

Existenz

Die Chefredaktion stellt sich vor

von Marie Budzinski

Liebe Leserinnen und Leser, Wir freuen uns, euch die neue Ausgabe der Campuszeitung präsentieren zu dürfen. Ein Semester lang haben sich unsere Redakteur*innen ins Getümmel gestürzt und sich gefragt: Was treibt die LMU gerade um?

Wenn ihr euch jetzt wundert: Campuszeitung, was ist das überhaupt? Die Campuszeitung ist ein Arbeitskreis der Studierendenvertretung und die offizielle Studierendenzeitung der LMU München. Wir machen Uni-Journalismus von und für Studierende. Unsere Redakteur*innen kommen aus den verschiedensten Fachrichtungen und bringen die unterschiedlichsten Interessen mit. Was uns verbindet, ist der Spaß am Schreiben und die Überzeugung, dass guter Journalismus auch an der LMU wichtig ist.

Diese Ausgabe steht unter dem Thema Existenz. Einerseits, weil wir euch von verschiedenen Existenzen in und um das Uni-Leben berichten. Andererseits, weil wir als Campuszeitung in den letzten Jahren um unsere Existenz kämpfen mussten.

Definiert man Existenz als Dasein, als Lebensgrundlage, so mussten wir feststellen, dass uns die letzten Semester eine ganz wichtige Lebensgrundlage gefehlt hat: ihr. Uns hat das gefehlt, gemeinsam durch die Gänge zu schlendern, sich durch die Mensa zu schlagen und in den Bibliotheken zu büffeln. Umso mehr freuen wir uns, den Betrieb wieder aufzunehmen und haben uns besonders viel Mühe gegeben.

Wir, die Redaktion,
wünschen euch viel
Spaß beim Lesen.



M. Budzinski Alina Cohn
Peprny



© Alan Klein

Marie Budzinski
studiert Pädagogik und Soziologie

Artikel in dieser Ausgabe:
Grußwort
Klogeflüster
Nur einen Anruf entfernt
Kreuzworträtsel



Cindy Peprny
studiert Kommunikations- und
Wirtschaftswissenschaften

Artikel in dieser Ausgabe:
Was von Corona übrigbleibt
Warum der Weg vor die Schulklasse ein steiniger ist
Rezension – Too many tabs



Alina Cohn
studiert Anglistik und Kommunikationswissenschaften

Artikel in dieser Ausgabe:
Ein Studiengang für
Hebammenkunde
Die Falun Dafa am Marienplatz

Die Redaktion stellt sich vor

Wer steckt hinter der Campuszeitung



Agnes Fröhlich

studiert Kommunikationswissenschaften und Pädagogik

Artikel in dieser Ausgabe:

Finden, was die Seele braucht

Rezension – Die Rebellion der Alfonsina Strada



Sarah Günzer

studiert Psychologie

Artikel in dieser Ausgabe:

We can't all be impostors, can we?



Loretta Pulwer

studiert Film- und Medienkulturforschung

Artikel in dieser Ausgabe

Rezension – Der Glöckner von Notre Dame



Shion Arita

studiert Ethnologie und Kommunikationswissenschaften

Artikel in dieser Ausgabe:

Online-Shopping

FOMO – Die Angst vor Absenz

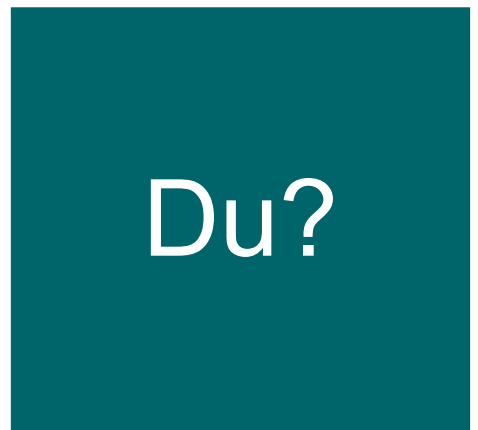


Kristina Schnabl

studiert Kommunikations- und Wirtschaftswissenschaften

Artikel in dieser Ausgabe:

Rezension – Felix Krull



Du hast Spaß am Schreiben und Recherchieren, bist interessiert und aktiv in Social Media oder machst gerne Fotos und Grafikdesign. Dann komm zur Campuszeitung: Bei uns bekommen deine Talente eine Plattform und gleichzeitig sammelst du wertvolle Erfahrungen im Medienbereich. Wir freuen uns über deine Nachricht!

CampusZeitung LMU | Ausgabe 1/2023

Inhalt

Klogeflüster – Inspirierende Zitate vom Uniklo	4
Was von Corona übrigbleibt – Ein Resümee	5
Ein Studiengang für Hebammenkunde – Die Professionalisierung der Pflegeberufe	6
Warum der Weg vor die Schulklasse ein steiniger ist	7
We can't all be imposters, can we? – Vom Gefühl ein*e Hochstapler*in zu sein	8

Existenz

Der Glöckner von Notre Dame – Eine zeitlose Geschichte über Gut und Böse	16
Lieblinge des Semesters	18
FOMO – Die Angst vor der Absenz	19

Unileben

9	Nur einen Anruf entfernt – Ein Besuch beim Infofon in München
11	Die Falun Dafa am Marienplatz – Kampf um die Existenz?
13	Online-Shopping – Trend oder Sucht im Zeitalter des Internets
14	Finden, was die Seele braucht – Ein Porträt über Flucht, die deutsche Sprache und Neuanfänge

Kultur

20	Kreuzworträtsel
----	-----------------

Impressum

Fotos Umschlag: ©Erik Hansen; pixabay/charles-Rondeau
Layout & Satz: Cindy Peprny
Druck: Flyeralarm, Würzburg



Campuszeitung der LMU

AK CampusZeitung
Leopoldstraße 15
80802 München
campuszeitunglmu@gmail.com

+49 (0) 89 2180 2073

Vertreten durch:
V.i.S.d.P: Alina Cohn und Marie Budzinski

Klogeflüster

Inspirierende Zitate vom Uniklo

gesammelt von **Marie Budzinski**

Was muss, das muss – da hilft auch die trockenste Vorlesung nichts. Darum: Schnell auf's Klo, Tür zu und ... Gekritzel lesen? Denn an manch stillem Örtchen wird so einiges geflüstert. Ich habe mich auf eine Odyssee durch die Kabinenlandschaft von Schellingstraße, Mathebau und Co. gemacht und die inspirierendsten Kurznachrichten hier kunstvoll für euch verewigt.

Das Loch in der Decke sieht aus wie Jesus.

RIP Mensafood

->Ja, die Bohnen waren keine gute Idee ...

Studie zur Kommunikation zwischen Paaren

Thanks for reminding me of how single I am <3

->Same

Keine Utopie ist halt auch keine Lösung.

Das ist der Dialog, den ich beim Scheißen am liebsten lese.

Was, wenn das Klo ein Portal in eine andere Welt ist und da regnet es jetzt jeden Tag Pisse?

Harry Styles, ich liebe dich.

->Halt's Maul, ich will hier in Ruhe scheißen.

Wanna start a Kult with me?

->No <3

Toilet paper be like: Stepklo, I'm stuck ...



pixabay/lillolillolillo;Eingin_Akyurt

Was von Corona übrigbleibt

Ein Resümee

von Cindy Peprny

Nach fast drei Jahren Pandemie erklärte die WHO den Corona-Gesundheitsnotstand im Mai für beendet. Auch die LMU ist seit dem letzten Wintersemester zum Normalbetrieb zurückgekehrt. Aber was bedeutet eigentlich „normal“? Heißt das, alles läuft wie vor der Pandemie? Oder gibt es auch an unserer Uni dieses 'neue Normal', von dem alle reden? Ich habe mich bei Lehrenden und Mitstudierenden umgehört.

Anwesenheit ist (nicht) alles

Als klar war, dass die Hochschule wieder zum 'Normalbetrieb' zurückkehrt, habe sich Erik am meisten auf die Seminare gefreut: „Sowohl die Seminare, die ich besuche, als auch die, die ich selbst halte, machen in Präsenz deutlich mehr Spaß. Bei den Vorlesungen macht es für mich keinen Unterschied, ob sie virtuell oder vor Ort stattfinden“.

Diese Meinung scheint an der LMU allerdings nicht jede*r zu teilen. So erzählt mir Isabelle, eine Kommilitonin, die während der Pandemie in Jura eingeschrieben war, dass die Isolation ihr und ihren Mitstudierenden zum Teil schwer zu schaffen gemacht habe: „Vielen hat die Struktur während der Pandemie gefehlt. Wenn man morgens aufsteht, zur Uni fährt und seine Kommiliton*innen trifft, fällt es einem leichter, sich zum Lernen zu motivieren. Gleichzeitig hat nicht jede*r die Möglichkeit, sich zu Hause eine geeignete Lernumgebung zu schaffen. So etwas fällt einem erst auf, wenn man nicht mehr zum Lernen in die Uni fahren kann“.

Ähnlich sieht es Professor Reine- mann vom Institut für Kommunikationswissenschaft und Medienfor- schung, der sich gewünscht hätte,

dass die Hörsäle inzwischen wie- der voller wären. Trotzdem stellt er weiterhin Aufzeichnungen seiner Vorlesungen zur Verfügung und ermöglicht es den Studierenden so, den Stoff von daheim zu lernen. Wie passt das zusammen?

„Mir ist bewusst, dass die virtuelle Lehre für Studierende mehr Flexibi- lität bedeutet und daher auch mehr Möglichkeiten. Wenn Sie eine lan- ge Anfahrt haben, müssen Sie nicht mehr für eine einzige Veranstaltung in die Uni kommen. Auch Mehrfach- belegungen sind möglich und Sie können bei der Wahl Ihrer Semina- re noch stärker nach Interesse statt nach Stundenplan gehen“, erklärt er.

