

Vorwort

Liebe Leser:innen,

dieses Magazin steht ganz im Zeichen eines Wechsels. Zum einen inhaltlich, denn die dritte Ausgabe unseres Printmagazins folgt dem großen, wenngleich **diffusen** Leitthema *Perspektivwechsel*. Beschreibt dieser veränderte Blick auf unterschiedlichste Sachverhalte ohnehin im Kern unsere Arbeit als *Good News Magazin*, durften wir dabei einmal mehr feststellen, wie relevant das mutige Verlassen eines gewohnten Blickwinkels und das Um- und Andersdenken ist, um kleine ebenso wie große Probleme anzugehen. Das betrifft ganz verschiedene Disziplinen: So zeigt beispielsweise die Finanzierung eines Londoner Kinderkrankenhauses, wie Patentrechte sinnvoll eingesetzt werden können. Und *Missoirs* ebenso wie *Dummy Eva* entstammen inklusiveren Perspektiven abseits der männlichen Norm, die Gleichberechtigung, aber vor allem Sicherheit für alle zum Ziel haben.

Außerdem haben wir für diese Ausgabe mit *Ohren* gesprochen, mit Ökologin und Nachhaltigkeitsberaterin Katharina Brink, *tagesschau*-Sprecher Constantin Schreiber, der jemenitischen Künstlerin Eman Mohammed, Notfallmediziner und *Arzt ohne Grenzen* Tankred Stöbe, dem wohl bekanntesten deutschen Puppenensemble **Ernie und Bert** sowie mit vielen weiteren, deren Erfahrungen eine neue Perspektive auf unsere Gesellschaft, ja vielleicht sogar unser ganzes Leben, ermöglichen. Zuletzt beschäftigten wir uns mit einem selbstreflexiven neuen Blickwinkel: auf das *GNM*, die Grenzen unseres eigenen Wissens – oder auf die eigenen Fehler, wie es *KATAPULT*-Gründer Benjamin Fredrich im Interview tat.

Gleichzeitig fand in den vergangenen Monaten auch hinter den Kulissen des *GNM*s ein Wechsel statt: Viktoria Franke, Paul Esser und ich, zuvor bereits Chefredaktion unseres Online-Magazins, übernehmen seit dieser Ausgabe zudem die Print-Chefredaktion. Das erlaubt uns nicht nur einen Überblick über die Agenda des *Good News Magazins* im **Gesamten**, sondern auch, unsere vielen Ideen in ganz neue Formen zu gießen. Wie bei unserer fast anderthalbjährigen Zusammenarbeit als Online-Chefredaktion stoßen dabei verschiedene fachliche Hintergründe und Interessen zusammen, die ein Themen-Potpourri in Form dieses Magazins überhaupt erst ermöglichen.

Trotz der vielen Änderungen ist eines geblieben: Nach wie vor steht hinter diesen 96 Seiten ein größtenteils **ehrenamtliches** Team aus etwa **20 realistischen Optimist:innen**, die mit viel Leidenschaft daran arbeiten, durch eine positive Berichterstattung für ein Gleichgewicht in der Medienlandschaft zu sorgen.

Zum Lesen braucht es nun nur noch eines: die Bereitschaft, gemeinsam mit uns einen Perspektivwechsel zu wagen.

Viel Spaß dabei!

Nina und Viktoria
und Paul



aber auch ziemlich spannenden...

*stolzes Grinsen

Yeah, teamwork makes the magazine work!

und unglaublich gutes
Diese tollen Menschen seht ihr auf
Seite 90!

Wie Peter Pan kranken Kindern hilft, erwachsen zu werden

4-5

7 positive Effekte der 4-Tage-Woche

20-23

Good News Shots

6



Wellenbrecher gesucht!

Demokratie für die Zukunft wappnen

24-27

Über eine Welt, in der das Wort 'Inklusion' keine Erklärung benötigt

Wie bricht man Stereotype erfolgreich auf?

28-31

Perspektivwechsel über den Journalismus hinaus

7-9

Das Urinal für die Frau und die Antibabypille für den Mann

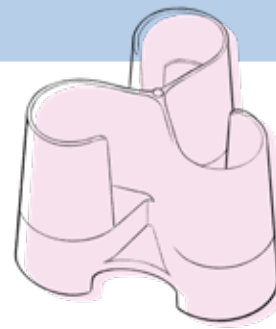
Gleichberechtigung der Geschlechter

32-33

Wenn Datenlücken gefährlich werden können – und was sich tut

Warum ein weiblicher Crashtest-Dummy und geschlechtersensible Medizin wichtig sind

10-13



Arbeiten nach Biorhythmus und Menstruationszyklus

14-17

Was wir von Vogelschwärmen über Nachhaltigkeit lernen

34-38

Warum wir gelassen mit den Grenzen des menschlichen Wissens umgehen sollten

18-19

Zuhör-Kiosk

Zu Besuch in Hamburg

39-45

Die Welt ist mein Campus

Challenge-Based Learning für ein
besseres Morgen

46-49

Neue Wege zur Gesundheit

Spaziergang auf Rezept

50-51

Diese Fotos ermöglichen Bildung

52-57

KATAPULT-Gründer Benjamin Fredrich über eine verantwor- tungsvolle Fehlerkultur

58-61

Mit den richtigen Apps durch Schule, Ausbildung und Studium

62-63

Direct Air Capture: CO₂ raus aus der Atmosphäre statt rein?

64-67



So viele Wege gegen Lebensmittelverschwendung

68-73

Warum wir nur mit Hoffnung weiterkommen

74-77

Ernie und Bert im exklusiven GNM-Interview

78-79



Dein Good News Horoskop

80-81

Kreuzworträtsel

82-83

Ein Selbstversuch mit unserem virtuellen Redaktionsmitglied

Wenn die KI unsere Seiten füllt...

84-85

Jeder Kauf eine Spende

86-89

Das Good News Magazin-Team

90-91

Impressum

92

Wie Peter Pan kranken Kindern hilft, erwachsen zu werden



Luisa Vogt

Vor dem Eingang des *Great Ormond Street Hospital* in London steht eine Statue. Ein Junge streckt den linken Arm nach oben. Eine kleine Fee umschließt den Zeigefinger seiner linken Hand, seine rechte hält er vor den Mund und pustet daraus Feenstaub. Peter Pan und Tinkerbell haben viele von uns früher nach Nimmerland begleitet. Doch mit dem renommierten Londoner Kinderkrankenhaus eint sie eine besondere Verbindung, denn der Autor der Erfolgsgeschichte schenkte Letzterem die Urheberrechte an seinem Werk. Bis heute erhält das Krankenhaus so Lizenzgebühren und damit wichtige Einnahmen für Investitionen in noch bessere Behandlungsmöglichkeiten für kranke Kinder.

Ein überraschendes Geschenk

Seit über 100 Jahren entführt Peter Pan Groß und Klein in eine Fantasiewelt voller Magie und Abenteuer. Geschaffen wurde die Figur des Jungen, der nicht erwachsen werden will, von Autor James Matthew Barrie. Er schrieb die Geschichte zunächst als Theaterstück. Die Uraufführung in London im Dezember 1904 war ein voller Erfolg, 1911 folgte die Romanadaption „Peter und Wendy“. Das Buch avancierte sofort zum Bestseller, heute ist die Geschichte von Peter Pan, Wendy Darling, den Lost Boys und ihren Abenteuern in Nimmerland auch durch die Disney-Verfilmung ein Klassiker.

Wie jedoch erhielt das *Great Ormond Street Hospital (GOSH)* die Rechte an der Erfolgsgeschichte?

Barrie war langjähriger Unterstützer des *GOSH*. Als ihn das Krankenhaus im Jahr 1929 bat, als Teil eines Komitees die Erweiterung des Gebäudes um einen neuen Flügel zu unterstützen, lehnte er ab. Er wollte „einen anderen Weg finden, um zu helfen“. Zwei Monate später erfuhr die erstaunte Klinikleitung, dass Barrie dem Krankenhaus alle Rechte an seiner Geschichte vermacht hatte. Er erklärte seine Entscheidung später mit den Worten:

„Es gab eine Zeit, in der Peter Pan als Invalide im

Ein Londoner Kinderkrankenhaus erhält durch die Urheberrechte an Peter Pan zusätzliche Einnahmen für die Versorgung kranker Kinder.“

Krankenhaus lag ..., und er war es, der mich zu dieser kleinen Sache angestiftet hat.“

Von zehn kleinen Patient:innen zu über 250.000

Für das *Great Ormond* ist die Schenkung viel mehr als eine „kleine Sache“. Denn die Urheberrechte an Peter Pan gewähren dem *GOSH* eine wichtige zusätzliche Einkommensquelle. Auch dadurch kann das Klinikum seinem Ruf als eines der besten und fortschrittlichsten Kinderkrankenhäuser weltweit gerecht werden.

Das *GOSH* wurde 1852 als *Hospital for Sick Children (at Great Ormond Street)* gegründet. Als erstes Krankenhaus in der englischsprachigen Welt war es spezifisch auf die medizinischen Bedürfnisse von Kindern ausgerichtet. Unter der Aufsicht von Gründer Dr. Charles West erhielten die kleinen Patient:innen dort nicht nur eine auf ihre Nöte angepasste Behandlung, sondern auch Unterkunft und Verpflegung.

Die Anfänge des Klinikums, das heute eines der größten Zentren für Pädiatrie ist, waren bescheiden: Nur zehn Betten gab es für die jungen Patient:innen. Heute werden im *GOSH* über 250.000 Patient:innen im Jahr behandelt, mehr als 40.000 davon stationär. Mit über 60 verschiedenen Spezialisierungseinrichtungen bietet es das umfassendste Behandlungsangebot für erkrankte Kinder im Vereinigten Königreich. Besonders bekannt ist das *GOSH* als Zentrum für Herztransplantation, Neuromedizin und Krebserkrankungen.

Geschichten der Hoffnung

Auf diesen Gebieten konnte das Krankenhaus, in Zusammenarbeit mit anerkannten Forschungseinrichtungen, im Laufe seiner Geschichte mehrere bahnbrechende Erfolge verzeichnen. Erst jüngst feierte das *GOSH* einen weiteren großen Durchbruch: Dank einer neuen Form der Zelltherapie gelang es ihnen erstmals, eine aggressive Form der Leukämie bei einer jungen Patientin effektiv zu behandeln.

Alle anderen Behandlungsmethoden waren bei der 13-jährigen Alyssa zuvor gescheitert. Ohne die von den Ärzt:innen des *GOSH* zusammen mit Wissenschaftler:innen der *London University* entwickelte Therapie wäre ihr nur die Palliativstation als Option geblieben. Doch die Behandlung zeigte schnell Erfolge, nach sechs Monaten konnten die Ärzt:innen keine Krebszellen mehr nachweisen. Und Alyssa konnte zu ihrer Familie zurückkehren.

Es sind Geschichten wie die von Alyssa, die ein wenig von der Magie Peter Pans in unserer Realität spürbar machen. Möglich werden sie auch durch die zusätzlichen Gelder, die das Copyright dem Krankenhaus bis heute einbringt. Zwar stammt der Großteil des Klinikbudgets vom britischen Gesundheitssystem. Zehn Prozent erhält das Krankenhaus jedoch nach wie vor über Spendenkampagnen und andere Einkommensquellen.

Dabei ist der Beitrag der Einnahmen aus dem Peter Pan Medienuniversum nach wie vor „signifikant“, so Christine de Poortere, die die Peter Pan Abteilung der krankenhauseigenen Stiftung *Great Ormond Street Hospital Children's Charity* leitet. Wie hoch genau allerdings, bleibt geheim – gemäß dem Wunsch Barries, an den sich das Krankenhaus weiterhin hält. Sicher jedoch ist: Gerade im Gesundheitssektor kann jedes zusätzliche Pfund entscheidend sein.

Einzigartiges Copyright für Peter Pan

Umso schöner, dass dem *GOSH* diese ungewöhnliche finanzielle Unterstützung erhalten bleibt. Und zwar für immer. Für gewöhnlich gehen die Rechte an einem Werk ab einem bestimmten Zeitpunkt – abhängig vom jeweiligen Land oftmals einige Dekaden nach dem Tod des Urhebers – in die öffentliche Domäne über.

Nun ist aber kaum etwas an der Beziehung zwischen dem Londoner Kinderkrankenhaus, dem Helden Peter Pan und seinem Autor gewöhnlich und das gilt auch für das Copyright. Als nämlich im Jahr 1987, 50 Jahre nach Barries Tod, das Urheberrecht zum ersten Mal auslief, erhielt das *GOSH* Unterstützung von (fast) ganz oben.

Auf Vorschlag des damaligen Premierministers Lord Callaghan verabschiedete das House of Lords 1988 eine Sonderregelung des britischen Copyrights. Diese spricht dem Krankenhaus innerhalb des Vereinigten Königreichs auf unbegrenzte Dauer die Rechte an allen Adaptionen der Geschichte von Peter Pan zu, sei es in Form von Buch, Film, Theater- oder Radioproduktion. Die Regelung ist bis heute die einzige ihrer

Art – und für das Krankenhaus ähnlich magisch wie Tinkerbells Feenstaub.

