt man, dass es ihnen um mehr geht als um eine neue Wohnung. Sie wollen sich engagieren. Für ein gemeinschaftliches Wohnen und im größeren Sinne auch für die Verkehrswende und die Bauwende. Obwohl das Haus voraussichtlich erst in drei Jahren fertig wird, herrscht Aufbruchstimmung. Sie wollen sich jetzt schon kennenlernen und können es kaum erwarten, in ihr neues Zuhause zu ziehen.

Vorzeigeprojekt für Hamburg

Natürlich verläuft ein solcher Umbau nicht immer reibungslos. Ina Möller erzählt, dass das Projekt zwar generell positiv aufgenommen wird - die Stadt Hamburg bezuschusst es sogar. Trotzdem musste sich die Genossenschaft durch einen Marathon an Genehmigungen kämpfen. Dass das Parkhaus in Teilen erhalten bleiben soll - nicht zuletzt aus Nachhaltigkeitsgründen – macht die Sache da nicht unbedingt einfacher. Auch das Gebäude selbst stellt die Genossenschaft vor eine Herausforderung. Eine Untersuchung hat ergeben, dass der Beton in den oberen Ebenen zu stark belastet ist. Man musste also umdenken. Der neue Plan sieht vor, dass nur das Erdgeschoss erhalten bleiben soll, während die oberen Etagen mit einer Holzfassade neu gebaut werden. Dennoch möchte man einige Elemente des Parkhauses beibehalten: beispielsweise die unteren Rampen, als Spielfläche für Kinder.

Wenn alles gutgeht, soll das umgebaute Parkhaus ein Vorzeigeprojekt werden, nicht nur für nachhaltiges Wirtschaften, sondern auch für gemeinschaftliches Wohnen in der Stadt. Natürlich ist allen klar: Es braucht viele Gröninger Höfe, damit das Konzept Wohnen in der Innenstadt für alle funktioniert. Ina Möller geht wieder nach unten in die Werkstatt, wo die anderen sich immer noch über ihr zukünftiges Leben im Parkhaus austauschen. Möller glaubt, dass der Parkhaus-Umbau in der Neuen Gröningerstraße das Potenzial dazu hat, wirklich Grundsätzliches anzustoßen: "Wenn das hier klappt, dann klappt das woanders auch."

Ersti-Hilfe

Neun Tipps zum Studienstart

1) Finde den Weg

Vor allem am Anfang kann einem der Campus groß und unübersichtlich erscheinen. Am besten speicherst du dir den Lageplan auf deinem Handy ab. Die Logik der Raumnummern: vom Großen zum Kleinen. Standort, Haus, Stockwerk und Raum. Beispiel: "C 7.209" = Zentraler Campus, Haus 7, 2. Stock, Raum 9. 2) Suche die Stille

Es gibt viele Räume zum Arbeiten in der Uni - entweder in Gruppen oder allein. Bei myStudy findest du freie Räume ganz links unter Ressourcen, gehe hier auf: Räume suchen. Ebenso kannst du im Zentralgebäude oder in Gebäude 14 in der obersten Etage nach einem ruhigen Ort suchen. Soll es komplett still sein: Setz dich in die Bibliothek. 3) Verpass nicht den Ausstieg

Ab dem Bahnhof Lüneburg fährt ein Bus (5001, Bereich 13) direkt zu der Leuphana. Folgende Bushaltestellen liegen nah der Uni: Blücherstraße (5011), Universitätsallee (5600, 5020), Munstermannskamp (5012). Für Autofahrer: Es gibt vier Parkplätauf dem Campus.