Digitalisierung läuft bei der LMU

Natürlich hat die Adaption digitaler Tools in manchen Veranstaltungen besser funktioniert als in anderen. Generell sind sich meine Gesprächs- partner*innen aber einig, dass die technischen Voraussetzungen von Anfang an verfügbar waren. „Ich habe in meinem Tutorium schon vor der Pandemie Moodle benutzt, da- mit konnten wir also gleich arbeiten. Auch Zoom lief direkt und in den sel- tenen Fällen, wo es technische Pro- bleme gab, konnte man dem IT-Servi- cedesk schreiben, der sich innerhalb kürzester Zeit mit einer Lösung zurückmel- dete“, schwärmt Erik über die technische Unterstützung von Sei- ten der Hochschulver- waltung. Es soll aller- dings nicht unerwähnt bleiben, dass mir viele Kommiliton*innen berich- tet haben, dass die Qualität der digitalen Lehre stark von der Fakultät und der Lehr-

person abhängig gewesen seien.

Und wie geht es weiter?

„Ich bin ausgesprochen stolz auf mein Institut. Es gab enormes Engage- ment auf Seiten der Lehrenden. Gleichzeitig habe ich viel Geduld und Verständnis bei den Studierenden erlebt“, schildert Professor Reine- mann seine Eindrücke während der Umstellung auf Pandemie-Betrieb.

Auf viel Verständnis stoße ich auch bei meinen Gesprächspartner*in- nen, als ich sie frage, was während Corona an der Universität nicht so gut gelaufen ist. Statt mit Vorwürfen, reagieren die meisten mit Nachsicht auf technische oder kommunikative Schwächen, die sich in der virtuellen Lehre gezeigt haben. Vielleicht hat es mit dem Bewusstsein zu tun, dass die Pandemie jede*n vor ganz individuel- le Herausforderungen gestellt hat. Ich denke, auch nach der Pandemie kön- nen wir mehr Verständnis füreinander gut gebrauchen: Einerseits auf Seite der Lehrenden, die das Fernbleiben einer Veranstaltung nicht mehr per se als Faulheit interpretieren. Anderer- seits auf Seite der Studierenden, die das Campusleben nach ihren Erfah- rungen während Covid mehr als Pri- vileg betrachten, denn als Zumutung.



Illustration: Cindy Peprny „POV virtuelles Studium“

Ein Studiengang für Hebammenkunde

Die Professionalisierung der Pflegeberufe



Der Abschlussjahrgang der Hebammenkunde 2023
(© Stephan Beißner)

von Alina Cohn

Das LMU-Klinikum hat dieses Jahr in Kooperation mit der Katholischen Stiftungshochschule München seinen ersten Abschlussjahrgang des Studiums ‚Hebammenkunde B. Sc.‘ verabschiedet. Warum dieser erste Abschluss großer Erfolg und große Verantwortung gleichzeitig ist. Im Gespräch mit Doris Zeiselmeier-Rausch, Hebamme und Studiengangskoordinatorin des Hebammenstudiengangs, und Dr. Johanna Büchel, Oberärztin und stellv. Leitung der Pränataldiagnostik im Klinikum Innenstadt.

Warum Hebammenkunde als Studiengang?

Bis 2021 gab es die Hebammenschule der LMU, an der eine Ausbildung zur Hebamme möglich war. Dann wurde das Hebammengesetz reformiert, und ganz Deutschland muss sich nun langsam von Ausbildung auf Studium umstellen. Warum? Die Professionalisierung der Pflegeberufe generell ist ein schon lange laufender Prozess in Europa, der mehr Theorie, bessere Aufstiegschancen, Auslandsmobilität und mehr Nachwuchs gewährleisten soll. Pflegemangel,

Akademisierung und der Bolognaprozess treiben diesen Wandel voran. München ist ab jetzt gleich auf mit dem europäischen Ausland. Die Hebammenschule wurde also geschlossen, und ab sofort gibt es ein BA-Studium mit Staatsexamen. 2.200 Praxisstunden müssen

Student*innen absolvieren sowie 2.200 Theoriestunden. Die Theorie findet an der KSH und die Praxis im Klinikalltag der LMU statt. Auch MA-Abschlüsse, Promovieren und Habilitieren wird zukünftig in der Hebammenkunde möglich sein. Die Studienplätze sind aber nach wie vor limitiert, da der Praxisanteil so anspruchsvoll und zeitaufwändig ist. Auch Hebammen, die noch die Ausbildung absolviert haben, sollen nicht benachteiligt werden, denn Nachqualifizierungen oder lange Berufserfahrung sollen den Unterschied ausgleichen.

München – Trendsetter mit Tradition?

Der neue Studiengang tritt an die Stelle der 1777 gegründeten Münchner Hebammenschule, die mit ihrem Reichtum an Erfahrung und Wissen nun die Fackel weitergibt. Diese Tradition soll nun im neuen System erfolgreich weitergeführt werden. Denn trotz zahlreicher logistischer Herausforderungen in der Lehre der Hebammenkunde – wer kann schließlich zuverlässig planen, welche Student*innen wie oft und wann welche Art von Geburt in einem der fünf Kreißsäle miterleben können

– ist dieser einer der ersten Regelstudiengänge in ganz Deutschland. In München sollen professionelle, eigenständige Expert*innen der Geburtshilfe ausgebildet werden, die gemeinsamen Betreuungsteams in der klinischen und außer-klinischen Praxis beitreten können. Wichtig zu erwähnen ist, dass in diesen Teams zwischen Ärzt*innen und Hebammen auf Augenhöhe zusammengearbeitet wird. Dies soll mit der Einführung von mehreren Qualifikationsstufenzusätzlich gefördert werden.

Geduld, Interesse, und Arbeitsmoral

Für den Studiengang sei vorrangig geeignet, wer auch für die Ausbildung geeignet war. Mitbringen sollte man Interesse an Menschen und Medizin. Vor der Zulassung findet zudem ein persönliches Auswahlgespräch statt. Zum Abschluss unseres Gesprächs hebt Doris Zeiselmeier-Rausch die 25 aktuellen Absolvent*innen hervor. Sie seien beispiellos motiviert gewesen, hätten erfolgreich Praxiserfahrung gesammelt und als erste Kohorte den Studiengang mitentwickelt. Es mache sie glücklich und stolz, daran beteiligt gewesen zu sein, den Jahrgang zu Hebammen auszubilden. Auch Dr. Johanna Büchel freut sich über den neuen Studiengang, der Dialog, Diskussion und Austausch fördere. Die Stimmen der Hebammen würden gestärkt werden. Nach wie vor stehe aber die Frau und ihr Wohlbefinden im Mittelpunkt, das sei beiden am wichtigsten, und Leitlinie des neuen Studiums. In dieser Hinsicht bleibt der Pflegeberuf derselbe: Menschen helfen, egal in welcher Lage. Und das bedeutet Belastung, Verantwortung und Freude zugleich.

Warum der Weg vor die Schulklasse ein steiniger ist

„Ob ich nach dem Referendariat überhaupt noch Freunde habe?“

von Cindy Peprny

An Bayerns Schulen fehlen tausende Lehrkräfte. Ich habe mich bei den Lehramtsstudierenden der LMU umgehört, ob sie das Konzept ihres Studiums als Teil der Lösung oder als Teil des Problems sehen. Die Antworten haben mich erstaunt.

Schlechte Aussichten für einen schönen Beruf

„Ich wollte Lehramt studieren, weil Schule für mich mehr als ein Ort des Lernens ist. Für mich ist Schule vor allem eine Gemeinschaft, die jungen Menschen einen sicheren Rahmen gibt, um sich auszuprobieren, zu entfalten und den eigenen Platz zu finden. Mir ist es wichtig, diesen Rahmen mitzugestalten“, erzählt mir Mansur*. Er studiert

timismus, um sich von den Herausforderungen an den Schulen nicht abschrecken zu lassen. Schon jetzt berichten mir diejenigen, die bereits unterrichten, von teils viel zu große Klassen, immer mehr Schüler*innen mit besonderem Förderbedarf und der ständigen Sorge, dass die Lehrer*innen all das auffangen müssen.

Der Marathon durch den LSF-Dschungel

Meine Gesprächspartner*innen reagieren meist zynisch, wenn ich sie frage, wo die Lehrkräfte abgeblieben sind: „Sechs Jahre studieren, zwei Staatsexamen und ein Referendariat, das schon so manche*n die Nerven gekostet hat – würdest du das machen?“, fragt mich Georg, der an der LMU Mittelschullehramt studiert und als mobile Reserve an einer Realschule unterrichtet.

Was Georg am Studium frustriert, ist die Vielzahl und Unübersichtlichkeit der zu erbringenden Leistungsnachweise. Häufig gäbe es Missverständnisse, welche Seminare zu welchen Modulen gehören, oder wann und wie diese einzubringen

seien. Auch die Dozierenden seien bei Anliegen der Lehramtsstudierenden immer wieder überfragt, da viele Veranstaltungen nicht speziell auf das Lehramt zugeschnitten seien. „Die Inhalte sind gut, aber die Organisation ist das, was Zeit kostet und anstrengend ist“, sagt Georg. Nach der Prüfungs-Odyssee und dem ersten Staatsexamen

erwartet ihn das Referendariat, das vielen als absolute Feuerprobe gälte. Ein Gedanke, der Georg nicht gerade zum Durchhalten motiviere.

Lehrer*innen müssen einiges aushalten

Felice hat das Studium bereits hinter sich und freut sich auf die Schule. Doch gerade während des Referendariats an der Mittelschule habe es viele Momente gegeben, in denen sie am liebsten das Handtuch geworfen hätte: „Die Arbeitsbelastung ist erschreckend hoch. Freunde und Familie müssen zurückstecken. Ich weiß nicht, ob ich nach dem Referendariat überhaupt noch Freunde habe, nachdem ich mich zwei Jahre lang kaum gemeldet habe“.