Neverland am Great Ormond Krankenhaus

Die besondere Beziehung zwischen dem renommierten Kinderkrankenhaus und Peter Pan ist inzwischen sogar selbst auf Leinwand gebannt: Im 2015 veröffentlichten Fernsehfilm „Peter and Wendy“ reist die junge Lucy, Patientin am *GOSH*, in der Nacht vor ihrer Herztransplantation im Traum nach Nimmerland. Der Film gewann einen Emmy bei den Kinder-Festspielen 2016. Das Krankenhaus gewinnt jedoch nicht nur durch externe Produktionen des berühmten Klassikers, sondern hat auch schon eigene Adaptionen veröffentlicht, darunter ein Bilderbuch oder das Kinderbuch „Peter Pan in Scarlet“, eine Fortsetzung von Barries ursprünglicher Geschichte. Es veranstaltet zudem regelmäßig Theaterinszenierungen des Stücks, sowohl in Zusammenarbeit mit britischen Theatergruppen als auch innerhalb des Krankenhauses. Besonders an der krankenhauseigenen Schule ist das Spiel fester Teil des Programms.

Apropos fester Teil: Inzwischen gibt es am *Great Ormond Krankenhaus* sogar eine eigene Peter Pan Station. Dort werden vorwiegend Operationen an Hals, Nase, Ohr oder Mund vorgenommen, darunter auch plastische Eingriffe und Implantationen von Hörprothesen. Platz für 18 kleine Patient:innen gibt es auf der Station, die meisten von ihnen sind unter fünf Jahre alt.

Ein bisschen Feenstaub

Die Geschichte des *Great Ormond Street Hospitals* hat in mancherlei Hinsicht selbst etwas von der Magie einer Reise nach Nimmerland. Von der unverhofften Übertragung der Urheberrechte durch J. M. Barrie bis zum Einsatz der Mitglieder des House of Lords scheint das Kinderkrankenhaus mit der ein oder anderen Prise magischen Feenstaubs bedacht worden zu sein.

Äußerst real sind jedoch die Vorteile, die sich durch die Lizenzgebühren ergeben und die dazu beitragen, dass weiterhin zehntausende kranke Kinder und ihre Familien jedes Jahr von der besten medizinischen Behandlung in Londons ältestem Kinderkrankenhaus profitieren. Und da die Fantasiewelt Peter Pans weiterhin Jung und Alt begeistert, wird wohl ein bezauberndes Paradox noch viele Jahre bestehen: Dass der Junge, der nie erwachsen werden will, nun kranken Kindern dabei hilft, genau das zu tun. ■

Good News Shots

Hier zeigen wir euch sieben Good News, die euch und uns in den letzten Monaten bewegt haben.

Mehr Biodiversität im Niger

Mit der Halbmond-Technik konnte die Bevölkerung des Niger, eines der trockensten Länder der Erde, die Natur wiederbeleben.



Frauen-Busse in Pakistan

Busse nur für Frauen ermöglichen ihnen einen sicheren Schul- und Arbeitsweg ohne Angst vor Übergriffen oder sexueller Belästigung.



Neue Krebs-Behandlungsmethoden

Zu den neuen Durchbrüchen in der Krebsforschung zählt ein Impfstoff, der das unkontrollierte Wachstum von Krebszellen verhindern soll.



Aus Festival wird Notunterkunft

Das Start-up *My Molo* stattet im Sommer Veranstaltungen mit mobilen Hotelzimmern aus. Im Winter werden diese zu Notunterkünften für obdachlose Menschen.



Zunehmende Gleichberechtigung in Südkorea

Seit Februar stehen gleichgeschlechtlichen Paaren dieselben Regelungen der Krankenversicherung zu wie heterosexuellen Ehepaaren.



Erste Sesamstraßen-Bewohnerin mit Behinderung

Mit Elin zieht die erste Puppe mit Behinderung in die deutsche Sesamstraße ein und sorgt so für ein inklusiveres Fernsehprogramm.



Klimaneutraler Wasserstoff aus Meerwasser

In einem Pilotprojekt konnte mithilfe von Windkraftanlagen erfolgreich klimaneutraler Wasserstoff aus Meerwasser gewonnen werden.



Perspektivwechsel über den Journalismus hinaus

Das leitende Motiv dieser Ausgabe hat uns auch dazu gebracht, unser Selbstverständnis und die Philosophie hinter dem *Good News Magazin* einmal mehr zu hinterfragen. Ein Einblick in Gespräche aus der Redaktion.

Nina Kegel



Perspektivwechsel sind nicht nur leitendes Thema dieses Magazins, sondern vielmehr Leitmotiv unserer Arbeit. Doch wieso machen wir überhaupt, was wir machen und wie wir es machen? Dazu müssen wir uns ansehen, was der Nachrichtenkonsum mit uns macht. Mit den Folgen von (negativem) Nachrichtenkonsum beschäftigt sich ein stetig wachsendes Forschungsfeld, dessen empirische Untersuchungen einen gemeinsamen Tenor haben: Nachrichten machen krank. Und, für unsere Arbeit noch wichtiger: Eine lösungsorientierte Berichterstattung, die neben Problemen auch Handlungsoptionen darlegt, sorgt dafür, dass Menschen inspirierter, motivierter und glücklicher sind.

Das also zu denen, die Medien konsumieren. Wir wollen allerdings einen Blick auf die werfen, die nicht nur Medien konsumieren, sondern auch Medien machen. Konkret: unsere Redaktion. Deswegen habe ich mit verschiedenen Redakteur:innen darüber gesprochen, was den Perspektivwechsel, um den wir uns in unserer Berichterstattung tagtäglich bemühen, ausmacht und wie er ihr Denken und Handeln in der Redaktion und im Alltag beeinflusst.

Der GNM-Perspektivwechsel

Der GNM-Perspektivwechsel meint vor allem, den Blick auf positive Entwicklungen und Lösungsansätze zu richten und so für mehr Gleichgewicht in der allgemeinen Berichterstattung zu sorgen. Doch Achtung, um die gängigste Kritik gleich vorwegzunehmen: Wir nehmen dabei nicht einen naiven Blick ein, der alles Negative leichtfertig ausblendet. Denn unsere Inhalte sind mehr als herzerwärmende Nachrichten über gerettete Schildkröten. Wir beschäftigen uns vor allem mit Lösungen. Und wer sich mit Lösungen beschäftigt, beschäftigt sich auch mit Problemen. Keine rosarote Brille also.

Meiner Kollegin Luisa ist deshalb ebenso wichtig wie mir, unsere Arbeit von reinem *Feel Good-Journalismus* (intern auch gerne als „Flausch“ bezeichnet) abzuheben:

„Es geht uns nicht darum, alles rosa zu machen. Es geht uns darum, zu zeigen: Nach einem Problem geht es noch weiter. Und es gibt Lösungsansätze. Damit zeigen wir auf, dass es eine andere Perspektive gibt.“

Paul, der nun fast zwei Jahre erst in Redaktion und PR-Team und nun in der Chefredaktion mitwirkt, unterstreicht diese Aussage, typisch für ihn, sehr bildlich:

„Wir motivieren, wir berichten über Menschen, die schon in die richtige Richtung gehen, die man mitgehen kann. Wir sind kein Hammer, der mit einem 'Alles ist kompliziert, schlecht und am Ende sowieso verloren' Hoffnung zertrümmert. Wir bauen Dinge, Hoffnung, Menschen auf. Das klingt sehr pathetisch, aber ich glaube, das ist am Ende die Art und Weise, wie wir als Gesellschaft überhaupt Probleme angehen und lösen können.“

Im Kleinen anfangen

Im Gespräch macht Luisa schnell deutlich, dass ihre Arbeit beim *GNM* zuallererst von einem anderen Perspektivwechsel bestimmt war – dem, der das Journalist*insein zum zentralen Gegenstand hat. Denn während Schlagzeilenjournalismus und Schützenfest-Berichterstattung dafür sorgten, dass für sie ein Karla-Kolumna-Dasein kaum infrage kam, holte das *Good News Magazin* mit seinem konstruktiven Ansatz Journalismus wieder auf ihre Job-Landkarte. Ihr Fazit: Positiver Journalismus oder gar keiner.

„Hier kann ich mir supercoole, offene Themen aussuchen oder auch einfach schauen: Was finde ich überhaupt spannend? Dann fange ich an, zu einem Thema zu recherchieren.“

Rahel, die zum Zeitpunkt des Gesprächs erst etwa einen Monat beim *GNM* ist, teilt diese Erfahrung. Beiden werden durch ihr Schreiben (globale) Probleme umso bewusster: Barrieren im digitalen Raum beispielsweise. Oder Periodenarmut: ein global relevantes Problem, klar, „doch da wird auch schon total viel gemacht“, betont Luisa und erzählt von Binden aus Ananaspflanzen. „Mit einem anderen Gefühl rauszugehen, das ist ja das Schöne“, fasst sie zusammen.

Wer Großes erreichen will, muss klein anfangen. Deswegen beginnt der positive Ansatz bereits in unserer Redaktion. Rahel und Luisa betonten insbesondere, wie sehr sie die konstruktive Kommunikations- und Feedbackkultur und die gegenseitige Wertschätzung bestärke. Für Luisa angesichts der *GNM*-Philosophie nur logisch: „Ich glaube, man muss auch einfach so denken, wenn man bei uns anfängt. Wenn man konstruktive Berichterstattung macht, aber destruktiv mit Feedback umgeht, passt das nicht zusammen.“

Konstruktiver Perspektivenwechsel in Journalismus und Alltag

Besonders präsent war in den Gesprächen mit Luisa, Rahel und Paul ein Thema: Wie sie den konstruktiven Ansatz auch in ihrem Alltag leben. Alle drei betonten, dass ihnen seit ihrem Engagement beim *GNM* die Negativität in Berichterstattungen umso mehr auffalle. Negative Entwicklungen stünden meist im Vordergrund, doch es „ist ja gar nicht normal, dass wir immer nur mit so viel Negativem konfrontiert werden“, meint Luisa. Gleichzeitig fielen positive umso mehr auf, erklärt Rahel: „Wenn ich mich jetzt informiere, sehe ich nicht mehr nur die schlechten Nachrichten.“ Mit ihrer journalistischen Arbeit würde ihnen auch eine Art Werkzeug in die Hand gegeben, um in persönlichen, pessimistischen Gesprächen aufzuzeigen, wo es doch auch positive Entwicklungen gibt.

Die Reaktionen, das können wohl alle im Team bestätigen, schwanken daraufhin meist zwischen Überraschung, Innehalten und einer abwinkenden Geste des Gegenübers. Jaja, stimmt schon. Umso schöner ist es, wenn sich tatsächlich ein überraschender Resonanzboden auftut. „Ihr habt meinen Blick auf die Welt verändert“, stellte neulich eine Leserin fest. Und gab uns damit nichts weniger als die Erklärung für all unsere Mühen.

Klar wird: Nicht nur mit dieser Ausgabe, sondern mit unserer gesamten Arbeit wollen wir einen Perspektivwechsel weitertragen. Mit diesem Perspektivwechsel für Hoffnung zu sorgen, braucht Mut, meint Paul. Doch Mut gibt es in unserer Redaktion jede Menge.

Perspektivwechsel fängt bei uns an

Der lösungsorientierte Ansatz unserer Arbeit beeinflusst die GNM-Redaktion auch abseits der journalistischen Arbeit. Wir haben einige Beispiele dafür aus der Redaktion zusammengetragen:

Bei mir ist es vor allem ein allgemeines Gefühl einer *Good News Enzyklopädie* in meinem Kopf: Bei unfassbar vielen Gesprächen über all die Probleme – aber auch neutrale Themen – in der Welt denke ich an die Lösungen und guten Nachrichten, die wir veröffentlicht haben. Ich kenne fast alle auswendig: seit Juni 2016 etwa eine Nachricht pro Tag – $7 \times 365 = 2555$ Good News (im Juni 2023).

David Gaedt, Co-Gründer und Geschäftsführer

Bei mir werden die Rezepte der Good Food Stories nachgekocht. Das hat einen Abend hervorgebracht, an dem wir im Freundeskreis das *Perfekte Dinner* veranstaltet haben unter dem Motto „Reste in Peace“. Und der Borschtsch von Starkoch Ievgen Klopotenko mundete und mündete in ein spannendes Gespräch über das Wiederentdecken kultureller Wurzeln durch Gerüche und Geschmäcker.

Florian Vitello, Co-Gründer und Geschäftsführer

Bei mir hat sich so viel geändert durch diesen neuen Blick auf die Welt. Ich hole mir einen nachhaltigen Handytarif oder ein grünes Deo, weil ich vor unseren Artikeln darüber nicht wusste, dass das möglich ist. Ich lese Nachrichten anders und ärgere mich, wenn ein „dramatischer“ Titel gewählt wird, obwohl der Inhalt Mut machen kann. Aber vor allem verstehe ich den Schmetterlingseffekt kleiner Dinge auf große Entwicklungen viel besser.

Viktoria Franke, Chefredakteurin

Ich bin seitdem überzeugt, dass erneuerbare Energien schnell und einfach überall eingesetzt werden könnten. Immer wenn jemand jammert und Sätze kommen wie: „Aber es geht halt nicht anders“, kommen mir die ganzen Beispiele in den Sinn, zum Beispiel wie Solarenergie auf Straßen erzeugt werden kann (und wird) oder mit Algen (und überhaupt wie geil Algen sind) oder oder oder. Auch muss ich immer an das Dorf denken, das 800-mal mehr produziert, als es verbraucht, und dies ausschließlich durch erneuerbare Energien. Einfach, weil sie schon vor 15 Jahren umgestellt haben – und eine starke, mutige Bürgermeisterin haben ... Tausend andere Artikel könnte ich noch aufzählen zu diesen Themen. Zukunftsangst adé. Achja und ich habe über Banken noch mehr gelernt dank meines Artikels zur *tomorrow-Bank* und gebe dieses Wissen oft in Gesprächen weiter.