4) Radel kostenlos

Bei schönem Wetter lohnt es sich, mit dem Stadtrad ab dem Bahnhof zur Uni zu fahren oder zurück. Dauer: ungefähr 15 Minuten. Als Student:in kannst du ohne Grundgebühr für 60 Minuten drei Fahrräder zeitgleich kostenlos ausleihen. Das musst du dafür tun: Besuche die Webseite stadtradlueneburg.de. Gib bei der Anmeldung den Aktionscode AStA_Lueneburg (Groß- und Kleinschreibung beachten) ein. Melde dich mit deiner @stud.leuphana.de an - damit entfällt die jährliche Grundgebühr von fünf 5) Arbeite digital

Es ist sehr hilfreich, sich für das Studium ein Tablet zuzulegen. Du kannst flexibel von überall arbeiten und musst nicht alle Texte ausdrucken. Das spart ebenso Unmengen an Papier. Bei myunidays.com und bei Apple gibt es Bildungsrabatte für Studierende.

6) Organisiere dich

Für eine gute Organisation und Struktur während des Studiums eignet sich die App Good Notes. Du kannst für jedes Seminar Ordner und Dokumente erstellen. Dort kannst du ebenso Dokumente herunterladen, speichern und bearbeiten. Um alle Termine, Präsentationen und Abgaben im Blick zu haben, eignet sich ein Lernplan. Den kannst du bei Good Notes individuell gestalten.

7) Plane dein Essen

Die App "Mensa Lüneburg" zeigt dir, welche Gerichte in der Woche in der Mensa angeboten werden. Tipp: Die Kartoffelspal-Renner. sind ein 8) Informiere dich

Viele Fachschaften haben auf Instagram einen Account. Dort bist du immer auf dem Laufenden, findest wichtige Informationen zu deinem Studiengang oder die ein oder andere Event-Einladung. Auch der AStA ist auf Instagram zu finden und gibt viele Tipps und Hinweise zu deinem Studium.

9) Spare Geld

Es empfiehlt sich, das Studententicket immer und überall dabei zu haben. Du kannst bei vielen Besuchen sparen, etwa im Museum, im Kino, sogar im Ausland. Valerie Püschel

Noch sieht es im Innern wenig wohnlich aus. Das soll sich bald ändern.

STARTWOCHE

Wie hast du dein Leben verbessert?



Chris (32): Durch den Mittwochswochenmarkttreff mit Freunden. Dadurch konnte ich gut meine sozialen Kontakte aufrechterhalten.



Julia (43): Das Umweltwissenschaftsstudium an der Leuphana hat mich mit vielen Gleichgesinnten zusammengebracht.



Lina (26): Nachhaltiger einzukaufen hat mein Wohlbefinden verändert. Damit fühle ich mich einfach besser.



Max (24): Mit meinem Engagement bei Viva con Agua, weil ich viele Fähigkeiten und Menschen kennengelernt habe. Da sind auch neue Freundschaften entstanden.



Daje (27): Indem ich in eine andere Stadt gezogen bin. Es war ein Neuanfang und ich konnte lernen, auf eigenen Beinen zu stehen.



Kirsten (57): Durch den Umzug vom Land wieder in die Stadt. Ich habe einfach gemerkt, dass ich das Stadtleben brauche.



Maik (43): Meine Frau zu heiraten hat mich zum besseren Menschen gemacht. Es hat mich als Person echt völlig verändert.



Torsten (44): Ich habe mich viel mit der Philosophie Ubuntu auseinandergesetzt, die sich mit der Mitmenschlichkeit und mit altruistischem Handeln beschäftigt. Das gibt mir das Gefühl, Teil eines großen Ganzen zu sein.



abzuschließen, das hat mir Lea (23): Ich habe mich die Möglichkeit geboten, aus meiner Redeangst gestellt und vielen beruflichen Wegen bin in die Politik gegangen. Ich kann mich nun viel besser äußern und auf Menschen zugehen.



Markus (42): Ich bin nach sieben Jahren aus einem anderen Berufsfeld in meinen alten Job zurückgekehrt und habe den Meistertitel gemacht. Dadurch hat sich mein Karriereweg komplett verändert.