Mansur findet es zwar nachvollziehbar, dass die Belastbarkeit der angehenden Lehrkräfte im Referendariat auf die Probe gestellt wird, „aber kann man den Rest des Studiums dafür nicht erträglicher gestalten?“. Eine einheitliche Organisation des Studiengangs, die alle Fakultäten, Schul- und Prüfungsämter bündelt, bessere Abstimmung zwischen didaktischen und fachlichen Modulen, sowie von Anfang an mehr Praxis im Studiums, wären laut Mansur notwendige Verbesserungen.

Der Altruismus der Lehramtsstudierenden, als ich sie frage was sie sich für ihre Zukunft als Lehrer*innen wünschen, berührt mich. „Ich wünsche mir mehr Personal, damit wir den Ansprüchen der Schüler*innen gerecht werden. Es soll mehr Sozialarbeiter*innen geben, mehr AGs, Zeit für Weiterbildungen“, fasst Felice ihre Zukunftsvision zusammen und gibt mir Hoffnung. Denn diese Wünsche klingen nicht so, als seien sie zu utopisch, um umsetzbar zu sein. Oder?



Nicht nur der Stundenplan ist bis oben hin voll (©Erik Hansen)

Gymnasiallehramt an der LMU. Die Begeisterung, mit der er über den Lehrerberuf spricht, ist offensichtlich.

Der Elan, mit dem mir meine Gesprächspartner*innen von ihrer Arbeit an der Schule oder ihren Zielen nach dem Studium erzählen, überrascht mich nicht. Wer sich aktuell für eine Zukunft als Lehrer*in interessiert, braucht viel Motivation und Op-

*Meine Gesprächspartner*innen haben mich gebeten, ihre Namen zu ändern, da sie Benachteiligungen im weiteren Studienverlauf oder durch das Schulamt befürchten.

We can't all be imposters, can we?

Vom Gefühl eine*e Hochstapler*in zu sein

von Sarah Günzer

Als Albert Einstein gerade einmal Mitte 20 war, schuf er die Basis für die Relativitätstheorie, die die Welt revolutionierte. In seiner Karriere erhielt er zahlreiche Preise und Auszeichnungen, 1922 wurde ihm mit Anfang 40 der Nobelpreis verliehen. Das durchschnittliche Alter von Nobelpreisträgern der Physik liegt bei 55 Jahren, in anderen Fächern noch höher. Einstein lag damit also unter dem Durchschnitt. Noch heute gilt er als Inbegriff eines Genies – und doch dachte er Zeit seines Lebens, seine Arbeit hätte keinen Ruhm verdient.

Das Impostor-Syndrom: Was ist das eigentlich?

Heute weiß man, dass das Impostor-Syndrom bei weitem nicht nur bei Frauen zu finden ist. Laut des Spektrums hatten etwa 70% aller Menschen schon einmal das Gefühl, eigentlich nicht dort hinzugehören, wo sie sind. Gerade auch im Universitätskontext, sei es nun unter Studierenden oder auch in der Forschung, ist das Phänomen besonders weit verbreitet. Das Syndrom beschreibt dabei vor allem, auf was Menschen ihre Erfolge zurückführen. Schreibe ich z.B. eine 1,0 in meiner Statistikprüfung, habe

Gefühle kennen, neigen auch eher dazu, in einer Diskussion in einem Seminar doch mal nichts zu sagen, sich nicht auf die Job-Stelle zu bewerben, wichtige Chancen nicht zu ergreifen. Im schlimmsten Fall kann das Impostor-Syndrom, das Gefühl niemals gut genug zu sein, dann zu Burnout, Angsterkrankungen und Depression führen.

Die Selbstzweifel können aber auch eine positive Seite haben. Es ist durchaus denkbar, dass man sich durch den Gedanken, noch nicht gut genug zu sein, dazu bringen kann, bessere Methoden zu verwenden, an Niederschlägen zu wachsen und seine Leistungen noch weiter zu verbessern. Das Impostor-Syndrom wandelt dabei auf einem Spektrum zwischen persönlichem Wachstum und der Erkenntnis, dass man noch nicht alles weiß und noch viel lernen kann und dem negativen Einfluss auf die mentale Gesundheit.

„The exaggerated esteem in which my lifework is held makes me very ill at ease. I feel compelled to think of myself as an involuntary swindler.”



Albert Einstein

Das Gefühl, ein*e Hochstapler*in zu sein und zu denken, dass jegliche eigene Erfolge rein dem Zufall geschuldet sind, wird in der Wissenschaft als das Impostor-Syndrom bezeichnet. Es wurde erstmals 1978 von den Psychologinnen Clance und Imes bei sehr leistungsstarken Frauen beschrieben. Frauen, die akademische Titel hatten und eigene Unternehmen führten, - die also in jeder Hinsicht als erfolgreich bezeichnet werden würden - sprachen davon, in ständiger Angst zu leben, andere könnten herausfinden, dass sie doch eigentlich nicht so intelligent sind, wie sie es vorgaben zu sein.

ich zwei Möglichkeiten, den Grund für diesen Erfolg zu sehen: Entweder es liegt daran, dass ich entsprechende Fähigkeiten in dem Fach habe oder es war einfach Glück.

Diese Attribution führt langfristig dazu, dass sich betroffene Personen immer weiter in ihren Perfektionismus hineinsteigern. Denn das nächste Mal könnte es ja soweit sein, dass jemand den Betrug entdeckt und das augenscheinliche Durchmogeln auffliegt. Gleichzeitig beinhaltet das Phänomen aber auch, sich in Leistungskontexten nicht dazugehörig zu fühlen, weniger wert zu sein als andere, die auf dem gleichen Stand sind. Das bedeutet: Viele, die diese Impostor-

Auf der Suche nach dem Ursprung

In der Wissenschaft finden sich mehrere Erklärungen für die Entstehung des Syndroms. Clance selbst suchte den Ursprung in der Kindheit der Frauen, die sie untersucht hatte. So kam sie zu dem Schluss, dass die Familien der betroffenen Personen entweder die Leistungen des Kindes stets herunterspielten, sodass diese die Erwartungen z.B. der Eltern nie wirklich erfüllen konnten, oder die Leistungen übermäßig betonten und lobten. Kinder, deren Großartigkeit im Elternhaus hervorgehoben wird, werden schnell damit konfrontiert, dass sie Leistungen nur mit viel Arbeit erreichen können und nicht, wie ihre Eltern es darstel-

len, ohne jegliche Mühe. Weil die Realität der Kinder dann nicht mit dem Lob der Familie zusammenpasst, entstehen die Zweifel, die das Impostor-Syndrom ausmachen.

Nun sollte man die Ursache für das Impostor-Syndrom nicht nur beim Individuum suchen, wie es gerade in der klinischen Forschung oft zu sehen ist. Der Grund für die übermäßigen Selbstzweifel und andere Impostor-Gefühle liegen hier im Perfektionismus und niedrigem Selbstwert sowie Selbstwirksamkeit der einzelnen Personen – kurz gesagt, in der individuellen Persönlichkeit. Damit wäre das Individuum auch selbst dafür verantwortlich, das Problem zu lösen.

Dabei wurde auch schon vorgeschlagen, dass die Ursachen für das Impostor-Syndrom auch auf gesellschaftlicher, interpersoneller und institutioneller Ebene anzusiedeln sind. Denn ein Individuum wird immer sozial beeinflusst und kann sich diesem Einfluss nicht entziehen. Die Betrachtung des Syndroms auf diesen Ebenen bietet auch eine Erklärung, warum die Statistiken darauf hindeuten, dass besonders Frauen und ethnische Minderheiten davon betroffen sind.

Am Beispiel der Frauen lassen sich die Ebenen z.B. so erklären: Frauen sind hinsichtlich von Führungspositionen gesellschaftlich oft negativen Stereotypen ausgesetzt. Weiblichkeit wird als sehr emotional dargestellt. Um die Führung übernehmen zu können, sollten sie aber selbstbestimmt oder eher kalt sein – Eigenschaften, die eher Männern zugewiesen werden. Haben Frauen dann eine solche Position inne, kommen Zweifel auf, ob sie für die Position überhaupt geeignet sind. Wenn dann noch auf interpersoneller Ebene in der sozialen Umgebung der Frau Hinweise (social cues) entstehen, wie z.B. die Abwertung von Beiträgen in einer Diskussion, und auf institutioneller

Ebene Frauen eher unterrepräsentiert sind, wie es z.B. in den Naturwissenschaften oft der Fall ist, bietet sich die perfekte Grundlage für das Gefühl, nur durch Zufall in eine Position hineingerutscht zu sein.

Es ist also nicht nur die einzelne Person selbst, die das Impostor-Syndrom ausmacht. Es ist die Gruppe, zu der man gehört und

Erfahrungen mit Impostor-Gefühlen gemacht haben, ist es wichtig, sich bestimmte Dinge in Gedanken zu rufen: Wie wahrscheinlich ist es z.B., dass alle Erfolge, die man bisher zu verzeichnen hat, nur dem Zufall geschuldet sind? Oder, dass andere einen tatsächlich als Impostor sehen? Personen, die Awareness für die Erfahrung



Illustration: Sarah Günzer mit © sketchify via canvas.com

wie diese bewertet wird, die Menschen, mit denen man sich umgibt, und die Repräsentation, die man in seinem Leistungskontext erfährt.

Mit dem Impostor-Syndrom leben

Systeme müssen sich ändern, Gruppen weniger stereotypisiert werden und Leistungskontexte kollaborativer und repräsentativer werden. Aber die Änderung von Systemen braucht Zeit und vor allem Geduld. Und obwohl das Individuum nicht allein für die Lösung des Impostor-Syndroms verantwortlich sein sollte, kann man hier am einfachsten ansetzen.