Lucia Oiro, Co-Gründerin und Qualitätsmanagerin

Es mag vielleicht ein wenig kitschig klingen, aber meine allgemeine Arbeit bei GNM hat in mir vieles ausgelöst, um ein Stückchen „besser zu leben“. Vor allem die Artikel, mit denen ich mich selbst lange für die Recherche befasst habe, hatten einen Impact auf mich. Interviews mit Menschen wie Straßenmusiker Michael Insinger inspirierten mich, Aussteiger-Lebenswegen mehr Begeisterung zu schenken. Der Artikel über die *mundraub-App* brachte mich dazu, wieder Pilze sammeln zu gehen und eigenes Gemüse auf meiner Terrasse anzupflanzen. Und jeder Artikel über nachhaltige Reformen und Forschungsmeilensteine in der Medizin schenken Hoffnung. Meine Berufskrankheit: Ich sehe mehr Gutes.

Mara Betjemann, Redakteurin



Warum ein weiblicher Crashtest-Dummy und geschlechtersensible Medizin wichtig sind



Foto © Byelkova | Depositphotos.com

Wenn Datenlücken gefährlich werden können – und was sich tut

Die sogenannte *Gender Pay Gap* schafft es immer wieder in die Medien: Die unterschiedliche Bezahlung von Frauen und Männern ist weltweit ein Thema. Global gesehen erhalten Frauen 20 Prozent weniger Bezahlung als Männer. In Deutschland beträgt die Lohnlücke 18 Prozent. So ärgerlich dieser Umstand ist, gibt es zwei *Gender Gaps*, die vor allem gefährlich für Frauen sein können: die Lücken in der Medizin und in der Sicherheit. Hier gibt es erste Erfolge, die Mut machen.

Viktoria Franke

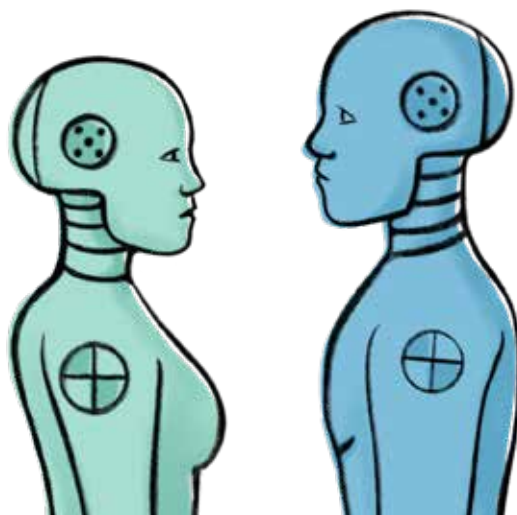


Illustration: Giulia Grünke



Caroline Criado Perez veröffentlichte 2019 ihr Buch „Invisible Women: Exposing Data Bias in a World Designed for Men“ – auf Deutsch „Unsichtbare Frauen:

Wie eine von Daten beherrschte Welt die Hälfte der Bevölkerung ignoriert“. Sowohl der Originaltitel als auch die Übersetzung fassen die Lektion des Buches bereits zusammen. Die Welt ist für Männer design, 51 Prozent der Bevölkerung werden ignoriert.

Buchtitel müssen selbstverständlich auch überspitzen und verkaufen. Doch die Lektüre zeigt, dass dieses Fazit leider faktenbasiert ist und es Datenlücken an zahlreichen Fronten gibt: So ist beispielsweise die Standardtemperatur in Büros oft zu kühl für Frauen oder die Regale in den Läden zu hoch, dass die obere Ebene nur mit Mühe von Frauen erreicht werden können. Deutlich signifikanter und riskanter sind diese Lücken, wenn es um für Männer entwickelte Medikamente geht, die bei Frauen anders wirken. Oder um Crashtest-Dummys, die laut EU-Regelung immer noch „denen eines männlichen Erwachsenen“ entsprechen müssen und weder die weibliche Größe noch die Körperform einer Frau bedenken.

Wir haben uns angeschaut, was sich seit Perez Buch in den Bereichen Gesundheit und Sicherheit getan hat. Bad News für die Lücken, Good News für Frauen (und überhaupt alle).

Sicherheit

Das *Schwedische Forschungsinstitut für Straßen- und Verkehrswesen (VTI)* hat erstmals einen weiblichen Crashtest-Dummy vorgestellt, um geschlechtsunabhängig mehr Sicherheit im Verkehr zu garantieren. Das *Good News Magazin* war bei der Online-Präsentation dabei.

Die Daten zeigen, dass Frauen bei Verkehrsunfällen im Durchschnitt doppelt so häufig verletzt werden wie Männer. Vor allem die Zahl der Nackenverletzungen ist bei Frauen besonders hoch. Diese Erkenntnis scheint landesunabhängig zu sein, wie Studien auf der ganzen Welt zeigen.

Die Dominanz des 50-Perzentil-Manns

Seitenairbags, Nackenstützen, Gaspedale – in einem Auto ist alles normiert für den sogenannten 50-Perzentil-Mann. Er wiegt 78 Kilogramm und misst 1,75 Meter. Die eine Hälfte der europäischen Männer ist größer, die andere kleiner. Dieser Norm-Dummy wird heute für die meisten Crashtests verwendet.

Der Crashtest-Dummy, der bisher als Stellvertreterin

für Frauen verwendet wurde, ist eine verkleinerte Version der männlichen Puppe und hat ungefähr die Größe eines 12-jährigen Mädchens. Nimmt man weibliche Durchschnittsgrößen an, entspricht die Puppe mit einer Größe von 149 Zentimeter und einem Gewicht von 48 Kilo nicht einmal fünf Prozent der Frauen weltweit.

Das schwedische Team rund um Dr. Astrid Linder, Professorin für Verkehrssicherheit am *VTI*, ist dabei, diese *Gender Data Gap* zu schließen.

Dummys sollen menschenähnlicher werden

Eva, so heißt der weibliche Dummy, wird deutlich leibensechter. Der Schwerpunkt bei ihrer Entwicklung lag auf menschenähnlichen Bewegungen der Wirbelsäule, des Nackens und der Schultern sowie auf einer realistischen Weichheit des Körpers, um eine gute Interaktion mit dem Fahrzeugsitz zu ermöglichen. Die Teile sind mit sehr hoher Präzision hergestellt. Eva ist 1,62 Meter groß und wiegt 62 Kilogramm. Ihr Körper ist weiblicher geformt und verfügt über einen anderen Schwerpunkt, indem beispielsweise Hüften und Becken unterschiedlich ausgeprägt sind. Auch Torso und Muskeln sind realistischer aufgebaut. Die Option, innerhalb der Dummy-Familie weitere Repräsentation zu schaffen, gilt auch für schwangere Dummys. „Bisher wurden Simulationen mit schwangeren Insassen nur an der ‘fünf Prozent weiblichen’ und an der männlichen Puppe durchgeführt. Nicht an der weiblichen, das muss noch nachgeholt werden“, erklärte uns Dr. Astrid Linder im Rahmen einer Präsentation von Eva. Das Interesse an den schwedischen Modellen ist international sehr hoch. Derzeit werden Gespräche mit Prüforganisationen in Europa und den USA geführt. Ziel ist es, die Entwicklung der schwedischen Modelle abzuschließen, sodass sie in der Praxis zur Bewertung des Schutzes vor Schäden bei einem Unfall eingesetzt werden können.

„Die Abmessungen und Massen der Prüfpuppe für den Seitenaufprall entsprechen denen eines männlichen Erwachsenen (...) ohne Unterarme.“

ECE-Regelung R95

Nun gibt es nur noch eine Hürde: Das Zulassungsverfahren in der EU schreibt aktuell explizit den 50-Perzentil-Mann für Zulassungsverfahren vor:

Dr. Astrid Linder fordert, dass sich diese Regelung ändert. Die Vereinten Nationen überprüfen bereits, ob sie ihre Vorschriften künftig anpassen.

Gesundheit

Um die *Gender Health Gap* besser zu verstehen, haben wir uns zum Interview mit Dr. Marieke Bigg verabredet. Im Februar veröffentlichte die britische Autorin und promovierte Soziologin ihr Buch „This Won't Hurt: How Medicine Fails Women“. Aufgewachsen in einer Familie, in der beide Elternteile als Arzt bzw. Ärztin praktizierten, war irgendwann „die kritische Masse an persönlichen Erfahrungen erreicht“, die sie dazu motivierten, ihre Doktorarbeit als Buch zu veröffentlichen.

„Ich habe mich ob meiner Erfahrungen in der Medizin betäubt gefühlt und irgendwann reflektiert, dass das ein systemisches Problem ist“, sagt Bigg im Interview. Die Lücke in der Medizin und gesamten Gesundheitsbranche hat komplexe Ursachen: Die Medizin ist in den vorigen Jahrhunderten in einer patriarchalen Struktur gewachsen. Der männliche Körper war in der Ausbildung und Forschung stets Standard, sodass Symptome, Medikamente oder Behandlungsmethoden stets an Männern ausgerichtet waren – und sind. Dass allerdings Frauen andere Symptome haben könnten oder auf Medikamente anders reagieren, ist erst in den letzten Jahren vermehrt in den Fokus geraten.

Bei einem Herzinfarkt zeigen Frauen anstelle der typisch männlichen Symptome (Brustschmerzen, Engegefühl in der Brust) ganz andere Symptome, wie z. B. Übelkeit, Erschöpfung und Erbrechen.

Ein weiteres Problem sei, so Bigg, dass Gynäkologie „als unsexy geltendes Forschungsgebiet“ gehandelt würde. Es gibt deutlich weniger Forschungsgelder als bei Herzkrankheiten oder in der Krebsforschung. Zudem kritisiert Bigg, dass Frauen „oft noch als Fruchtbarkeitsgefäß verstanden werden. Dabei war die Fortpflanzung nie nur ein Randgebiet der Forschung, sondern ist mit allen anderen Bereichen verbunden und sollte entsprechende Aufmerksamkeit bekommen.“

Als Beispiel nennt sie ein Forschungsprojekt zu einem Biotech-Modell eines Endometriums: „Im Rahmen

der Untersuchung stellten die Wissenschaftler:innen fest, dass die Gebärmutter Schleimhaut eine großartige Quelle für Stammzellen ist. Und Stammzellen sind so etwas wie das Arbeitspferd der Forschung, insbesondere in der regenerativen Medizin.“

Eine geschlechtersensible Zukunft

An solchen Beispielen zeigt Bigg im letzten Teil ihres Buches eine Zukunft auf, die Hoffnung macht. „Ich war wirklich wütend beim Forschen, hoffnungslos und aufgelöst. Was mich angetrieben hat, war der Enthusiasmus, was möglich ist, wenn man Frauen mehr in den Mittelpunkt der Forschung stellt.“

Ihr Heimatland legt dabei vor: Die Ernennung von Dame Lesley Regan als „Gesundheitsbotschafterin für Frauen“ 2022 soll im Vereinigten Königreich die Gesundheitslücke zwischen den Geschlechtern schließen. Die Vorsorge soll effizienter und fairer gestaltet und Hürden abgebaut werden. Der wichtigste Erfolg dieser Ernennung einer Gesundheitsbotschafterin ist womöglich nicht einmal direkt greifbar. Es wird Frauen damit gezeigt: Wir hören euch zu. Denn laut Bigg trauen sich viele Frauen nicht, zum Arzt zu gehen, aus Angst, dass ihre Schmerzen oder Sorgen nicht ernst genommen werden.

2021 startete der staatliche Gesundheitsdienst *NHS* in Großbritannien bereits einen Versuch, um diese Angst vorm Praxisbesuch nicht zu einer Gefährdung für die Gesundheit werden zu lassen: Über 31.000 Frauen erhielten im Rahmen der Aktion Kits, mit denen sie *HPV*-Abstrichtests bequem daheim durchführen konnten.

Diese kleinen Erfolge sind wichtig, doch ich frage Bigg, was es bedarf, um das System an sich zu ändern. „Mehr Frauen in der Forschung, mehr Patientinnen in Studien. Nur so kann eine echte Repräsentation aller Körper gewährleistet werden.“

Denn gendergerechte Medizin heißt nicht gleich Frauenmedizin. Bei der Behandlung von Depression und Osteoporose sind beispielsweise bislang Männer im Nachteil, bei der Behandlung von Herzerkrankungen die Frauen. Oder wie Bigg es sagt: „Das Ziel einer gerechteren Medizin ist erst erreicht, wenn das Geschlecht keine Rolle mehr spielt.“ ☺

Unsere Lesetipps zum Thema:

- „Unsichtbare Frauen - Wie eine von Daten beherrschte Welt die Hälfte der Bevölkerung ignoriert“ von Caroline Criado-Perez
- „Wir sind doch alle längst gleichberechtigt!“ von Alexandra Zykunov

- „Gendermedizin: Warum Frauen eine andere Medizin brauchen: Mit Praxistipps zu Vorsorge und Diagnostik“ von Schmid-Altringer, Dr. med. Stefanie
- „This Won't Hurt: How Medicine Fails Women“ von Marieke Bigg



Mehr Frauen in der
Forschung, mehr Patien-
tinnen in Studien.
Nur so kann eine echte
Repräsentation aller
Körper gewährleistet
werden.

Marieke Bigg



Individuell und entstigmatisiert: Der neue Arbeitsalltag



Arbeiten nach Biorhythmus und Menstruationszyklus



Periodenfreundliche Arbeitsplätze und Schichtpläne nach der inneren Uhr: So können individuelle Arbeitsmodelle unseren Lebensalltag und unsere Gesundheit positiv beeinflussen.