Heiko (42): Meine beiden Kinder zu bekommen, hat mein Leben in vielen Bereichen verbessert.

Fotos: Leah Gonse und Anastina Schoeps

Sprechen wir über die Periode

Von Anastina Schoeps

Jana (19): Das Abitur

zu wählen.

ie Periode ist ein Tabu in der Gesellschaft. In Werbespots für Periodenprodukte wird rote Flüssigkeit verwendet, anstatt das Blut realitätsgemäß darzustellen und auch im Arbeitsumfeld werden Menstruationsbeschwerden oft verschwiegen. Doch es gibt Anzeichen, dass sich das ändert.

Als erstes Land in Europa hat kürzlich Spanien einen Menstruationsurlaub eingeführt. Bis zu drei Tage im Monat können genommen werden. Spanien ist nicht das erste Land, dass Frauen aufgrund ihrer Periode Urlaubstage gewährt. Im asiatischen Raum planten bereits in der Vergangenheit Länder wie Indonesien oder Japan mit ihrem Arbeitsgesetz den Menstruationsurlaub fest ein. Ebenso haben große Unternehmen wie Nike oder Coexist in ihren Richtlinien stehen, dass menstruierende Angestellte einen Tag im Monat zu Hause bleiben dürfen.

Ob der Menstruationsurlaub die Emanzipation der Frau voranbringt, dazu gibt es verschiedene Meinungen.

Fakt ist, dass 30 bis 50 Prozent aller fruchtbaren Frauen von starken Regelschmerzen betroffen sind. Mit dem Menstruationsurlaub gehen die Länder und Unternehmen einen Schritt in Richtung Enttabuisierung.

Ein weiterer Vorteil des Menstruationsurlaubs ist dass der Arzt oder die Ärztin beim monatlichen Einholen des Attestes auf Krankheiten wie Endometriose aufmerksam machen kann, die Regelschmerzen häufig verstärken. Frauen mit wiederkehrenden Menstruationsbeschwerden würden sich vermutlich häufiger auf diese untersuchen lassen. Liegt ein konkreter Grund für die Menstruationsbeschwerden vor, kann dieser behandelt werden. Betroffene Frauen müssten weniger Schmerzmittel einnehmen: Anstatt sich mit Ibuprofen ins Büro zu quälen und mit halber Kraft zu arbeiten, können sie in ihrer gewohnten Umgebung eine Jogginghose anziehen und sich einer Wärmflasche bedienen.

Es gibt allerdings auch mögliche Nachteile zu beachten: Ein Menstruationsurlaub kann die Lage der Frauen ungewollt verschlechtern. Zum einen gelten Frauen in einigen Kulturen während ihrer Periode als dreckig und unrein und werden während dieser Zeit des Monats vom Ein-

bis 50 **Prozent** aller fruchtbaren Frauen sind von starken Regelschmerzen betroffen

kaufen und auch aus ihrem Arbeitsumfeld verbannt. Führt man den Menstruationsurlaub also ein, kann das Missverständnis entstehen, dass die Frauen während ihrer Periode auf der Arbeit nicht willkommen sind was ein Rückschritt für die Gleichstellung der Geschlechter

Außerdem gibt es Bedenken, Männer könnten bei der Stellenvergabe bevorzugt werden, da Frauen mit dem Menstruationsurlaub ihren Arbeitgebern Mehrkosten verursachen. Eine solche Aussortierung von Frauen aufgrund ihrer Periode wäre zwar eindeutig als Diskriminierung zu werten, dennoch müsste eine gesetzliche Regelung gewährleisten, dass Frauen aufgrund eventueller Mehrkosten nicht bei der Arbeitssuche benachteiligt wer-

Man mag sich fragen: Reicht eine gewöhnliche Krankschreibung bei Menstruationsschmerzen nicht aus? Die Antwort lau-

tet: nein. Denn durch das Verschweigen des eigentlichen Grundes der Krankschreibung wird das Tabu weiter verstärkt. Mit dem Menstruationsurlaub würde demnach Klarheit geschaffen, Ehrlichkeit zwischen Arbeitgeber und Arbeitnehmer verbessert. Weniger Frauen würden sich schämen, den wahren Grund für ihr Fehlen auf der Arbeit anzugeben. Es wäre für alle Menschen angenehmer, sich über das Thema Periode auszutauschen, sie würde mindestens ein Stück enttabuisiert.