Für die Personen, die selbst schon

des Impostor-Syndroms schaffen wollen, schlagen vor, das positive Feedback anderer als Evidenz für den Wert der eigenen Leistungen zu nehmen, und vor allem: Die Gefühle zu akzeptieren und trotzdem weiterzumachen. Die wenigsten, die mit dem Impostor-Syndrom leben, werden ganz davon loskommen. Aber man kann entscheiden, wie sehr man sein eigenes Leben davon bestimmen lässt.

Nur einen Anruf entfernt

Ein Besuch beim Infofon in München

von Marie Budzinski

*Die ein oder andere Existenzkrise hat Jede*r schon erlebt. Prüfungstress, Beziehungsdrama, Streit mit Eltern oder Freund*innen. Da hilft es, sich hin und wieder einen guten Rat von Mutti zu holen, sich bei der besten Freundin auszukotzen, vielleicht auch mal einen Blick ins Internet zu werfen, oder sich therapeutische Hilfe zu suchen. Und für alle übrigen Fragen? Für die kann man sich an eine der vielen anonymen Beratungsstellen in München wenden. Zum Thema Existenz, oder besser*

bedient das Team auch einen Live-Chat. Zu Beginn jeder Schicht beantwortet das Team alle Anfragen, die über den Tag angefallen sind. Dann richten sich die Helfer*innen ein. Wenn gerade keine Anrufe reinkommen, kochen die Jugendlichen zusammen, spielen Kicker oder lernen für die nächste Prüfung. Die Stimmung ist entspannt.

Im Idealfall zwei Leute im Telefondienst – wie heute. Infofon ist ein Peer-Projekt, alle Helfer*innen engagieren sich ehrenamtlich. Im Gegenzug bekommen sie eine kleine Aufwands-

entschädigung, ein Zertifikat für den Lebenslauf und viele wichtige Kompetenzen im Umgang mit Krisensituationen aller Art. Unterstützt werden die Telefondienstler*innen von einem Hintergrunddienst. Obwohl er

Ende vom Tag gut gehen“, erzählt er mir, „immerhin sind die Jugendlichen hinter dem Hörer keine ausgebildeten Psycholog*innen, sondern machen den Dienst in ihrer Freizeit“.

Von der Ausbildung bis zum ersten Anruf

Vor dem ersten Dienst nehmen alle Anwerter*innen an einer Ausbildung teil. Ein Mal im Jahr treffen sich alle Interessierten für 15 Einheiten jeden Montag für eine oder zwei Stunden. Bei den Treffen bekommen die Jugendlichen einen Überblick über alle wichtigen Themen wie Depression oder Essstörung. Diesen Überblick bekommen sie von Expert*innen aus verschiedenen Einrichtungen, die dafür ins Haus eingeladen werden. Zum Thema Essstörung zum Beispiel eine Dame aus dem Therapienetz Essstörung. Auch das Telefonieren wird geübt. Das heißt: Ein*e Kolleg*in ruft an und spielt ein Szenario vor. Das kann eine einfache Wegbeschreibung sein, aber auch eine akute Krisensituation.

Wer die Ausbildung durchlaufen hat, wird natürlich nicht gezwungen, auch tatsächlich bei Infofon zu helfen. „Viele merken, dass die Themen sie doch nicht interessieren, oder ihnen das Ganze einfach zu viel ist“, berichtet mir David. Alle anderen hospitieren für zwei Schichten und lernen so den Alltag kennen. Viele Jugendliche werden von Klassenkamerad*innen oder Freunden angeregt, sich bei Infofon zu engagieren. Generell kann man ab 15 Jahren die Ausbildung machen und bis maximal 27 Jahren bei Infofon mitarbeiten. Diese Grenze soll garantieren, dass Infofon auch weiterhin ein Peer-Projekt bleibt. Auch Student*innen sind willkommen.



Vor Ort im Büro von Infofon (© Marie Budzinski)

– Existenzkrise – habe ich das Team von Infofon besucht. Infofon ist ein Beratungstelefon von und für junge Leute. Hinter dem Hörer sitzen nicht Frau oder Herr Doktor So-und-so, sondern Jonas*, Clara* und David*. Einen Abend lang begleite ich die Beiden in ihrem Alltag bei Infofon.

Ein Abend bei Infofon

Hinter der gelben Eisentüre mit der Aufschrift „Zugang verboten“ erfüllt der Geruch von Kaffee den Raum. Clara, David und Jonas sind schon in vollem Gange. Neben der Hotline

oder sie hauptberuflich Sozialarbeiter*in oder Psycholog*in ist, helfen auch die Hintergrunddienstler*innen ehrenamtlich mit. Sie tragen in der Schicht die Verantwortung, sind aber auch für alle Anrufe da, die den Telefondienstler*innen zu viel werden. Wenn man sich nicht wohl fühlt und einen Anruf nicht führen will, kann der Hörer an den Hintergrunddienst weitergeben werden. Bei Thema Suizid ist das sogar Pflicht. Auch die Nachbesprechung ist Hintergrunddienst Jonas sehr wichtig. „Es soll auch unseren Jugendlichen am

*Namen geändert

Von Wegbeschreibung bis Suizid ist alles dabei

Bisher ist es still am Hörer. Ich möchte wissen, wie viele Anrufe das Team am Abend entgegen nimmt. „Manchmal kommt gar nichts, oder man hat zwei oder drei Anrufe die Woche, aber das ist eher die Ausnahme“, überlegt Clara. Vor Corona war der Andrang größer, aber während der Lockdowns wurde der Dienst zeitweise eingestellt. Jetzt, wo die Öffentlichkeitsarbeit wieder durchstartet, rufen aber wieder mehr Leute an. „Im Sommer sind wir dann auch bei den ganzen Festivals vor Ort, zum Beispiel beim Oben Ohne und beim Puls Festival. Auf dem CSD sind wir auch immer“, ergänzt David.

Genauso unvorhersehbar wie die Zahl der Anrufe ist auch der Inhalt der Telefonate. Viele fragen nur nach einer Wegbeschreibung. Oft wird Infofon wegen des Namens auch mit einer Auskunftshotline für WLAN-Probleme verwechselt. Bei akuten psychiatrischen Notlagen kann das Team nur auf den Notruf verweisen. „Selbst die Polizei hat mal angerufen, um eine Auskunft zu bekommen“, lacht Clara, „da können wir in der Regel nicht weiterhelfen“.

Genauso häufig rufen junge Menschen an, die nicht wissen, an wen sie sich sonst wenden können. Jugendliche, die zuhause rausgeworfen wurden, Missbrauch erfahren haben, oder sich von der Partner*in oder dem Partner trennen wollen. Weil hinter den Hörern Gleichaltrige sitzen, ist die Hemmschwelle für einen Anruf besonders niedrig. Und wenn ein*e Telefondienstler*in gerade keine Antwort weiß, kann der oder die andere nebenbei recherchieren. Dafür arbeiten die Helfer*innen im Team eng zusammen.

Mein Fazit: Für alles ein offenes Ohr

Mein Eindruck nach einer Schicht Infofon: Das Team hat für jedes

Anliegen ein offenes Ohr. Die Jugendlichen und Hintergrunddienste sind selbstreflektiert und arbeiten eingespielt zusammen. Neben der offensichtlich wichtigen Arbeit als Beratungs-Hotline, ist Infofon dabei auch eine Anlaufstelle für alle Mithelfenden selbst. Als ich das Büro kurz nach acht verlasse, kocht Jonas gerade Nudeln mit Pesto. Ich denke mir „kein Wunder, dass alle hier gern, und vor allem freiwillig helfen“.



Infofon-Hotline:
089/ 1215000

Infofon-Website:
www.1215000.de

Die Falun Dafa am Marienplatz

Kampf um die Existenz?

von Alina Cohn

Jeden Samstag findet sich am Marienplatz der Stand der Falun Dafa. Es sind unzensurierte Fotos von Verletzten oder sogar toten Körpern auf Plakaten zu sehen. Gelbe Banner, Meditation, eine Minderheit, die gegen die Verfolgung in China kämpft. Auf den ersten Blick unterstützenswert, sogar mutig. Wir kennen die Geschichten der Uiguren, wir wissen wie brutal die chinesische Regierung gegen Minderheiten vorgeht. Alles macht Sinn, alles passt zusammen. Aber was haben die Falun Dafa mit den Republikanern zu tun? Und warum trifft man bei der Internet-Recherche auf einen Informationskrieg zwischen China und Falun Dafa? Darum soll es in diesem Artikel gehen: Ein Gespräch mit Prof. Dr. Hans van Ess, dem Inhaber des Lehrstuhls für Sinologie und Mongolistik.

Wer sind Falun Dafa?

„Die Falun Gong, oder Falun Dafa, sind erstmal nur eine ‚religiöse Abspaltung vom Buddhismus mit daoistischen Elementen‘“, sagt uns Prof. Dr. van Ess im Interview. In den 1980er Jahren wurde sie durch Li Hongzhi gegründet und habe in China anfangs politisch sowie spirituell vor allem Erfolge mit traditionellen Heilmethoden und Qigong-Techniken. So schreibt van Ess in seinem Buch *China – Die 101 Häufigsten Fragen*. Li Hongzhi änderte seinen Geburtstag auf den 13. Mai, den Geburtstag Buddhas, behauptete, Kranke heilen, Alterung aufhalten und Wunder vollbringen zu können. Aber auch über Todesdrohungen stehe er nicht, so habe er 1993 einen Unruhestifter, den er nicht in die religiöse Gruppierung aufnehmen wollte ‚vernichtet‘, schreibt van Ess weiter. Li Hongzhi wanderte schließlich in die USA aus.