Luisa Vogt

„Bloß kein 9 to 5 Job“, das singen nicht nur Kraftklub, auch ein immer größerer Teil gerade jüngerer Arbeitnehmer:innen wünscht sich Alternativen zur klassischen 40-Stunden-Woche. Nicht zuletzt durch die Covid-19-Pandemie ist der Arbeitsalltag für viele Menschen schon flexibler geworden. Es gibt jedoch noch Luft nach oben: Was, wenn wir unseren Arbeitsalltag an dem orientieren könnten, was unser Körper uns vorgibt – zum Beispiel an unserem Biorhythmus oder gar am Menstruationszyklus? Wie das in der Praxis funktionieren kann und welche Vorteile eine solche Umstellung mit sich bringt, haben uns Menschen erklärt, die es ausprobiert haben.

Von Eulen und Lerchen

Anita Weiß beschäftigt sich schon lange mit der Frage, wie eine gute Zeiteinteilung funktionieren kann. Ihre Erkenntnisse teilt die *Zeitplanerin* im gleichnamigen Podcast und auf ihrem Blog. Mit ihrem eigenen Biorhythmus setzte sie sich allerdings erst viel später auseinander, nämlich nach Recherchen für einen Podcast über Chronotypen.

Chronotypen sind das, was wir nicht fachlich als die innere Uhr bezeichnen würden. Sie entscheiden, zu welchen Tageszeiten wir uns wach oder müde fühlen, mehr oder weniger produktiv sind. Bekannte Chronotypen sind Lerchen (die klassischen

Frühaufsteher:innen) und natürlich die (Nacht) Eulen, die dann produktiv werden, wenn die Lerchen bereits tief und fest schlafen. Tatsächlich sind die meisten Erwachsenen aber eher Mischtypen.

Nur die wenigsten von uns wissen wirklich über ihren eigenen Biorhythmus Bescheid. Bei noch weniger orientieren sich die vorgegebenen oder sogar selbst gewählten Arbeitszeiten daran. So auch bei Anita Weiß: In ihren Jahren als selbstständige Journalistin und Kommunikationsberaterin arbeitete sie oft bis ein oder zwei Uhr nachts und fing schon früh am nächsten Morgen wieder an. „Auf meine persönlichen Hochs und Tiefs im Laufe des Tages habe ich dabei null geachtet“, gibt die *Zeitplanerin* zu.

„Früher habe ich einfach bis zur Erschöpfung durchgearbeitet. Heute merke ich, wenn mein Energielevel und damit vor allem meine Konzentrationsfähigkeit sinkt und mache rechtzeitig eine Pause“ - Anita Weiß

Zeit für Kaffee, Pausen und zum Abschalten

Das hat sich inzwischen geändert, auch weil Anita Weiß im Zuge ihrer Recherchen einige überraschende Erkenntnisse machte, „dass ich

zum Beispiel gar keine so eulige Eule bin wie gedacht". In kleinen Schritten versucht die *Zeitplanerin* seitdem, ihren Arbeitsalltag mehr danach auszurichten, was ihr Körper ihr vorgibt. Vor allem, was die Anfangszeit betrifft. „Ich brauche einfach länger, um in den Tag zu starten“, erkennt sie an. Darum geht es frühestens um 8:30 Uhr an den Schreibtisch, manchmal auch erst um 9:30 Uhr. Vorher gibt es Zeit für einen kurzen Spaziergang und den ersten Kaffee.

Der zweite wichtige Punkt: nach 22 Uhr wird der Laptop zugeklappt, auch wenn es um die *Zeitplanerin* geht, für die Anita Weiß oft nach ihrem Job noch an Beiträgen bastelt. Um sicherzustellen, dass sie im wahrsten Sinne des Wortes herunterfahren kann, wird vorher noch der nächste Tag geplant, „ein ganz wichtiges Ritual, um abschalten zu können“. Die positiven Auswirkungen schon der kleinsten Schritte waren schnell spürbar, sowohl für die Arbeit als auch für ihr Leben außerhalb davon, berichtet die *Zeitplanerin*: „Ich schlafe schneller ein und wache deutlich erholt auf. Insgesamt bin ich durch die Anpassungen entspannter und leistungsfähiger, mache weniger Flüchtigkeitsfehler und fühle mich zum Feierabend nicht mehr so erschöpft.“

Chronotypen im Schichtdienst

Gute Gründe also, sich zu fragen: Wann fühle ich mich eigentlich fit? Und die Arbeitszeiten danach auszurichten. Die Verantwortung liegt hier vor allem bei Unternehmen. Dass es für sie durchaus möglich ist, den Biorhythmus in der Arbeitsplanung zu berücksichtigen, und zwar sogar im Schichtdienst, beweist die Klinik Wartenberg. Nachdem dort in Angestelltenbefragungen über die Jahre das Thema Schlaf, insbesondere Schlafstörungen und Folgen wie Herz-Kreislauf-Beschwerden und psychosomatische Beschwerden immer wieder eine große Rolle spielte, startete die Klinik im März 2019 das Gesamtprojekt *Chronobiologie*.

Anhand von Bluttests und Fragebögen konnten Mitarbeiter:innen ihren Chronotyp feststellen lassen und bereits im Jahr darauf wurden auf Basis der Ergebnisse die Dienstpläne umgestellt. Seit August 2020 werden in der

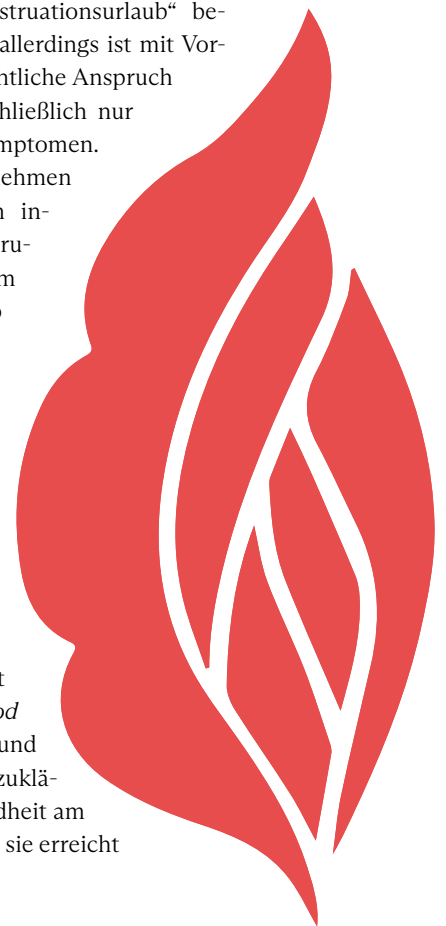
kompletten Klinik Pflegekräfte nach Möglichkeit so eingeteilt, dass die Arbeitszeiten ihrem Biorhythmus entsprechen.

Die Erkenntnisse können sich sehen lassen. Bei knapp der Hälfte der Angestellten sind Schlafstörungen deutlich zurückgegangen oder verschwunden, ein Viertel leidet nicht mehr an Krankheiten wie Rückenschmerzen oder Herz-Kreislauf-Problemen. Allgemein geht es den Teilnehmenden körperlich deutlich besser, zudem hat „der Enthusiasmus für das tägliche Leben zugenommen“, so Norman Dassler, Mitinitiator des Projekts. Er will das Erfolgskonzept Chronotyp-orientierte Personaleinsatzplanung nun in weitere Unternehmen tragen.

Work That Period!

Der Biorhythmus ist jedoch nur eine Schraube, an der wir drehen können – oder sollten –, um unseren Arbeitsalltag besser mit unseren körperlichen Bedürfnissen zu vereinen. Ein anderer Faktor ist der weibliche Menstruationszyklus. Spanien machte Mitte Februar 2023 Schlagzeilen, als es als erstes Land ein Gesetz für „Menstruationsurlaub“ beschloss. Der Begriff „Urlaub“ allerdings ist mit Vorsicht zu genießen, gilt der rechtliche Anspruch auf zusätzliche freie Tage schließlich nur bei schwerwiegenden Symptomen.

Auch einige deutsche Unternehmen bieten ihren Mitarbeitenden inzwischen freie Tage bei Menstruationsbeschwerden an. Beim Münchner Putzmittel-Startup *Everdrop* heißen sie „Power Days“, so räumt man gleich mit der negativen Konnotation der Periode auf. Dass menstruierende Personen sich bei Zyklusbeschwerden ohne Angst vor Stigmata freinehmen können, ist wichtig. Damit ist es jedoch nicht getan, argumentiert Katharina Eggert. Sie hat die Plattform *Work That Period* gegründet, um Unternehmen und Privatpersonen darüber aufzuklären, was Menstruationsgesundheit am Arbeitsplatz bedeutet und wie sie erreicht werden kann.



Was bedeutet zyklusorientiertes Arbeiten?

Wie genau ein Arbeitsplan nach dem Zyklus aussehen kann, dafür gibt es keine Vorlage. Denn der Menstruationszyklus kann extrem unterschiedlich sein, von Person zu Person, aber auch von Monat zu Monat. Die Spanne reicht von wenig bis gar keinen spürbaren Effekten bis hin zu psychischen Problemen, starken Krämpfen, Müdigkeit oder Kopfschmerzen. Dementsprechend vielfältig sind die Bedürfnisse im Arbeitsalltag. Essenziell ist darum vor allem Flexibilität und, mehr als alles andere, offene Kommunikation, betont Katharina: „Das Problem ist nicht, dass die Symptome vorkommen. Viel schlimmer ist, dass viele nicht offen darüber sprechen können und über ihre eigenen Kräfte hinaus versuchen zu performen, damit sie nicht als schwach gelten.“ Katharina spricht aus eigener Erfahrung. Dass sie eine prämenstruelle Störung hat, war ihr lange selbst nicht bewusst. „Ich wusste schon immer, in der zweiten Zyklushälfte geht es mir oft nicht gut, aber ich wusste nicht genau warum“, erzählt sie. Auch darum fiel es ihr schwer, offen darüber zu sprechen, warum sie immer öfter ausfiel, als die Beschwerden sich in einem von hohem Workload und wenig Flexibilität geprägten Berufsalltag stetig verschlimmerten. Irgendwann war der Druck zu groß, sie kündigte. Im neuen Job machte sie es anders, kommunizierte von Anfang an ehrlich, dass sie zu bestimmten Zeiten andere Konditionen und mehr Flexibilität brauche – und stieß auf großes Verständnis. Diese Erfahrung war für die studierte Gesundheitsökonomin „ein Gamechanger“ und gleichzeitig der Anstoß, genauer nachzuhaken. Schnell fand sie heraus: Beschwerden rund um den Menstruationszyklus sind für viele Arbeitnehmende ein großes Thema. In einer Studie aus den Niederlanden gaben gar 81 Prozent der Teilnehmenden an, dass ihre Menstruationsbeschwerden sich auf ihre Leistungsfähigkeit auswirken. Nur: Bei vielen Arbeitgebenden ist diese Botschaft noch nicht angekommen.

Die kleinen Schritte entscheiden

Wie also können Unternehmen periodenfreundlicher werden? Schritt eins, so Katharina: ein Informationsangebot bereitstellen. Denn es gibt oft noch große Wissenslücken, wie vielfältig sich der Zyklus auf das Wohlbefinden und die Arbeit auswirken kann. Viele Personen erleben durch ihre Aufklärungsarbeit den berühmten Aha-Moment, berichtet

Katharina schmunzelnd, und zwar egal, ob sie selbst menstruieren oder nicht. Dieses Wissen ist die Voraussetzung dafür, dass ein Raum für Austausch entstehen kann, vielleicht auch eine Anlaufstelle, an die sich die Mitarbeitenden wenden können. Für die konkreten Maßnahmen sei es dann wichtig, die Meinung und Vorschläge der Angestellten einzuholen – zum Beispiel über einen Fragebogen. In der Umsetzung sind es dann oft die berühmten kleinen Schritte, die den Arbeitsalltag signifikant verbessern können. Periodenprodukte auf den Toiletten zum Beispiel, Wärmflaschen am Arbeitsplatz oder kleine Änderungen in der Terminplanung. So konnte eine ihrer Kundinnen sich durch *Zyklus-Tracking* im Voraus für bestimmte Zeiten Blocker setzen und spontane Terminverschiebungen und -absagen vermeiden.

Der Zyklus hat auch Vorteile

Apropos Terminplanung: Wer den eigenen Zyklus kennt, kann diesen unter Umständen sogar für sich arbeiten lassen. Denn auch wenn er oft so dargestellt und wahrgenommen wird, ist der Zyklus nicht nur „etwas Nerviges, Lästiges“, fährt Katharina fort, jede seiner Phasen bringt ihre Vorteile mit sich:

Zyklusorientiertes Arbeiten zu ermöglichen, kann also für Unternehmen sogar ökonomisch sinnvoll sein. Für die Angestellten geht es, das ist klar, in erster Linie darum, besser auf sich achten zu können. Dennoch, egal, wie individuell die Auswirkungen des Zyklus sind, für Katharina wie auch viele Kundinnen war es eine „riesige Erleichterung“ zu merken: „Ich kann genauso gut arbeiten wie alle anderen, ich muss meinen Arbeitsalltag nur anders gestalten und brauche Unterstützung in gewissen Phasen.“

Arbeitsmodelle, die gut für die Gesundheit sind

Letztendlich gehen Vorteile für Angestellte und Unternehmen Hand in Hand, betont Katharina. Denn Mitarbeitende, die mit ihren individuellen Bedürfnissen statt Druck Akzeptanz und Wertschätzung erfahren, fühlen sich wohler im Unternehmen, das wiederum schafft ein produktiveres Arbeitsumfeld. Und dann gibt es

noch einen weiteren Vorteil, der für Katharina noch viel zu wenig beachtet wird: der gesellschaftliche. Denn wenn es gelingt, das Thema Menstruationszyklus am Arbeitsplatz zu enttabuisieren, könne das ein „Eisbrecher“ sein, hofft sie – für eine offenere Kommunikation auch über andere stigmatisierte psychische und physische Krankheiten und den Umgang damit im Arbeitsalltag. Gerade in der jüngeren Generation sieht sie ein wachsendes Bewusstsein für individuelle Bedürfnisse und dadurch Chancen, „ganz viel Positives anzustoßen“.