Wir können und sollten unseren Körper und dessen Bedürfnisse während der Periode nicht ignorieren. Auf die Fähigkeit, Menschen reproduzieren zu können, sollten wir Frauen extrem stolz sein. Menstruationsurlaub oder ein Recht auf Homeoffice während der Periode stellt einen Anfang dar, um Frauen zu signalisieren, dass sie verstanden und ihre Bedürfnisse wahrgenommen werden.

DAS BLEIBT

Magie auf Papier

Von Jana Albers

ls Kind habe ich viel gelesen, Bücher über Fabelwesen und Ma-⊾gie. Zum 13. Geburtstag bekam ich einen E-Book-Reader von meinen Eltern geschenkt. Das Gerät hätte mich überzeugen müssen – doch nach zwei gelesenen Büchern verstaubte es. Ich wollte weiterhin in Papier blättern.

Seitdem bin ich nie wieder zu einem digitalen Lesegerät zurückgekehrt. Dabei sind gedruckte Bücher unpraktisch. Im vergangenen Sommerurlaub merkte ich es wieder: Der Koffer war voll, ich musste mich zwischen einem vierten Buch und einem Kleidungsstück entscheiden. Mit einem E-Book-Reader hätte ich das Problem nicht. Das nächste Problem: Wasser. Liest man am Strand oder am Pool. werden irgendwann die Seiten nass oder dreckig. Die meisten sind am Ende des Urlaubs gewellt oder geknickt.

E-Books sind bei vielen Menschen beliebt; in den vergangenen Jahren stieg die Zahl der digitalen Leser. Laut einer Umfrage stieg der Anteil der E-Book-Leser unter den Deutschen zwischen 2019 und 2021 von 26 auf 34 Prozent. Die Vorteile sind eindeutig: E-Books haben keine Lieferzeit, sind oftmals günstiger, man kann sie nachts ohne eine Lampe lesen und: Wer viel liest, schont so das Klima. Trotzdem konnten die E-Books die Bücher bislang nicht ablösen. Der Umfrage nach lesen 84 Prozent aller Deutschen noch immer Bücher in gedruckter Form. Warum bleiben sie dabei?

Ich kann nur schwer erklären, warum mir das Lesen auf Papier mehr Freude bereitet. Andere Buch-Fans sind da konkreter: Da wird mal die Optik genannt, die Möglichkeit, Bücher zu verleihen, zu verschenken. Der Geruch des Buches und das Anfassen der Seiten mache es "lebendiger", sagte der Verleger Johannes Klaus in einem Interview mit Deutschlandfunk Kultur. Für mich ist klar: Bücher haben etwas an sich, was kein E-Book imitieren kann. Ich werde mich vermutlich beim Anblick der gewellten Seiten immer an den Urlaub mit meiner Familie erinnern.

IMPRESSUM

Anschrift

Leitung

Medienhaus Lüneburg GmbH, Am Sande 18-19, 21335 Lüneburg

Herausgeber

Wolf Chr. Bergmann, Thomas v. Stern, Jens Wiesemann

Startwochenzeitung Christopher Piltz, Martin Schlak, Thore Rausch

Leuphana-Redaktion

Nana Amoah, Emily Bein, Leah Gonse, Luisa Halstenbach, Sonja Holtz, Katrin Hommen, Mick Neumann, Julian Pimat, Anastina Scho-

Landeszeitung

Hans-Herbert Jenckel, Sascha Schulz