Als die Gruppierung dann den Zorn der chinesischen Regierung in Form von Protesten zum zehnten Jahrestag des Tian’anmen-Platz Massakers auf sich zog und sich gleichzeitig die außenpolitischen Beziehungen, unter anderem zu den Vereinigten Staaten, stark verschlechterten, wurden die Falun Dafa verboten. Später wurden sie als terroristische Vereinigung eingestuft, erklärt van Ess weiter in seinem Buch. Van Ess fährt fort, dass sich die religiöse Gruppierung heutzutage im Exil befindet, vorrangig in den USA. Sie stehe außerdem hinter der rechten Zeitung Epoch Times, die unter anderem über Organraub in China oder über die Nachteile von ‚kultureller Vermischung‘, beispielsweise durch die Flüchtlingskrise, berichtet. Im Gespräch mit uns ergänzt er, dass sich zu dem Organisationsgrad und der Finanzierung der religiösen Gruppierung nicht viel Sicheres sagen lässt, er aber Beziehungen zu verschiede-



Stand der Falun Dafa am Marienplatz (© Benedict Schaschko)

nen zu US-amerikanischen NGOs beobachtet habe. Die Finanzierung laufe wohl auch über eigene Mitglieder, ergänzt van Ess. Eine wichtige Komponente der Falun Dafa sei zudem die Politische, da die Gruppierung als „außerstaatliche Opposition gegen die kommunistische Partei in der Volksrepublik China“ gälte.

Organraub versus Terrorismus: Wort gegen Wort?

Im öffentlichen Diskurs lässt sich wenig neutraler Boden finden: Es scheint, als könnte nur einer Recht haben, nur einer gewinnen. Und wer sagt denn nun die Wahrheit? Die chinesische Regierung, oder die Falun Dafa? Wie schon vermutet ist diese Frage nicht so einfach zu beantworten.

Die Verfolgung der Falun Dafa sei echt, erzählt uns van Ess, und habe vermutlich erst zu ihrer Politisierung geführt. „Die KP China hat Falun Gong in den 90er Jahren bekämpft, weil sie die politische Sprengkraft religiöser Bewegungen aus der eigenen Geschichte kannte, aber auch den Sturz der SED beobachtet hatte, bei dem der Protestantismus eine wichtige Rolle gespielt hatte.

Die Kirchen waren der einzige Ort, an dem sich in der DDR gegenstaatliche Bewegungen organisieren konnten. Das wollte die KP in China unterbinden, zum Teil auch deswegen, weil Falun Dafa nachdem sich der Gründer in die USA abgesetzt hatte versuchte, das Protestpotential in China für sich und gegen die Regierung zu nutzen“, sagt er. Da hätte die Kommunistische Partei nicht lange gefackelt, und die Gruppierung zerschlagen. Damit habe sich die Sache aus chinesischer Sicht auch erledigt und damit die Falun Dafa in der Volksrepublik China stark an Bedeutung verloren.

Zum Organraub, den die Falun Dafa der Kommunistischen Partei vorwerfen, könne sich van Ess nicht wirklich äußern: Was in China passiert oder nicht passiert, sei bekannterweise schwer zu sagen. Es stehe Aussage gegen Aussage, denn im Vergleich zu der Internierung der Uiguren gäbe es hier keine klaren Hinweise außerhalb der Aussagen der Falun Dafa. Er könne sich aber dennoch vorstellen, dass „zum Tode Verurteilten in China (und von denen gibt es Einige) nach der Hinrichtung Organe entnom-

men werden“. Das Thema sei aber nicht zentral, um die Gruppierung zu verstehen. Viel wichtiger sei der „politische Gegensatz, mit dem Falun Gong in den USA wahrscheinlich auch finanziell punkten kann“.

Warum sind die Falun Dafa in München am Marienplatz?

Wie bereits geschildert, existiert die Falun Dafa vermutlich hauptsächlich außerhalb Chinas. Vor allem in den USA scheint sie dagegen recht fest verankert, in Deutschland weniger. In den USA sei aus der Falun Dafa eine Oppositionspartei geworden, die mit den Republikanern zu sympathisieren scheint: Das liege daran, dass sie antikommunistisch eingestellt sind und daher stärker in der republikanischen Partei verankert sei, erklärt van Ess. Er fährt fort: „Die China-Politik der USA hat sich unter Donald Trump stark gewandelt, Joe Biden hat sie allerdings eher noch verschärft. In den USA gibt es ein starkes Interesse daran, dass sich Deutschland der amerikanischen China-Politik anschließt. Im deutschen politischen Spektrum haben dahingehende Bemühungen auch Erfolg gehabt. In diesem Kontext sind auch die Demonstrationen von Falun Dafa auf dem Marienplatz zu sehen. Die religiöse Gruppierung sieht im allgemeinen politischen Meinungsumschwung eine Chance für sich, denn auch in Deutschland wächst die Zahl der Vertreter*innen einer harten Linie gegenüber China immer mehr Zuspruch – und wer sonst könnte ein gutes China repräsentieren als Falun Gong? Antikommunismus und Gewinn von Mitgliedern gehen bei Falun Gong Hand in Hand.“ Abschließend lässt sich festhalten: Nicht alles ist wie es scheint und einfache schwarz-weiß Geschichten sind wohl selten der Weg zur Wahrheit. Egal, welche Seite sie erzählt.

Online-Shopping

Trend oder Sucht im Zeitalter des Internets

von Shion Arita

„[O]ver-consumption in some of the world's richest countries is destroying children's environments globally”.

Dieses Zitat aus einem UNICEF-Bericht unterstreicht das problematische Konsumverhalten von Industrieländern. Laut dem Global Footprint Network entspricht der deutsche Verbrauch an natürlichen Ressourcen einer Menge, die nur drei Erden bieten könnten. Was hat es nun aber mit diesem Over-consumption auf sich? In welcher Gestalt erscheint diese Problematik in der heutigen Zeit?

Soziale Medien als potenzieller Motor

Der Begriff Overconsumption bezieht sich auf den menschlichen Verbrauch von natürlichen Ressourcen, der über die Kapazitäten der Erde hinausreicht. Sei es Lebensmittelverschwendung oder Klamottenwahn, heutzutage werden das allgemeine exzessive Konsumverhalten und die verschwennerischen Folgen hervorgehoben.

In den sozialen Medien zirkulieren schon lange Videos, in denen gekaufte Produkte vorgestellt werden – sogenannte *Hauls*. Durch das Aufsteigen von *TikTok* und seinem Format (15 bis 60 sekundige Videos) wurden diese begünstigt und besonders unter der jungen Generation beliebter. Heutzutage erreichen *Hauls* mehrere hunderttausende Aufrufe, sodass viele Influencer:innen ihre Online-Präsenz komplett auf sie stützen. Auffällig sind dabei zwei Phänomene: Zum einen steigt die Menge an präsentierten Produkten auf einen absurden Wert von beispielsweise 2000\$. Oft wird darauf bereits im Titel der Videos hingewiesen, um mehr Aufmerksamkeit und Aufrufe zu gewinnen.



Paketfluten durch Online-Shopping (pixabay/PublicDomainPictures)

Zum anderen werden in den meisten *Hauls* Produkte von preiswerteren Marken wie *H&M*, *Amazon* oder *Zara* vorgestellt. Aufgrund der Zugänglichkeit dieser Marken sprechen solche *Hauls* eine breitere Zielgruppe an und motivieren diese zum Kauf bestimmter Produkte.

Retouren als Indikator für das aktuelle Konsumverhalten

In den letzten Jahren hat sich ein Großteil des Shoppings ins Internet verlagert, nicht zuletzt durch die Corona-Pandemie. Diese Veränderung kommt unter anderem in den Paketshops zutage. Zu diesem Aspekt konnte mir Michael G., selbständiger Geschäftsmann und Besitzer eines Fachgeschäfts für Schreibwaren, näheres schildern.

Seine Zusammenarbeit mit der DHL begann 2017 und umfasst Paketannahmen, nationale Paketfrankierungen sowie Paketausgaben. Aktuell werden täglich 100 bis 200 Pakete von Kund*innen abgegeben. Hinzu kommen weitere 10 bis 30 Pakete, die an den Paketshop aufgrund von Abwesenheit oder explizitem Wunsch vom Empfänger weitergeleitet werden. Monatlich nimmt Michael G. auf diese Weise über 2400 Pakete an, von denen Retouren einen Anteil von über 50% ausmachen. Diese Menge steige insbesondere zum Zeitpunkt, an dem „alles mit black“ zu tun hat. Sprich: *black week*, *black friday*, *black monday*. Laut seinem persönlichen Eindruck bestellen die Leute in verschiedenen Größen und behalten nur ganz wenig. „Sie tragen ein Kleid einmal für eine Party und schicken es wieder

zurück”, erzählt er mir. Auch der Arbeitsumfang von Angestellten der DHL wird vom zunehmenden Online-Shopping beeinflusst: Im Paketshop werden die abgeholt Pakete einzeln eingescannt, um anschließend im Lager wieder einzeln ausgescannt zu werden.

Im stationären Handel wird das Rückgaberecht nur freiwillig als ein Kundenservice angeboten. Anders sieht es beim Onlinehandel aus: Durch die EU wird die Rückgabe innerhalb von 14 Tagen, ohne einen bestimmten Grund angeben zu müssen, garantiert. Vermutlich verstärkt diese Regelung das unbekümmerte Einkaufen im Internet.

Alles gut, solange man recycelt?

Die Problematik des Überkonsums ist mit anderen aktuellen Problemen, beispielsweise dem Klimawandel oder der Ausbeutung von Arbeitern, verflochten. Für eine Veränderung des Verhaltens muss jedoch das Bewusstsein für die Problematik steigen. Ein Slogan auf einer Retoure, welche bei Michael G. abgegeben wurde, lautete: „buy, receive, recycle”. Recycling ist besser als kein Recycling, aber Überkonsum bleibt Überkonsum.

Am 04.05.2023 wurde in Deutschland der *Overshoot Day* erreicht. Anders formuliert: Die Menge an natürlichen Ressourcen, welche die Erde für die Bundesrepublik innerhalb eines Jahres anbieten könnte, wurde noch vor Jahreshälfte aufgebraucht. Genau in so einem Zeitalter ist ein Kompromiss zwischen einem nachhaltigeren Konsumverhalten und dem Bedürfnis, bei einem Trend mitzumachen, notwendig.