„Es wird gesellschaftlich immer relevanter, dass Arbeitnehmende sich dort wohlfühlen, wo sie arbeiten, und auch langfristig eine Perspektive sehen“, resümiert sie. Im besten Fall führt das zunehmend zu Arbeitsmodellen, die unserer körperlichen und mentalen Gesundheit guttun.



- **Die Menstruationsphase** kann ein guter Zeitpunkt sein, um den Blick darauf zu richten, was im nächsten Monat ansteht, und einen Neustart zu initiieren.
- **Die Folikelfase** bringt oft Motivation für neue Projekte und ist damit „die perfekte Phase für schwierige Aufgaben“.
- **Der Eisprung** macht uns meist deutlich sozialer und kommunikativer.
- Und die für viele Menstruierende eher schwierige **Lutealphase** zwischen Eisprung und Blutung kann eine gute Zeit für administrative oder detailorientierte Aufgaben sein.



Für Katharina Eggert steht offene Kommunikation an erster Stelle. Darum will sie den Betroffenen eine Anlaufstelle und eine Möglichkeit des Austauschs geben.

Ich weiß, dass ich nichts weiß!

Warum wir gelassen mit den Grenzen des menschlichen Wissens umgehen sollten

Ein Artikel über die Grenzen des Wissens sollte mit jenem geflügelten Satz der Antike beginnen, der es seit Jahrtausenden auf den Punkt bringt: „Ich weiß, dass ich nichts weiß“, soll der große griechische Philosoph Sokrates gesagt haben.

Viktoria Franke



Nicht zuletzt die Pandemie mit all ihren Fakten und Fake-Fakten zu einem komplexen neuen Themenfeld zeigten allerdings: Die Diskussionen wurden schärfer und unfairer, es wurden Verschwörungen gewittert, jede:r wusste etwas zum Pro und Contra von Masken, Impfungen und Lockdowns. Wissen bildet Meinungen. Das heißt aber nicht, dass Meinung gleich Wissen ist. Eine Meinung kann kompletter Unsinn sein. Was einem in Zeiten einer kaum noch existenten Diskussionskultur niemand sagt? Man braucht nicht alles zu wissen. Man kann nicht alles wissen. Eine Diskussion kann umso gelassener gestaltet werden, wenn man sich der Grenzen des eigenen Wissens bewusst ist und diese zugeben kann. Wieso sollten wir uns anmaßen, zu glauben, wir wüssten alles, wenn selbst die intelligentesten Köpfe unserer Zeit noch so viele Fragen haben, die sie nicht beantworten können? Denn nicht alles zu wissen, ist ganz natürlich – laut dem Fachmagazin *New Scientist* gibt es fünf Grenzen des Wissens. Allein diese Grenzen zu kennen, kann Druck von uns nehmen um ganz gelassen und selbstsicher zu sagen: „Ich weiß es nicht!“

Grenze #1 – Weil es zu komplex ist

Wir wissen, dass es unmöglich ist, die Zukunft vorherzusagen. Zugleich gibt es aber allerhand physikalische Modelle, die mir genau berechnen können, wo ein Ball landet, wenn ich seine

Ausgangsflugbahn und die auf ihn wirkenden Kräfte kenne. Das ist doch schon eine Art der Zukunftsvorhersage?

Dass es nicht so einfach ist, lässt sich am Wetter wohl am besten veranschaulichen. Das Wetter wird von so vielen Dingen bestimmt, die sich gegenseitig beeinflussen, dass eine exakte Berechnung des Wetters zum lang ersehnten Urlaubsbeginn in zehn Tagen schlicht unsere technologischen Rechenkapazitäten übersteigt. Das Chaos regiert. Nicht im bildlichen Sinne, sondern in einem völlig natürlichen: In der immensen Komplexität der Natur können kleine Veränderungen große Nachwirkungen haben.

Genauere Messungen und schnellere Computer sorgen dafür, dass wir schon sehr viel mehr über das Wetter und andere komplexe Systeme wie den menschlichen Körper oder die Finanzmärkte wissen – aber das immer nur bis zu einem gewissen Grad. Mit dem Fortschreiten der künstlichen Intelligenz werden sich zumindest diese Grenzen innerhalb kürzester Zeit verschieben können.

Grenze #2 – Weil es unmöglich zu messen ist

Es gibt diese wunderbaren optischen Illusionen zweier Linien. Welche davon ist größer? Meist entscheiden wir uns für die obere. Und sind dann doch überrascht, wenn ein Nachmessen uns eine gleiche Länge beider Linien bestätigt. Erst das Messen schafft oder bestätigt Wissen. Doch einige Dinge werden wir womöglich nie messen und damit nicht verstehen können.



Wenn sich nichts schneller als mit Lichtgeschwindigkeit fortbewegen kann, werden wir niemals über den Rand des beobachtbaren Universums hinaussehen können. Denn das ist die maximale Entfernung, die das Licht seit Beginn des Universums zurückgelegt haben kann, um unsere Teleskope zu erreichen.

Und dann gibt es da noch all die Gesetze der Quantenphysik, die wir gar nicht erst versuchen, zu erklären (oder zu verstehen), die aber viele bisherige Annahmen der Physik auf den Kopf stellten. Wenn die klügsten Physiker:innen der Welt noch immer vergebens daran arbeiten, diese beiden unvereinbaren Säulen der modernen Physik, die Quantentheorie und die allgemeine Relativitätstheorie, in Einklang zu bringen, dann sollte es uns „Normalos“ umso leichter fallen, die Grenzen unseres Wissens zu akzeptieren.

Grenze #3 - Weil Mathematik unzuverlässig ist



In der Schule mag man es oder hasst es abgrundtief: das Fach Mathematik.

Diejenigen, die es lieben, schätzen daran, dass es keinen Interpretationsspielraum zulässt (ganz anders als eine Gedichtanalyse). Wenn man nicht gerade Pippi Langstrumpf nacheifert, macht 2×3 eben 6. Mathematik ist zuverlässig.

Oder ist sie das?

Nein. Denn Mathematik in sich selbst ist unzuverlässig. Das Fach baut auf Axiomen auf – jenen Grundsätzen einer Theorie, die innerhalb dieses Systems weder begründet noch abgeleitet werden müssen, sondern als Grundlage willentlich akzeptiert oder gesetzt werden. Dass $2 + 3$ das Gleiche ist wie $3 + 2$, ist ein Axiom, das uns überhaupt erst das Rechnen ermöglicht. So sehr sich Mathematiker:innen bemühen, werden sie niemals beweisen können, dass diese Axiome wahr sind (oder falsch).

Mathematiker:innen liefern zwar das Fundament, auf dem viele wissenschaftliche Erkenntnisse beruhen, aber sie können keine hundertprozentige Garantie dafür geben, dass es sich niemals verschieben oder verändern wird. Ein Beispiel sind Linien zwischen zwei Punkten. Diese haben auf gekrümmten und ebenen Oberflächen andere Eigenschaften. Das heißt, dass die zugrunde liegenden Axiome in verschiedenen Geometrien unterschiedlich gestaltet sein müssen. Und Mathematiker:innen können uns dabei etwas über die Gelassenheit angesichts der Grenzen des Wissens

beibringen: Sie akzeptieren die Axiome und machen so lange weiter, bis etwas anderes bewiesen ist.

Grenze #4 – Weil wir die Erfahrungen anderer nicht teilen können

Diese Grenze sollte eigentlich am einfachsten zu akzeptieren sein, da sie uns ständig im Alltag begegnet. Und dennoch haben wir gerade damit große (zwischenmenschliche) Probleme: Wir können die subjektiven Erfahrungen eines anderen Menschen nicht teilen. Ich weiß nicht, welche Schmerzen meine Freundin gerade hat. Oder warum für meinen Kollegen Korian der eben nicht nach Seife schmeckt. Je größer die Diskrepanz, desto größer das Konfliktpotential – wenn wir uns dieser Grenze nicht bewusst sind.

Wir alle erinnern uns, als 2015 über „das Kleid“ in den sozialen Netzwerken gestritten wurde: Die einen sahen das zweifarbige Kleidungsstück als weiß/gold, die anderen als blau/schwarz.

Andererseits ist es zugleich auch beruhigend, denn egal, wie die technologische und wissenschaftliche Entwicklung voranschreitet: Ein kleiner Teil Erfahrungswissen wird immer nur in diesem einen Organismus, in diesem einen, uns eigenen Hirn verfügbar sein.



Grenze #5 – Weil die Logik selbst fehlerhaft sein könnte

Ein ganz einfaches Paradoxon zeigt uns bereits die Grenzen der Logik: „Dieser Satz ist falsch!“ Wenn wir sagen, dass der Satz wahr ist, ist er falsch. Wenn wir sagen, er ist falsch, ist er richtig. Bäm, Hirn-explodierendes-Emoji!

Ein Ansatz der Philosoph:innen besteht darin, der Logik selbst eine Auffrischung zu verpassen. Wie wäre es mit verschiedenen Graden der Wahrheit statt „wahr“ und „falsch“? Statt 1 und 0? Expert:innen sind sich einig, dass es wahrscheinlich eine höhere Form der Logik gibt, die der menschliche Verstand nicht fassen kann. Eine Form, mit der man sogar das Universum verstehen könnte.

Wenn wir andere Spezies anhand ihrer Intelligenz bewerten, wer sagt dann, dass es jenseits von uns nicht viel höhere Denksysteme gibt? Doch das können wir uns (noch) nicht vorstellen. Und genau darum geht es ja. ☺



3 Tage Freizeit

7 positive Effekte der 4-Tage-Woche

In diesem Auszug aus dem Buch „4 TAGE WOCHE“ zeigt Martin Gaedt, welche positiven Effekte das Arbeitsmodell auf z. B. Gesundheit, Lebensqualität, aber auch Produktivität und Umsatz hat.

Martin Gaedt



Die 4-Tage-Woche wird aktuell viel diskutiert. Die österreichische Zeitung Der Standard titelt im Januar 2023: „Das Jahr der Viertagewoche. Die Liste der Unternehmen, die eine verkürzte Arbeitswoche anbieten, wird immer länger. Ist die Viertagewoche das Arbeitsmodell der Zukunft?“

Was macht ihren Reiz aus?

Zwei Regeln stehen bei der 4-Tage-Woche fest. Sie verbinden alle Modelle:

- 3-Tage-Freizeit in einem Vollzeit-Job.
- Volles Gehalt wie vor Einführung der 4-Tage-Woche.

Die genaue Verteilung, an welchen Tagen und wie lange gearbeitet wird, wird von Betrieben unterschiedlich umgesetzt: 39, 38, 36, 35, 34, 32 und 30 Wochenstunden. Viele schließen freitags komplett zu. Andere Betriebe lassen intern wählen, ob montags oder freitags frei ist. Im Handwerk haben mehrere Betriebe ein Montags-frei-Team und ein Freitags-frei-Team. Diese wechseln sich monatlich ab, so hat man 26-mal im Jahr vier Tage frei. Andere halten es völlig flexibel, monatlich kann zwischen einer 4- und 5-Tage-Woche gewählt werden, wie es gerade besser passt.

Rocco Funke, der im Bautrocknungs-Handwerk in

Nordthüringen tätig ist, hat das Motto: „Mentale Gesundheit vor Gewinnen“. In seinem Betrieb werden 32 statt 40 Stunden bei vollem Lohn gearbeitet. Umsatz und Gewinn sind 2022 gestiegen.

Timo Gökeler von der *GOEKELER Messtechnik* südöstlich von Stuttgart sagt: „Wir machen das schon seit 2020 und es rockt. Wir haben es geschafft, Prozesse so zu verschlanken, dass wir dafür weniger Arbeitszeit benötigen.“ Die gewonnene Zeit bekommt sein Team: Vollzeit sind 34 Stunden Arbeitszeit an 4 Tagen bei vollem Lohn. Das Unternehmen spielt weltweit in der Top 3 seiner Branche mit.

1. 4-Tage-Woche in allen Branchen

„Aber im Handwerk und in der Produktion geht die 4-Tage-Woche nicht“, höre und lese ich häufig. Während das faktenfrei behauptet wird, machen es andere längst. Dabei erleben sie eine Reihe an positiven Effekten: Fluktuation und Krankenstand sinken, die Zahl der Bewerbungen, die Produktivität, der Umsatz und Gewinn steigen.

Mein Buch „4 TAGE WOCHE“ zeigt 151 Praxis-Beispiele in Deutschland, Österreich und der Schweiz, darunter sind 75 Handwerksbetriebe, 17-mal Hotellerie/Gastronomie, 13-mal Produktion und 46-mal Steuerberatung, Agenturen, Software, Pflege.

2. Erholung und Gesundheit

Mehr Erholung führt zu mehr Gesundheit. Im Leistungssport wissen wir, wie wichtig die Ruhephasen für den Muskelaufbau sind. Im Kontext der Arbeit findet dieses Wissen noch wenig Einsatz.

Die Kosten durch Krankheit und Ausfälle in Unternehmen fließen viel zu wenig in die Debatte um Arbeitszeiten ein. Alle Pilotprojekte zur 4-Tage-Woche weltweit zeigen eine extreme Steigerung gesunder Menschen im Unternehmen. Und das steigert Produktivität, Umsatz und Gewinn.

Beim Maschinenbaubetrieb *Wenzel Group* in Wiesenthal hat sich der Krankenstand seit Einführung der 4-Tage-Woche halbiert. „Das ist phänomenal gut“, findet Personalleiter Daniel Eisler, dessen Erwartungen deutlich übertroffen wurden. „Den Leuten merkt man es an – sie sind viel entspannter!“, erzählt Betriebsratsvorsitzender Heiko Reinosch.

Die gesteigerte Erholung durch die längeren Wochenenden ist in der Firma *ETH Elektrotechnik Hacker & Hammerschmid GmbH* messbar: 2022 gab es unter den vierzehn Angestellten keinen einzigen Krankentag. Die Kollegen sind besser gelaunt als früher und sie bringen sich mehr ein. Die gute Stimmung macht die Arbeit für alle angenehmer.

Der Krankenstand in der *GOEKELER Messtechnik GmbH* liegt bei 0,5 Prozent.

Aus Wien berichtet Thomas Meyer, Gründer des Wiener Büros für Interaktion: „Die Leute sind fitter und sie sind glücklicher. Das lässt sich sehen und auch in Zahlen messen. Wir haben de facto kaum Krankenstände.“ Besonders unter Köchen ist der Krankenstand seit Einführung der 4-Tage-Woche im *25hours-Hotel* in Köln stark gesunken, freut sich die General Managerin Grit Pauling. Beim Sanitärbetrieb Schmauser in Bayern gingen die Krankheitstage nach dem Start der 4-Tage-Woche gegen null, die Motivation dafür nach oben, berichtet die *WirtschaftsWoche*.

3. Menschen

In allen Gesprächen zur 4-Tage-Woche hat mich der klare, ernst gemeinte Fokus auf den Menschen beeindruckt. Sie stehen im Mittelpunkt: „Wie kann ich dafür sorgen, dass die Angestellten zufrieden sind und im Betrieb bleiben?“ „Mehr Lohn kann ich nicht zahlen, aber mehr Freizeit kann ich ihnen bieten.“ „Wie baue ich den Stress und die Überlastung ab?“ „Unsere Angestellten gehen auf dem Zahnfleisch, wir wollen dafür sorgen, dass sie gesund bleiben.“

Diese Haltung, Menschen in den Mittelpunkt zu stellen, zieht an. Malermeisterin Jessica Hansen in

Schleswig-Holstein sagt: „Fachkräftemangel ist bei uns gestrichen.“ Noch im April 2022 hatte sie nur vier Gesellen, aber Aufträge für mindestens doppelt so viele. Nur ein halbes Jahr später beschäftigt sie 20 Fachkräfte und eine lange Warteliste. Diverse Medien haben die guten Arbeitsbedingungen bei ihr aufgegriffen und verbreitet.

Auch das Team von *Aflexio* gewinnt mit ihrem Motto „3F: 3 freie Tage“ mehr Bewerbungen: „Nach zwei Monaten mit dem neuen Modell ist unsere Einstellungsquote besser als in den acht Jahren zuvor.“

4. Nachhaltigkeit

Eine Baufirma in Österreich hat von März bis Dezember 2022 160.000 Euro an Fahrt- und Energiekosten und 72 Tonnen CO₂ gespart. Viele Handwerks- und Produktionsbetriebe sparen 20 Prozent des Energiebedarfs, wenn die Firma einen Tag länger geschlossen bleibt. Hinzu kommt die Anfahrt zum Arbeitsplatz: „Wir schützen die Umwelt, wenn meine Angestellten nur noch vier Tage die Woche mit dem Auto zum Arbeitsplatz fahren müssen“, betont Unternehmer Bernd Ritter.

5. Geschlechter-Gerechtigkeit

Einen positiven Effekt kann die 4-Tage-Woche auch auf den Gender Pay Gap haben. Wird die Arbeitszeit auf 30, 32 oder 34 Stunden reduziert, wie es viele 4-Tage-Woche-Betriebe bei vollem Lohn (!) tun, dann kämen mehr Frauen aus der „Teilzeitfalle“ heraus. Teilzeit Stellen, Teilzeit Löhne und Teilzeit Renten werden abgeschafft. Frauen und Männer arbeiten dann gleichberechtigt mit Vollzeit Bezahlung in Vollzeitstellen mit weniger Wochenstunden als bisher. Männer und Frauen können so die Care-Arbeit mit Senioren und Kindern gerecht verteilen. Wer will, kann selbstverständlich mehr arbeiten und mit seinem Arbeitgeber über das neue ‚Vollzeit-Plus‘ verhandeln.

6. Alle faul oder voller Tatkraft?

„12 bis 14 Stunden in der Hotellerie und Gastronomie durchzuackern, wie ich es früher auch getan habe, ist heute nicht mehr salonfähig. Das ändert sich zum Glück. Endlich machen jüngere Menschen das nicht mehr mit und trauen sich, *Nein* zu sagen. Qualität setzt sich durch. Und die 4-Tage-Woche ist ein Puzzleteil“, erzählt Grit Pauling, General Managerin im *25hours-Hotel* in Köln. Anstatt sich über faule Angestellte zu beschweren, sagt sie: „Je jünger, desto fauler? Nein! Sie sind anders gebildet und anders smart, ich kann von

ihnen über Investmentfonds lernen. Es ist wichtig, Menschen so zu nehmen, wie sie sind, und zuzuhören. Was bringt es, sich zu beschweren?“

1, 2, 3 machen. Nadja Amireh, Gründerin der *Wake up Communications* in Düsseldorf, zeigt ihre Tatkraft. „Ich bin bei sowas schnell entschlossen.“ Zuerst checkte sie die Idee der 4-Tage-Woche, ob arbeitsrechtlich ein Problem bestehen könnte. Dann präsentierte sie das Projekt dem 14-köpfigen Team. Auf einen ersten Schreck im Team folgte Zustimmung: „Anfangs waren die Kollegen etwas geschockt. Das kam wohl daher, weil sie damit nicht gerechnet hatten. Nach 1-2 Tagen war die Freude dann aber sehr groß.“

Seit 1986 hat Rosi Titzmann jeden Samstag Haare geschnitten. Damit ist jetzt Schluss. Ihre unternehmerische Entscheidung: Geöffnet wird Dienstag bis Freitag. „Es kann mir keiner erzählen, dass die Leute glücklich darüber sind, samstags am freien Tag im Friseursalon zu sitzen.“ Im Team kamen zuerst Bedenken. „Was machen dann unsere Kunden?“ Sie wichen der Freude: „Samstags kann ich meine Eltern besuchen.“ Seit Juni 2022 ist der Plan umgesetzt, alle arbeiten drei Stunden weniger pro Woche und sind begeistert: „Was für ein Lebensgefühl. Was für eine Befreiung.“ Auch für die Kunden: „Mega gute Idee, ich muss nicht mehr am Samstag zu euch kommen.“

7. *Liebst du deinen Job etwa nicht?*

Es ist wie immer, wenn mit Traditionen gebrochen wird. Wer sich zu sehr an den Status quo gewöhnt hat, kann sich kaum vorstellen, dass es auch anders geht. „Das haben wir noch nie gemacht!“ In Debatten zur 4-Tage-Woche kommen häufig als Fragen getarnte Vorwürfe: „Wenn die Arbeit sinnvoll ist, wenn sie mich erfüllt, warum soll ich sie dann nur vier Tage machen?“ Ein scheinbar schlagendes Argument, das unterstellt, dass jeder, der für weniger Arbeitszeit plädiert, seine

Arbeit nicht mag. Bedeutet die 4-Tage-Woche tatsächlich, dass ich meinen Beruf ungern ausübe? Lässt der Wunsch nach einer 3-Tage-Freizeit auf geringe Arbeitsmotivation schließen?

Der Liebe-zum-Job-Logik folgend könnte man auch fragen: Wenn ich neben meiner Arbeit auch meine Familie liebe, warum bekommt Arbeit fünf Tage und die Familie nur zwei Tage? Liebe ich meine Familie so viel weniger? Wenn ich Familie und Arbeit beide liebe, wäre nicht eine gerechte Teilung der Zeit für Job und Familie korrekt? Oder als Kompromiss 4:3 statt 5:2? Selbst bei vier Tagen Arbeit und drei Tagen Zeit mit der Familie läge der Schwerpunkt immer noch bei der Arbeit. Wenn ich neben meiner Arbeit auch mein Ehrenamt, meine Hobbys und meinen Sport liebe, warum bekommen diese Tätigkeiten bisher weniger produktive Zeiten, häufig abends nach der Arbeit?

„Einer meiner Antriebe zur 4-Tage-Woche ist die Liebe zu meinem Beruf“, erzählt die Unternehmensberaterin Jana Koske: „Ich wünsche mir, mit derselben Energie wie heute auch noch in 10 und in 20 Jahren arbeiten zu können. Ich möchte meine Kraft im geliebten Job noch lange aufrechterhalten. Ich liebe meine Arbeit, ich arbeite richtig gerne. Auch meinen Sport liebe ich, und dennoch mache ich nicht täglich Sport. Ich liebe meine Arbeit so sehr, dass ich bis zur Rente volle Leistung bringen will. Um das aktuelle Leistungsniveau zu halten, brauche ich wie im Sport Ruhephasen.“

Das Thema der 4-Tage-Woche hat mich schon länger fasziniert. Doch wie grundlegend eine *#4tagewoche* Leben, Gesundheit, Arbeit, Wirtschaften beeinflussen kann, ist mir erst beim Schreiben und im Austausch mit den 151 Unternehmen klar geworden, die 4-Tage-Woche-Vorreiter sind.

Das Buch ist überall im lokalen Buchhandel und online bestellbar. ☺



DIE 4-TAGE-WOCHE EIN ERFOLGSMAGNET

Mehr Gesundheit, Freizeit und Lebensqualität
Mehr Produktivität, Umsatz und Bewerbungen
151 Praxis-Beispiele aus Deutschland,
Österreich und der Schweiz

„Die Debatte über die 4-Tage-Woche sorgt dafür,
dass endlich über Unternehmenskultur,
Wertschätzung sowie moderne und flexible
Arbeitszeitmodelle nachgedacht wird.“

RALF SUHRE, Geschäftsführer
SHK Innung München



BEKANNT AUS:



Wellenbrecher gesucht!

Paul Esser



Beginnen wir diesen Text etwas großspurig. Und zwar mit einem Zitat des Friedensnobelpreisträgers und ehemaligen Bundeskanzlers Willy Brandt. In der ersten Regierungserklärung nach seiner Wahl im Jahr 1969 kündigte er mit folgenden, mittlerweile legendären drei Worten an, er wolle „mehr Demokratie wagen“. Hinter dieser Formel versteckte sich der Wunsch nach mehr Diskurs, mehr Mitbestimmung und die Herabsetzung des Wahlalters und der Volljährigkeitsgrenze von 21 auf 18 Jahre. Willy Brandt prägte diese Formel in einer Zeit, die der Professor für Zeitgeschichte Klaus Schönhoven als eine Zeit der „politischen Verunsicherung und des parlamentarischen Gezeitenwechsels“ beschreibt. 54 Jahre später scheint die Demokratie – die Stichworte Trumpismus, Populismus und Autokratisierung erinnern uns unweigerlich daran – erneut vor solchen Herausforderungen zu stehen. Wie also können wir – auf die Gefahr hin, noch großspuriger zu werden – im Jahr 2023 wieder mehr Demokratie wagen?

Warum Demokratie?

Keine Frage: Demokratie ist ein hohes Gut. Sie gibt uns die Chance, Einfluss auf Politik zu nehmen, schützt Minderheiten und kontrolliert die Mächtigen. Sie ist Ergebnis langwieriger Selbstbestimmungskämpfe und Vorbedingung für eine plurale, offene, kompromissbereite Gesellschaft. Kein Wunder also, dass Demokratie in Deutschland auf Platz drei der wichtigsten politischen und sozialen Werte steht – gleich hinter

Frieden und Menschenrechten. Über dieses Idealbild hinaus zeigt sich außerdem: Demokratien schneiden in vielen Bereichen tatsächlich besser ab als andere Systeme. Nach Berechnungen des renommierten *V-Dem* Institutes, das weltweit unterschiedlichen Regierungssystemen auf den Zahn fühlt, gibt es in gut entwickelten Demokratien 23 Prozent mehr Zugang zu sauberem Wasser, die Kindersterblichkeitsrate ist um bis zu 94 Prozent geringer und 70 Prozent mehr Kinder besuchen weiterführende Schulen als in Autokratien oder Diktaturen. Zudem führen Demokratien fast nie gegeneinander Kriege, sind weniger konfliktanfällig, senken ihren CO₂-Ausstoß schneller und weisen bessere Gendergerechtigkeit auf. Trotzdem sind Demokratien gerade nicht auf dem Vormarsch. Das Gegenteil ist der Fall. Während im Jahr 2012 noch mehr als die Hälfte aller Menschen in demokratischen Systemen lebte, waren es im vergangenen Jahr nur noch ein Viertel. Unglaubliche 5,2 Milliarden Menschen leben in Autokratien. Politikwissenschaftler:innen sprechen von einer sogenannten *Autokratisierungswelle*.