Finden, was die Seele braucht

Ein Porträt über Flucht, die deutsche Sprache und Neuanfänge

von Agnes Fröhlich

*Was erfüllt mich? Was will ich sein? Wo will ich hin? Das sind Fragen, mit denen sich jede*r früher oder später beschäftigt. Im Gespräch mit der CaZe erzählt Gabriele Giesche von ihren ganz persönlichen Antworten auf diese Fragen.*

Gabi ist aufgewachsen in Rumänien vor der Wende. Gerne erinnert sie sich an ihre Kindheit zurück, an ihr behütetes Elternhaus und die vielen Tiere, mit denen sie zusammenlebte. Dank des großen Gartens konnte sich die Familie selbst versorgen, je nach Saison gab es Erdbeeren, Kirschen, Trauben, Spinat, Kartoffeln, Kohl oder Karotten. Beide Eltern gaben alles, um sich trotz der ärmlichen Verhältnisse über Wasser zu halten. Politik und Staat versicherten Hilfe, hielten sich aber nicht an ihre Versprechen. Der rumänischen Familie wurde klar, dass es so nicht weitergehen konnte.

Als Gabi 13 Jahre alt war, entschied sich ihr Vater dazu, Rumänien zu verlassen und ohne Einreiseerlaubnis nach Jugoslawien zu flüchten. Nur seine Frau und seine beiden Töchter durften von dem Fluchtplan wissen. Viele Vorbereitungen mussten getroffen werden, natürlich unter strengster Geheimhaltung. Die Familie hatte entfernte Verwandte in Deutschland und so standen die Chancen gut, dort Asyl zu bekommen. Der Verwandtschaftsnachweis aus Papier war das Ticket zur Freiheit und durfte nicht kaputt gehen. Also wurde er feinsäuberlich in den Fluchtmantel eingenäht.

„Wie im Film“

Zwei Tage nach der Flucht kamen zwei Männer in Trenchcoats zu Gabi, ihrer kleinen Schwester, ihrer Mutter und ihrem Opa nach Hause. Sie waren von der Securitate, der damaligen rumänischen Geheimpolizei, und durchsuchten das ganze Haus. Ihnen war aufgefallen, dass Gabis Vater nicht mehr in der Arbeit erschien. Die Situation war filmreif, die Familie log und verschwieg ihr Wissen, während die Geheimpolizisten sogar den Tierstall filzten. So beklemmend diese Situation auch gewesen sein mag, sie zeigte Eines: Gabis Vater war noch nicht gefunden worden, und lebte.

Die Flucht funktionierte, schnell bekam Gabis Vater die deutsche Staatsbürgerschaft und seine Familie durfte in die neue Heimat nachkommen. Gabi war zu diesem Zeitpunkt 15 Jahre alt und kannte nur ein paar Wortfetzen Deutsch. Für ein Jahr besuchte sie zunächst ein Internat in Neu-Ulm für *Spätaussiedler*, also Zuwanderern mit deutscher Abstammung aus der ehemaligen Sowjetunion und anderen osteuropäischen Staaten. Dort lernte sie, vor allem durch den Alltag die deutsche Sprache und machte ihren Hauptschulabschluss. Um für einen Realschulabschluss ihre Sprache weiter zu verbessern, wollte Gabi in ein Umfeld ziehen, in dem nur Deutsch gesprochen wird. Anders als viele andere empfand Gabi Deutsch schon immer als eine wunderschöne und melodische Sprache. Ihr Ziel war es, die Betonungen so hinzubekommen, wie es ihre deutschen Muttersprachler-Freundinnen taten. Motiviert

und von Heimweh geplagt, verließ sie das Internat und zog zu ihren Eltern nach München, um dort die 10. Klasse zu besuchen.

Auf eigenen Füßen stehen

Nach dem Realschulabschluss stand die Frage im Raum: Was nun? Die schnelle Lösung war, als Anfangssekretärin bei der Bayerischen Landesbank im Bereich Darlehen zu arbeiten. Aus dieser Zeit nahm Gabi Vieles mit, vor allem aber das schnelle Schreiben an der Schreibmaschine, das ihr noch heute am Computer hilft. Bald wollte sie aber mehr. Also blieb sie zwar bei der Bank, machte aber nun eine zweieinhalbjährige Ausbildung zu Kauffrau im Ausnahmeverfahren. Wertvolle Freundschaften entstanden, Gabi hatte ihre eigene Wohnung und verdiente gutes Geld.

Das Leben war leicht und entwickelte sich. Gabi gründete eine Familie, bekam mit ihrem Mann zwei Kinder und entschied sich in Elternzeit zu gehen. Als die Kinder alt genug waren, kehrte sie langsam wieder in ihren Beruf zurück, doch irgendwie war es diesmal anders. Einen Arbeits- und Familienalltag auszubalancieren, war schwieriger als nur zu arbeiten. Doch auch die Arbeit in der Bank war nicht mehr zufriedenstellend. Das Miteinander, das sie früher so geschätzt hatte, war verschwunden. Gabi ließ sich mehrmals versetzen und wurde gegen ihren Willen versetzt. Doch nichts half.

„Ist die Seele krank, erkrankt auch der Körper“

Gesundheitliche Probleme zeigten Gabi, dass etwas nicht stimmte. Sie versuchte Lösungen zu fin-

den, mit der Arbeit, mit der Familie und mit Freunden zu reden. Sie wägte ab und überlegte, bis feststand: Es muss sich etwas ändern.

Eine gute Freundin schlug vor, dass Gabi sie in ihrer Arbeit als Krankenschwester im ambulanten Pflegedienst besuchen könnte. Gesagt, getan und Gabi merkte schnell, dass ihr der direkte Umgang mit Menschen viel Spaß bereitete. Dennoch konnte sie sich einen Pflegeberuf für sich nicht vorstellen. Aber es eröffnete sich eine andere Tür. Gerade bildet sich ein neuer Berufszweig in

der Pflege: Die Betreuung, bei der pflegebedürftige Menschen individuell begleitet und aktiviert werden, um damit das Wohlbefinden dieser zu garantieren.

Da die Zeit für die Ausbildung zu einer Betreuungsassistentin weder zeit- noch geldintensiv war, entschied sich Gabi dazu, diese neben ihrem Job in der Bank zu durchlaufen. Nachdem sie absolviert war, suchte sie sich eine Einrichtung, in der sie eine feste Anstellung mit festen Arbeitstagen bekommen konnte, und landete in einem Pflegeheim des Kurato-

rium Wohnen im Alter (KWA). Zwei Tage die Woche betreute sie nun Senioren, die anderen drei Tage der Arbeitswoche arbeitete sie in der Bank und merkte, dass sie viel ausgeglichener war als vorher.

„Lassen sie mich gehen?“

Die Arbeit in der KWA machte sie immer glücklicher. Vor allem, dass sie sich auf die Realität eines Gegenübers einstellen musste und durfte, gefiel ihr. Die Frage: ‚Möchte ich die andere Arbeit überhaupt noch?‘, drängte sich mehr und mehr in den Vordergrund. Ein möglicher Ausstieg brächte allerdings Unklarheiten mit sich: Würde sie überhaupt gehen können? Einige Mitarbeitende hatten bereits versucht, das Arbeitsverhältnis in der Bank zu beenden, doch durften vom Arbeitgeber aus nicht gehen. Außerdem würde Gabi als Betreuungsassistentin mehr arbeiten müssen, dafür aber weniger verdienen. Doch sie fühlte sich wie im Hamsterrad und so rang sie sich dazu durch, bei der Bank nach einer Abfindung zu fragen. Ein Jahr musste sie noch bleiben, um eine neue Kolleg*in für ihre Stelle einzuarbeiten. Dann war sie frei.

Gabi konnte sich neu ausrichten, äußerlich und innerlich. Ihre Arbeit in der Betreuung macht sie gern, es ist kein Muss mehr für sie. Eine Ausbildung zur gesamtheitlichen Ernährungsberaterin ermöglichte ihr es, ein zweites selbstständiges Standbein aufzubauen. Nebenbei gibt sie Kochkurse in der Volkshochschule, leitet den Seniorsport in ihrem örtlichen Verein und hat auch wieder zu Gott gefunden. Alles hat sich für sie gefügt und sie ist glücklich mit ihrem jetzigen Leben. Gabis Lebensmotto ist: „Love it, leave it or change it“. Sie findet, es ist nie zu spät. Nie zu spät, etwas zu ändern, seinen Weg zu gehen oder einen neuen anzufangen.



Der späte Berufswechsel lässt Gabi wieder aufblühen. Sie findet, es ist nie zu spät, etwas zu ändern (© Agnes Fröhlich)

Der Glöckner von Notre Dame

Eine zeitlose Geschichte über Gut und Böse

von Loretta Pulwer

Das Musical Der Glöckner von Notre Dame in Wien kombiniert düstere Stimmung mit fantastischer Musik. Und das mit Erfolg.

Basierend auf dem Buch des französischen Schriftstellers Victor Hugo und angelehnt an den Zeichentrickklassiker von Disney aus dem Jahre 1996, erzählt das im Ronacher Theater aufgeführte Musical Der Glöckner von Notre Dame die Geschichte des entstellten Quasimodo. Hierbei zeigen erneut Star Komponist Alan Menken, Liedtexter Stephen Schwartz und Regisseur Scott Schwartz ihr Gespür für ein anspruchsvolles Musical. Zur Synopsis: Quasimodo ist ein Kind, das in der Kathedrale von Notre Dame unter der Obhut des Erzdiakon Claude Frollo als Glöckner isoliert von der im 15. Jahrhundert lebenden Pariser Gesellschaft aufwächst. Viele Jahre später ergreift der zurückhaltende Glöckner den Mut, die Welt draußen zu erkunden und trifft auf die gutherzige Tänzerin Esmeralda, die anschließend ungewollt die Aufmerksamkeit des Erzdiakons auf sich zieht. Das Feuer der Hölle (das Hauptlied von Claude Frollo) entflammt und Gegensätze wie Gut und Böse; Liebe und Hass stehen sich in einer dramatischen Inszenierung gegenüber. Doch was bedeuten diese Begriffe eigentlich? Um diese Frage dreht sich das von einem epischen Kirchen-Chor und Live-Orchester begleitete Musical. Es überzeugt vor allem mit einer tiefgründigen Geschichte, die durch packende Melodien stark hervorgehoben wird.