Wellenbrecher gesucht

Aktuell gehen also mehr Demokratien in Autokratien über als umgekehrt. Aber das war nicht immer so. Samuel P. Huntington, Politikwissenschaftler an der *Harvard*-Universität, prägte 1991 zunächst den Begriff der *Demokratisierungswellen*. Die erste Welle, beginnend mit den USA, reichte bis ins 20. Jahrhundert und brachte

insgesamt 29 Demokratien, etwa in Frankreich, Australien, Argentinien und Deutschland, hervor. Nach dem Zweiten Weltkrieg begann die zweite Welle, die zahlreiche Diktaturen wieder in das demokratische Spektrum brachte. Sie reichte bis zum Ende der 1960er-Jahre. Das Ende der Kolonialherrschaft in Lateinamerika und Teilen Afrikas läutete dann die letzte weltweite Demokratisierungsphase ein.

Auffällig dabei: Bislang wechselten sich Autokratisierung und Demokratisierung immer wieder ab. Wie also brechen wir die aktuelle Welle? Und wie treiben wir eine neue an? Gehen wir dazu einen Schritt zurück. Was ist Demokratie eigentlich? Eine Regierungsform? Ein Entscheidungsmodus? Eine Werteordnung? Selbst die Politikwissenschaft ist sich in dieser Frage nicht einig. Denn Demokratien tauchen in zahlreichen Formen und Farben auf. Einen ersten Anhaltspunkt liefert die Übersetzung aus dem Altgriechischen: Der *Demos*, also das Volk, übt Herrschaft, *kratien*, aus. Im engsten Sinne bezieht sich diese Idee auf den Prozess, der zu Entscheidungen führt. Konkret also auf die Abstimmung über politische Ideen und Vorhaben und die Wahl politischer Vertreter:innen. Demokratien, die ihrem Volk also einen fairen und zuverlässigen Wahlprozess ermöglichen, werden auch als *elektorale* Demokratien bezeichnet. Wer oder was dieses Volk ist, also beispielsweise ob auch Frauen oder gesellschaftliche Minderheiten Teil dieses Volkes sind, darüber trifft dieses enge Demokratieverständnis keine Aussage. In der westlichen öffentlichen Debatte existiert allerdings ein deutlich breiteres Demokratieverständnis. Wenn wir von Demokratien sprechen, meinen wir *liberale* Demokratien. Sie zeichnen sich nicht mehr nur durch verlässliche Wahlen aus, sondern garantieren darüber hinaus Bürgerrechte, politische Freiheiten, Gewaltenteilung und -kontrolle, und so weiter. Während die *elektorale* Demokratie den Menschen nach bestimmten Kriterien das Recht einräumt, mitzubestimmen, ist in der *liberalen* Demokratie dieses Kriterium das *Menschsein* selbst. Und dieses *Menschsein* gilt es zu schützen.

Stärkung von Innen

Die Herausforderungen, vor denen Demokratien heute stehen, betreffen vor allem diese liberalen Elemente. Wer in Länder wie Polen,

Ungarn, die Türkei, aber auch die USA oder Israel blickt, sieht schnell: Dort, wo die Demokratiequalität aktuell rückläufig ist, werden diese Elemente nicht mit einem großen autokratischen Geniestreich abgeschafft, sondern vielmehr in einem schleichenden Prozess ausgehöhlt – bewusst oder unbewusst. Die Demokratie der Zukunft muss also eine Demokratie sein, die sich gegen solche Aushöhlungsprozesse schützt. Aber wie?

Viele sehen eine Möglichkeit in der Integration basisdemokratischer Elemente. Die Größe und Komplexität politischer Systeme hat die Notwendigkeit geschaffen, die Macht des Volkes an Vertreter:innen abzutreten. Die Herrschaft des Volkes wird also streng genommen indirekt ausgeübt. Bei Bundestagswahlen stimmen wir nicht unmittelbar über Gesetze ab, sondern über Abgeordnete, die diese Aufgabe für uns – und im Idealfall auch in unserem Sinne – übernehmen. Diese *repräsentative* Demokratie führt dazu, dass sich viele Menschen vom politischen Prozess ausgeschlossen fühlen. Umgekehrt wünschen sich in der Gruppe der 14- bis 49-Jährigen fast zwei Drittel der Deutschen einen stärkeren Einfluss auf politische Entscheidungen. Diesen Wunsch sollen hierzulande neue Bürgerräte erfüllen. Die Idee dahinter ist einfach: Um konkrete Empfehlungen für die Politik zu erarbeiten, sollen Menschen aus allen Bereichen unserer Gesellschaft zusammenkommen – Jung und Alt, Arm und Reich, Stadtmensch und Dorfkind – und mit der Hilfe neutraler Expert:innen und Moderator:innen über bestimmte Themen diskutieren. Die erarbeiteten Ergebnisse kann der Bundestag dann in den parlamentarischen Prozess aufnehmen. So wird sich in diesem Herbst erstmals ein Bürgerrat ergebnisoffen mit der Ernährungspolitik beschäftigen. Auch ein *Bürgerrat Klima* wird folgen. Bundestagspräsidentin Bärbel Bas (*SPD*) – hinter dem Bundespräsidenten das zweithöchste Staatsamt der deutschen Demokratie – gilt als eine der prominentesten Unterstützer:innen der Bürgerräte. Für sie ist klar: „Bürgerräte ergänzen und bereichern unsere repräsentative Demokratie. Sie können nicht an ihre Stelle treten, aber unseren parlamentarischen Verfahren einen wichtigen Schub geben. Am Ende treffen die gewählten Abgeordneten die Entscheidungen und übernehmen die Verantwortung für politisches Handeln.“

160 Menschen für mehr Demokratie

Entwickelt wurde das Konzept für das neue Demokratieinstrument vom Verein *Mehr Demokratie e.V.* Für das Auswahlverfahren der 160 Teilnehmenden hat die Initiative ein Losverfahren entwickelt: Zunächst werden zufällig 84 Gemeinden ausgewählt, aus denen dann per Los ein Pool aus 20.000 möglichen Personen entsteht, die von der Bundestagspräsidentin eingeladen werden. Eine finale „Bürgerlotterie“ am 21. Juli entscheidet letztendlich darüber, wer tatsächlich Teil des Bürgerrats werden kann.

„Die Politik erhält somit eine weitere Meinung neben eigenen Experten, der Fraktionsposition oder sonstigen Meinungsumfragen. Durch die Zusammensetzung, den Austausch und die Moderation in der Versammlung bietet der Bürgerrat die Chance, Positionen zu entwickeln, die in der Bevölkerung tatsächlich konsensfähig sein könnten“

so Claudine Nierth, Vorsitzende von Mehr Demokratie e.V.. Neu ist das Konzept der Bürgerräte natürlich nicht. So hat das von den Vereinten Nationen unterstützte *Global Assembly* schon 2021 eine Erklärung zur effektiven Bekämpfung der Klima- und Umweltkrise verabschiedet. Im vergangenen Jahr diskutierten jeweils 200 EU-Bürger:innen in vier unterschiedlichen Foren über die Zukunft der Union. Ähnliche Modelle finden sich überall auf der Welt, von Armenien über Frankreich und Spanien bis hin zu Chile, Singapur und Australien. Auch in zahlreichen deutschen Bundesländern und Städten wirken bereits Bürgerräte an Stadtentwicklung, Digitalisierung, Jugendpolitik oder Klimaschutz mit. Als Instrument auf Bundesebene wurden sie bislang allerdings noch nicht eingesetzt.

„Demokratie ist das Versprechen auf Gleichheit und Freiheit“

Die Weiterentwicklung der Demokratie beschäftigt nicht nur Gesellschaft und Politik, sondern auch die Wissenschaft. Überall in Deutschland widmen sich eigens eingerichtete Forschungsinstitute den großen und kleinen Fragen: Wieso schneiden Demokratien so viel besser ab als Autokratien? Wie entwickelt sich die Einstellung der Bevölkerung zum politischen System? Wie lässt sich die Idee der *wehrhaften* Demokratie in die Zukunft übertragen?

Simon Franzmann, Professor für Politikwissenschaft am Göttinger *Institut für Demokratieforschung*, legt seinen Forschungsschwerpunkt seit Jahren auf Parteien und politische Kulturforschung. Er identifiziert den Strukturwandel hin zu einer fossilfreien Wirtschaft und die Neuorientierung in einer multipolaren Weltordnung als zentrale Herausforderungen, vor denen Demokratien heute und in Zukunft stehen werden. Er fordert deshalb eine klare Abgrenzung von anderen Systemen und das Hervorheben der langfristigen Stärken von Demokratien:

„Demokratie ist das Versprechen auf Gleichheit und Freiheit – und vor allem die gegenseitige Akzeptanz. Im Bereich der Gleichstellung haben wir historisch vielleicht die beste Situation überhaupt. Selbst wenn wir noch nicht das Optimum erreicht haben, haben wir ein historisch hohes Ausmaß erreicht.“

Die Demokratie der Zukunft, betont er, sei eine Demokratie, in der hohes Vertrauen zwischen den Menschen herrsche und sich auch diejenigen, die aktuell nicht die Mehrheit stellen, aufgehoben und gesehen fühlen. „Hierzu ist eine hohe Partizipation und gesellschaftliches Engagement notwendig.“ Möglich werde das vor allem durch eine als sozial gerecht wahrgenommene Gesellschaft, für die auch wirtschaftlicher Wohlstand eine wichtige Rolle spiele.

Demokratie als öffentlicher Park

Damit erweitert der Wissenschaftler den Demokratiebegriff um ein wichtiges Element: Immer wieder werden Demokratien nicht mehr nur daran gemessen, ob sie freie Wahlen ermöglichen sowie Bürger:innenrechte schaffen und schützen, sondern auch an den Politikergebnissen, die sie produzieren. Dieses *soziale* Demokratieverständnis fragt also auch danach, ob tatsächlich alle Teile der Bevölkerung – egal ob Mehrheit oder Minderheit – das, was *die da oben* beschließen, als gerechten Kompromiss aus unterschiedlichen Interessen verstehen.

Wie werden die Demokratien der Zukunft diesem Anspruch gerecht? Mit dieser Frage setzt sich Yascha Mounk, Associate Professor an der *John Hopkins Universität* und Autor für die *New York Times*, *The Atlantic* und *Die Zeit*, in seinem Buch „Das große Experiment“ auseinander. Nicht umsonst stand es im vergangenen Sommer auf der berühmten Leseliste des ehemaligen US-Präsidenten Barack Obama. Seine These: Während die meisten Demokratien in der Geschichte sehr homogen waren, haben die Demokratien unserer Zeit noch nicht gelernt, das Potenzial ihrer neuen Diversität auszuschöpfen. Ein Zustand, den die Feinde der Demokratie mit dem Verweis auf angeblich unvereinbare Kulturen immer wieder nutzen, um sie

systematisch zu schwächen. Mounk hingegen ist überzeugt, dass sich die Lebensrealität der meisten Menschen in den vergangenen 30 Jahren immer weiter verbessert habe. Dennoch müssen *diverse* Demokratien auch in Zukunft an sich arbeiten, um Zugewanderte und andere Minderheiten weiter zu integrieren, etwa durch bessere Bildungschancen und umfassenden Zugang zu sozialen Absicherungsmechanismen. Vor allem aber durch mehr Toleranz. Wichtig sei, dass aus einer *diversen* Gesellschaft keine *fragmentierte* Gesellschaft erwächst. Es brauche Respekt und Anerkennung für das Anderssein, die Kontakt und Austausch nicht ausschließen. Dafür nutzt Mounk den *öffentlichen Park* als Metapher für sein ideales Demokratiemodell: „Ein gemeinsamer Raum, in dem Menschen unterschiedlicher Herkunft sinnvolle Gelegenheiten finden, zu interagieren und zu kooperieren“, in dem alle allen erlauben, ihren Leidenschaften nachzugehen, und gemeinsam an einem neuen Gehweg oder einem schöneren Spielplatz arbeiten. Auch dann, wenn zunächst alle ein unterschiedliches Bild im Kopf haben. Treffen wir uns also alle im Park, um an der Demokratie der Zukunft zu basteln. Ich bringe die Picknickdecke mit! ☺



Wie bricht man **Stereotype** erfolgreich auf?

Über eine Welt, in der das Wort 'Inklusion' keine Erklärung benötigt

Das studentische Projekt *Differgy* setzt sich durch Aufklärung in Unternehmen für eine bessere Inklusion von Menschen mit Autismus im primären Arbeitsmarkt ein. Gesine Müller und Klara Vorwerk beteiligen sich an *Differgy*, um Arbeitgeber besser für inklusive Unternehmensprozesse auszustatten.

Lara Schmatzried



Bei dem Wort Autismus haben die meisten von uns typischerweise durch Medien initiierte Stereotype im Kopf. Ähnlich geht es oft auch Entscheidungsträger:innen, die für die Einstellung neuer Mitarbeitenden verantwortlich sind. Deshalb hat *Differgy* es sich zur Aufgabe gemacht, Unternehmen in Bezug auf die Autismus-Spektrum-Störung aufzuklären und ihnen bei der Umstellung zu inklusiven Bewerbungsprozessen zur Seite zu stehen.

Differgy wurde 2021 gegründet und zählt heute sechs ehrenamtliche Mitglieder. Als Teil des *Enactus Mannheim e.V.* setzen sich Studierende für soziale und ökologische Probleme ein und bieten durch Social Entrepreneurship Lösungen für diese.