Bühnenbild in den Vereinigten Bühnen Wien (© VBW; Deen van Meer)

Die innere Schönheit

Quasimodo ist ein buckliger und in sich gekehrter junger Mann, dem es schwer fällt mit anderen zu kommunizieren. Das ist vor allem der Isolation geschuldet, in der er groß geworden ist. Trotz dieser Einschränkung wird dem Publikum schnell klar, dass sich hinter seiner scheinbar ‚hässlichen‘ Fassade ein reines Herz verbirgt, das sich nach Zugehörigkeit sehnt. Gleichzeitig wird Quasimodo durch große Unsicherheit und Selbstkel charakterisiert: Von seinem Umfeld und Schutzbefohlenen Frollo als Monster ausgestoßen, scheint er sich schließlich selbst in dieser Rolle des Monsters zu sehen. Da-

vid Jakobs, der Quasimodo spielt, schafft es, durch seine leichte Stimme Quasimodos Gutherzigkeit darzustellen. Gleichzeitig überzeugt der Musicaldarsteller bei packenden Balladen wie Draussen mit einem kräftigen Belt, einer Technik mit denen Sänger*innen kontrolliert stark mit ihrer Bruststimme singen, und unterstreicht so zusätzlich Quasimodos Sehnsucht.

Andere Charaktere wie Esmeralda (Abla Alaoui), Hauptmann Phoebus de Martin (Dominik Hees) und Clopin Trouillefou (Mathias Schlung) wurden alle überzeugend gecastet und spielen ihre Figuren authentisch. Esmeralda bringt Licht in die sonst düstere

Atmosphäre des Musicals. Die Zuschauer*innen schienen stets um das Wohlbefinden der schönen Roma zu bangen und zu hoffen, dass ihre Geschichte nicht in Tragik endet. Ohne viel vorwegzunehmen: Taschentücher und eine Theaterbegleitung sollte man auf jeden Fall parat haben.

Wer ist das Monster und wer ist der Mann?

Als überraschender Publikumsliebhaber entpuppt sich Erzdiakon Claude Frollo (Andreas Lichtenberger), mit dem die Zuschauer*innen eine Art Hass-Liebe-Beziehung führen. Frollo ist von allen Charakteren die wohl tragischste Figur, da er von einer ursprünglichen Barmherzigkeit, dem allmählichen Wahnsinn verfällt, die Welt von dem scheinbar Bösen befreien zu müssen. Warum ist dieser Charakter dennoch so beliebt? Claude Frollo ist die Figur, in der sich jeder einzelne Mensch wiederfinden kann. Von etwas so überzeugt zu sein und sich der Illusion hinzugeben, gute Absichten zu verfolgen, hinter denen sich dann doch schlechte Hintergedanken verbergen. Vielleicht ist es das, was uns als Menschen ausmacht. Doch was ist nun ‚böse‘, und was ist ‚gut‘? Mit dieser Frage wird das Publikum im Laufe des Stücks immer wieder konfrontiert, sodass sich der Erzdiakon nicht als ein klassischer Antagonist herausstellen kann. Man möge sich die Powerballade Das Feuer der Hölle, welche Lichtenberger mit seiner kraftvollen Stimme eindrucksvoll akzentuiert, anhören. Der Song sticht vor allem durch die gekonnten Lichteinsätze und dem Aufbau der Melodie heraus. Anfangs noch an der Frömmigkeit eines Gebetsliedes angelehnt, nimmt der Song bedrohliche Klänge auf und mündet anschließend in einem dramatischen Ende.

Mit Minimalismus zum Ziel

Das Bühnenbild wird in dieser Inszenierung eher schlicht gehalten. Besser gesagt, die Bühne mit einem festen Setting wurde lediglich leicht durch Requisiten abgeändert. Dadurch wird die Kreativität der Rezipient*innen angeregt, da sie sich gewisse Situationen ohne

den Fokus auf die emotionale Story zu legen, anstatt mit einem sonst aufwendigen Bühnenbild vom Wesentlichen abzulenken.

Ein Theatererlebnis für alle?

Liebe, Lust, das Gute, das Böse, Zugehörigkeit, Barmherzigkeit und innere Konflikte. Diese wichtigen



David Jakobs in der Rolle des Quasimodo (© VBW; Deen van Meer)

große Effekte vorstellen müssen. Dieser Minimalismus hat mich Anfangs etwas abgeschreckt, da ich mir sicher war, dass bestimmte Szenen so nicht umgesetzt werden können. Doch im Laufe des Abends wurde mir klar, dass aufwendige Effekte gar nicht nötig sind, weil die zeitlose Geschichte und die fesselnde Musik selbst überzeugen. Am Ende war ich sogar überrascht, wie kreativ manche Vorgänge umgesetzt wurden, beispielweise als Quasimodo Claude Frollo von der Kathedrale stößt. Vielleicht hat dieser Minimalismus zusätzlich dafür gesorgt,

Themen bringt Der Glöckner von Notre Dame zum Vorschein. Wer sich einen entspannten Abend ohne große Reflexion wünscht, dem wird dieses Musical auf den Magen schlagen. Der Glöckner von Notre Dame strebt mit der vorgelegten Geschichte an, eine Auswahl der wichtigsten menschlichen Motive zu reflektieren. Mit Hilfe von Musik und Inszenierung werden sie nahbarer. Es ist eine Geschichte, die ich nie vergessen werde.

Unsere Lieblinge des Semesters

Die Kunst der Hochstapelei Rezension von Kristina Schnabl

„Welch eine Gabe ist die Phantasie und Welch einen Genuss vermag sie zu gewähren“ (Felix Krull)
So spricht der unverwechselbare, von Thomas Mann geschaffene, Hochstapler, den das Volkstheater in München mit viel Witz und Humor seit einigen Jahren gekonnt in Szene setzt. Als Zuschauer findet man sich in einem der kleineren Theaterräume des Volkstheaters wieder, die Karten sind schnell vergriffen. Nichtsdestotrotz lohnt es sich von Anfang bis Ende, in eine Welt der Übertreibungen, Lügen und des Hochstapelns einzutauchen. Auf der Bühne stehen drei Schauspieler in beleuchteten Rahmen, die sich gegenseitig die Bälle zuspieren, sich gegenseitig mit immer wilderen, ausgefalleneren Geschichten überbieten und die verschiedenen Facetten des Felix Krull gekonnt in Szene setzen. Das Stück endet in einem improvisierten Teil: Mit einem Jenga-Turm im Mittelpunkt. Reihum wird ein Stein gezogen, ein Thema aufgegriffen und eine Geschichte, losgelöst von dem Buch, aber mit Felix Krull als Hauptperson, zum Besten gegeben, bis der Turm wie ein Lügengerüst in sich zusammenfällt. Felix Krull ist eine gekonnte, moderne Inszenierung des Volkstheaters, bei der das Lachen garantiert ist.

Too many tabs – der Podcast Rezension von Cindy Peprny

Wusstet ihr, dass man vor nicht allzu langer Zeit Frösche als Schwangerschaftstests benutzt hat? Ich auch nicht, bis ich den *too many tabs*-Podcast von Carolin Worbs und Miguel Robitzky gehört habe. Dort erzählen sich die Moderator*innen einmal die Woche von Rabbit Holes, in die sie während der Internetrecherche regelrecht hineingesogen wurden. Eine Mischung aus vollkommen absurden Themen und dem Anspruch, diese so gut wie möglich zu recherchieren, trifft einen Nerv. Gleichzeitig haben die Moderator*innen eine sympathische Chemie zusammen, und man hat das Gefühl, einem Austausch zwischen guten Freund*innen zu lauschen. Wer also Fan von nutzlosen Fakten und authentischem Humor ist, sollte nächsten Mittwoch unbedingt Reinhören bei *too many tabs*.

Die Rebellion der Alfonsina Strada Rezension von Agnes Fröhlich

Träumerin, Feministin, doch im Herzen eigentlich „nur“ Rennradfahrer*in. Der Roman *Die Rebellion der Alfonsina Strada* von Simona Badelli erzählt die Biografie einer italienischen Rennradfahrer*in. Alfonsina ist eine Frau (*1891), die Mut macht, sich nicht unterkriegen zu lassen und sich über alle Konventionen ihrer Zeit hinwegsetzt. Als eines Tages der Vater ein kaputtes Fahrrad mit nach Hause bringt, fangen Alfonsinas Augen an zu leuchten. Sie weiß, sie will nur noch Eines: Fahrradfahren. Trotz des Fahrverbots ihrer Eltern fährt sie heimlich in der Nacht spazieren und meldet sich für Radrennen an. Ihr großes Ziel ist es, am Giro d'Italia teilzunehmen, dem größten Rennen Italiens, für das jedoch nur Männer zugelassen sind. Auf ihrem Weg dorthin wird sie verhöhnt, verspottet und im Stich gelassen. Doch mit ihrem festen Glauben an sich selbst und daran, als Frau gut genug zu sein, bereitet sie sich darauf vor, Geschichte zu schreiben. Mit einem lebhaften Schreibstil und Wechseln in den Zeitebenen, schafft es die Autorin, Alfonsina Strada als echtes und inspirierendes Leben auf 334 Seiten zusammenzufassen. Es ist ein Buch entstanden, das schnurstracks durchgelesen werden muss. Klare Leseempfehlung.

FOMO – die Angst vor der Absenz

Ein zunehmend verbreitetes Gefühl in einer mediatisierten Gesellschaft

von Shion Arita

Seit Jahren lässt sich in den sozialen Medien die Tendenz beobachten, dass offener über mentale Gesundheit geredet wird. Mehr Influencer*innen sprechen über ihre mentale Gesundheit, sei es in Bezug auf die Beziehung zu Essen oder Erfahrungen mit Depressionen. Durch diesen Diskurs fällt auch vermehrt der Begriff FOMO, der ein Gefühl beschreibt, das ich gut nachempfinden kann.

FOMO, ein Produkt der sozialen Medien?

FOMO ist die englische Abkürzung für *fear of missing out*. Sie beschreibt die Angst, interessante Events zu verpassen und verglichen mit dem Umfeld ein langweiliges Leben zu führen. Das Bewusstsein für dieses konkrete Gefühl hat in den letzten Jahren stark zugenommen, sodass die Abkürzung inzwischen auch im Cambridge Dictionary zu finden ist. Auch vom Gesundheitsmagazin der AOK wird FOMO als ein „unbehagliche[s] Gefühl, [...] oft hervorgerufen durch Beiträge auf Social-Media-Kanälen“, aufgeführt.

Das FOMO Paradox

Auch ich erlebe FOMO, die bei mir häufig durch konstante Einblicke in das Leben anderer hervorgehoben wird. Insbesondere am Jahresende machte ich Erfahrungen mit FOMO: Mein Instagram-Feed wurde mit Videos, zusammengeschnitten aus den Highlights des Jahres, geflutet. Unweigerlich habe ich mich gefragt: *Habe ich zu wenig in diesem Jahr erlebt? Hätte ich mehr Chancen nutzen sollen? Ist mein Leben langweiliger als das von meinem Umfeld?* Meine eigene Zufriedenheit mit dem vergan-



Auf Social Media lässt sich auch das Treffen mit Freunden perfekt inszenieren (unsplash/kelsey chance)

genen Jahr wurde auf diese Weise kurzzeitig gedämpft. Mir ist jedoch bewusst, dass in den sozialen Medien eine eigene, oberflächliche Realität konstruiert wird. Beim Scrollen durch den Feed hält sich demnach meine FOMO in Grenzen und tritt im face-to-face Gespräch umso häufiger auf. Insbesondere beim Treffen mit ehemaligen Mitschüler*innen konnte ich das Gefühl, ein langweiliges studentisches Leben zu führen, nicht abschütteln.

Es ist interessant zu hören, in welchen unterschiedlichen Formen FOMO auftritt. Der Bekanntenkreis in der Heimatstadt sei einer ehemaligen Mitschülerin, die wie ich für das Studium umgezogen ist, komplett egal. Stattdessen verspüre sie FOMO gegenüber ihren Kommiliton*innen. Als Folge zwänge sie sich zu einigen Aktivitäten, denn: „Wenn sie sich ohne mich treffen, dann werden sie ja vielleicht engere Freunde, ohne mich“.

Auf das Paradoxe an FOMO wurde ich durch einen Kommilitonen aufmerksam gemacht. Laut ihm stimmen Ereignisse, die man zu verpassen scheint, häufig nicht

mit den eigenen Interessen überein. „Man weiß, dass es in der Realität nicht so cool ist und dass man selbst keinen Spaß hätte“. Das Gefühl von FOMO ist dementsprechend unbegründet und das Bewusstsein für diese Tatsache liegt vor. Kommt es also nicht darauf an, was wir verpassen, sondern dass wir verpassen?

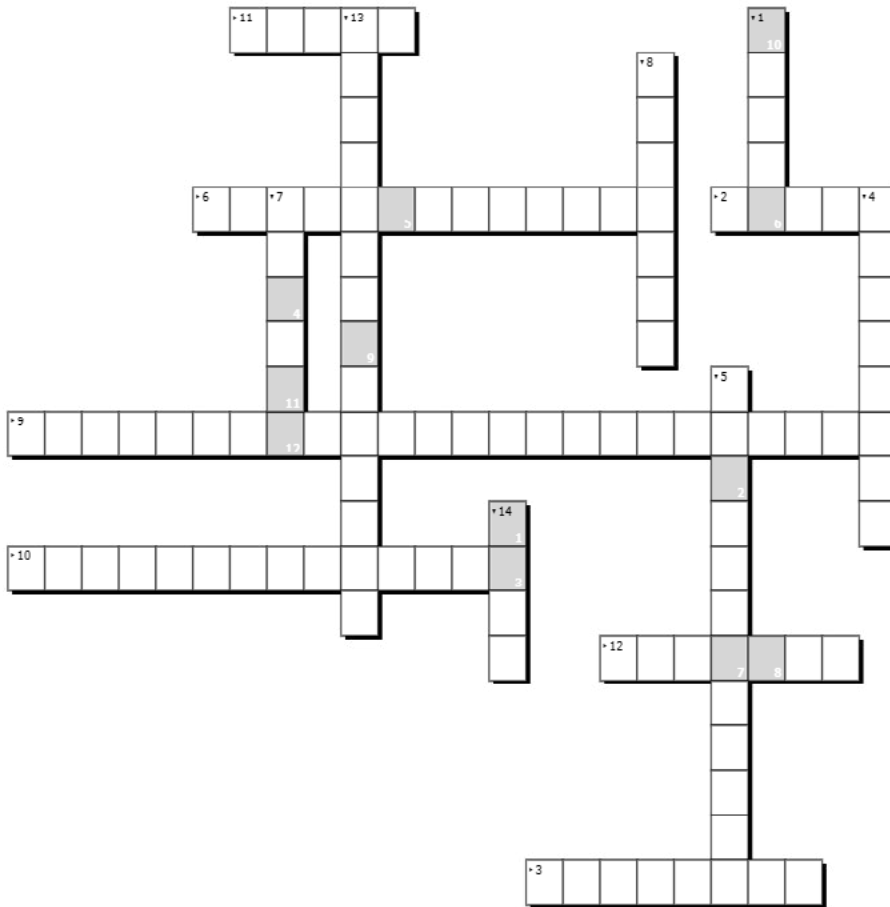
“glad of missing out”

In jüngster Zeit werden in den sozialen Medien vermehrt Videos mit der Beschreibung *glad of missing out* verbreitet. Diese Gegenbewegung zum FOMO romantisiert die Zeit allein sowie das Konzentrieren auf eigene Ziele und Interessen. Wie jedes unangenehme Gefühl lässt sich auch FOMO vermutlich nie komplett umgehen. Die Gegenbewegung *glad of missing out* zeigt jedoch, dass alles eine Frage der Perspektive ist.

Wie man schließlich so schön sagt: „Das Gras auf der anderen Seite des Hügels ist immer grüner“.

Kreuzworträtsel

von Marie Budzinski



1. Was vermissen Studis in der Mittagspause in den Semesterferien am meisten?
2. Welches Tier steht symbolisch für die Campuszeitung?
3. Mit welcher anderen Studi-Zeitung werden wir ständig verglichen?
4. Was ist das Thema dieser Ausgabe?
5. Welche Rubrik berichtet von den Philosophischen Ergüssen an Uniiklos
6. In LMU steht das K für...
7. Wer ist der Vorname des soon-to-be Sonnenkönigs von Bayern?
8. Welche Region von Bayern gehört gar nicht so richtig zu Bayern?
9. Welche Fachrichtung hat den höchsten Justus-Anteil?
10. Wie wird das rosa Gebäude an der Giselstraße liebevoll genannt?
11. Wie heißt der Präsident der LMU mit Vornamen?
12. München ist die Nördlichste Stadt welchen Landes?
13. Bier gilt in München als Grund...
14. Welches Fach schließt neben Lehramt und Medizin noch mit dem Staatsexamen ab?

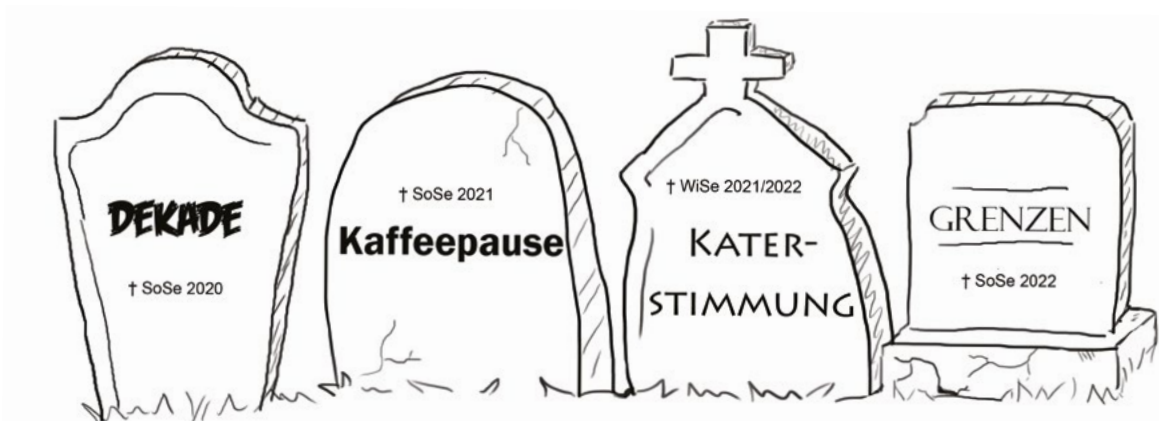
Lösungswort: JOURNALISMUS



Erstellt mit XWords - dem kostenlosen Online-Kreuzworträtsel-Generator
<https://www.xwords-generator.de/de>

Wir trauern

um alle Ausgaben der Campuszeitung,
die Corona zum Opfer gefallen sind.*



*Wegen der Pandemie erschienen die letzten 4 Ausgaben der Campuszeitung nur digital.