Was versteht man unter Autismus?

Weltweit leben circa ein Prozent der Bevölkerung mit der neurologischen Entwicklungsstörung Autismus. In Europa betrifft das etwa sieben Millionen Menschen und in Deutschland 800.000. Hinter dem Sammelbegriff Autismus verstecken sich drei verschiedene Ausprägungen: frühkindlicher Autismus, Asperger-Syndrom und atypischer Autismus. Da heutzutage zunehmend auch abgeschwächte Formen der verschiedenen Störungen diagnostiziert werden, stellen viele Expert:innen die klare Abgrenzung dieser Formen infrage.

Sie sprechen deshalb auch von einer Autismus-Spektrum-Störung. Dieser Begriff inkludiert alle Menschen mit einer autistischen Störung. Auch wenn Autismus offiziell nur einen geringen Teil der Bevölkerung ausmacht, wird von einer deutlich höheren Dunkelziffer ausgegangen. Laut *Differgy*-Expertin Gesine Müller ist der Weg zur Diagnose oft langwierig. Nicht jede:r Autist:in ist bereit oder in der Lage, diesen auf sich zu nehmen.

Für den inklusiven Bewerbungsprozess

Differgy unterstützt Unternehmen durch drei konkrete Maßnahmen: innere Vorarbeit, den

Bewerbungsprozess und das Onboarding. Darüber hinaus unterstützt das Team Unternehmen langfristig bei der Inklusion von Autist:innen in Unternehmen. Bei der inneren Vorarbeit liegt der Fokus auf der Kommunikation mit Personalverantwortlichen sowie Mitarbeiter:innen. Das Ziel ist es, Stereotype zu brechen und Autist:innen so in die Arbeitswelt zu inkludieren, dass sie sich wohlfühlen können. Dazu gehören unter anderem Vorträge für Teams, in die Autist:innen inkludiert werden sollen, aber auch das Überarbeiten von Stellenausschreibungen.

Das Projektteam von *Differgy* hat durch die Arbeit mit Unternehmen und den Kontakt zu Autist:innen verschiedene Erkenntnisse gewonnen. Offene Stellen sprechen laut Gesine und Klara in der Regel eher Menschen an, die den Verfasser:innen ähnlich sind. Sprache ist dabei in der Regel unterbewusst voreingenommen. Autist:innen können sich zum Beispiel durch Superlative und männlich konnotierte Wörter abgeschreckt fühlen. Inklusive Sprache sowie eine allgemeine Sensibilität für normabweichende Sichten auf das Arbeitsleben bei Personalverantwortlichen kann hier sehr viel bewirken.

„Bei den Bewerbungsgesprächen ist es zudem wichtig zu verstehen, dass Fähigkeiten und fachspezifische Kompetenzen von Bewerber:innen nicht mit bestimmten sozialen Kompetenzen korrelieren. Autist:innen haben zum Beispiel Probleme, den Blickkontakt mit anderen Menschen zu halten oder ihnen die Hand zu geben.“ Auch hier kann laut den beiden Projektverantwortlichen Aufklärung den Bewerbungsprozess erleichtern.

Beim Anlernen von Autist:innen ist ein ähnliches Umdenken gefordert. Statt der gemeinsamen Mittagspause könnte durch eine fachlich fokussierte Einarbeitung Autist:innen eine psychische Belastung genommen werden.

Wichtig ist es vor allem, einen offenen Diskurs herzustellen. Denn durch Pauschalisierungen werden die Wahrnehmungen von Autist:innen nur unzureichend abgedeckt. Stattdessen sollte es einen Kanal geben, über den Autist:innen ihre Wünsche und Ängste äußern können.

Weg von der neurotypischen Weltansicht

Besonders für Autist:innen, die (noch) keine Diagnose haben oder keine möchten, kann der Arbeitsalltag eine große Belastung sein. Häufig sind sie dazu gezwungen, sich an neurotypische – also der Mehrheitsgesellschaft entsprechende – Verhaltensweisen anzupassen. Das hat starke Auswirkungen auf die psychische Gesundheit. Laut *Autworker*, einer Organisation von Autist:innen für Autist:innen, fühlen sich Menschen mit Autismus oft missverstanden und isoliert im Arbeitsalltag. Zudem werden sie aufgrund von Stereotypen im Hinblick auf ihre Fähigkeiten oft unter- oder überschätzt.

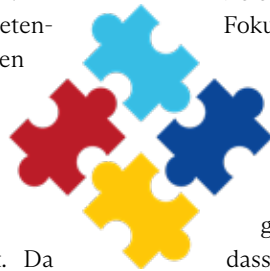
In Deutschland steht oft vor allem die Leistung im Zentrum der Arbeit. Um Ressourcen beim Bewerbungsprozess zu sparen, setzen Unternehmen in der Regel auf generische Talente. Dazu gehören Menschen, die in vielen verschiedenen Fähigkeiten eine überdurchschnittliche Ausprägung haben. Im agilen Arbeitsalltag gehören soziale Kompetenzen und andere Soft Skills zum vielgefragten Repertoire von Bewerber:innen. Durch den Fokus auf soziale Skills fühlen sich Autist:innen von vornherein abgeschreckt. Unternehmen verpassen so, wie Gesine und Klara schildern, die Chance auf eine diversere Belegschaft. Da Unternehmen oft nicht wissen, welchen Mehrwert Diversität für die Belegschaft bringt, sind sie auch nicht bereit, in diese zu investieren.

Der Inklusion von Autist:innen widmen sich neben *Differgy* auch andere Institutionen in Deutschland. *Auticon* vermittelt Autist:innen basierend auf ihren individuellen Fähigkeiten an Unternehmen. Gleichzeitig klären die Autismus-Expert:innen Unternehmen über die Inklusion neurodiverser Menschen auf. Eine Studie aus dem Jahr 2022 belegt, dass nur rund 22 Prozent der Autist:innen in Deutschland einer Tätigkeit entsprechend ihrer Qualifikationen nachgehen. Oft brauchen Autist:innen deutlich länger, um einen Job zu finden. Die Arbeitslosenquote unter Autist:innen ist dabei fünfmal so hoch wie unter neurotypischen Arbeitnehmenden. Besonders betroffen sind Autist:innen mit Intelligenzminderung. Aber auch Menschen mit Autismus und unbeeinträchtigter Intelligenz – dazu zählt das Asperger-Syndrom – haben Schwierigkeiten bei der Jobsuche, auch wenn sie in der Regel hohe Bildungsabschlüsse erreichen. Eine Folge der Hürden bei der Jobsuche ist häufig die finanzielle Abhängigkeit von Menschen mit Autismus.

Genau deshalb hat es sich die Organisation *Auticon* zur Aufgabe gemacht, Autist:innen einen sicheren Arbeitsplatz zu bieten. Der Fokus von *Auticon* liegt auf der Vermittlung von IT-Spezialist:innen mit Autismus. Autist:innen zeigen oft ein stark ausgeprägtes logisches Verständnis und bringen daher für diese Tätigkeiten besonders geeignete Fähigkeiten mit. Aufgrund des wachsenden Fachkräftemangels, der die IT-Branche verstärkt trifft, entlasten inklusivere Unternehmenskulturen daher auch die Gesellschaft.

In Deutschland ist die Anzahl der Institutionen, die sich mit Autismus auseinandersetzen, zur Zeit noch sehr gering. Andere Länder gehen dahingegen deutlich offener mit Autismus um. Im Vereinigten Königreich gibt es zum Beispiel ein umfassendes politisches Autismus-Rahmenwerk, das Bereiche wie Bildung, aber auch den Arbeitsplatz und Beziehungen abdeckt.

In vielen anderen europäischen Ländern liegt der Fokus oft nur auf frühkindlicher Bildung. Die Ansätze sind jedoch verschieden.

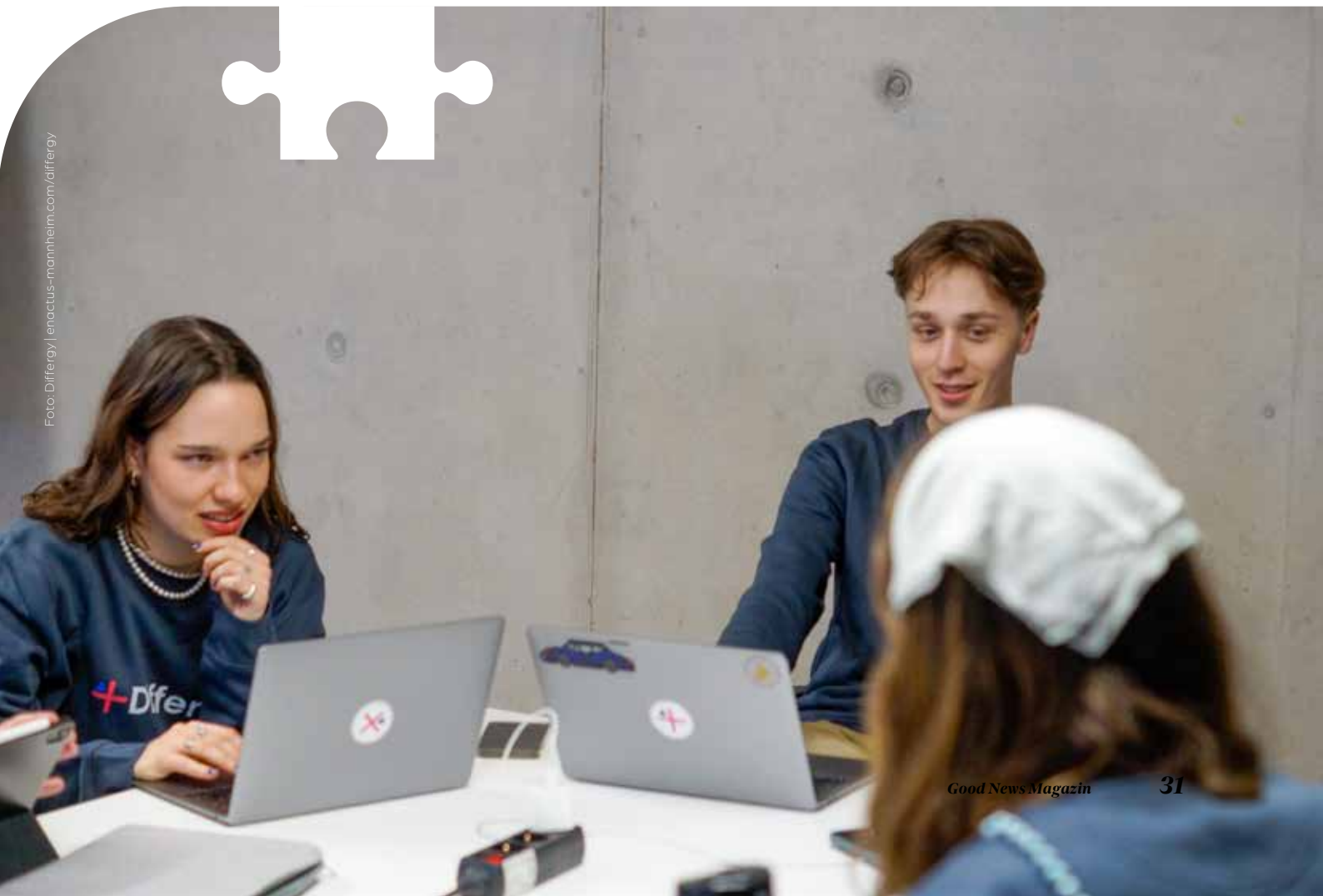


Ganzheitliche Inklusion

Gesine und Klara wünschen sich, dass hier noch viel mehr passiert: „Eine übergeordnete Herausforderung ist, zu verstehen, dass nicht die Menschen das Problem sind, sondern das System, in dem sie agieren. Es behindern nicht die körperliche oder geistige Beeinträchtigung, sondern die Hürden, die sich in der Umwelt gebildet haben. Nur neurotypische Menschen können diese überwinden.“

Die verschiedenen Sichtweisen auf die Welt sollten laut dem *Differgy*-Team als Bereicherung in allen Kontexten gesehen werden. Auch wenn Bildung nur einen von vielen Bereichen der Inklusion ausmacht, ist diese essenziell. Häufig lernen junge Menschen hier über verschiedene Behinderungen. Solange sie allerdings nicht von und mit Menschen mit Behinderung lernen, ist die Bildung von Stereotypen sehr wahrscheinlich. Inklusive Schulen sollten daher ein grundlegendes Standbein einer inklusiven Bildungspolitik sein. Auf dem Weg in eine inklusive Zukunft gibt es also noch viel zu tun. Klara Vorwerk und Gesine Müller sind dennoch hoffnungsvoll. Denn mit *Differgy* schaffen sie es, das Thema Autismus zu entstigmatisieren. Immer häufiger stoßen sie dabei auf offene Ohren. Die Arbeitswelt scheint bereit für den so wichtigen Wandel hin zu einer inklusiveren Kultur. ☺

„Eine übergeordnete Herausforderung ist, zu verstehen, dass nicht die Menschen das Problem sind, sondern das System, in dem sie agieren. Es behindern nicht die körperliche oder geistige Beeinträchtigung, sondern die Hürden, die sich in der Umwelt gebildet haben. Nur neurotypische Menschen können diese überwinden.“



Das Urinal für die Frau und die



Foto: Lapee | lapeedk

Es gibt Dinge, die gibt es gar nicht – jedenfalls noch nicht lange für das jeweils andere Geschlecht. Etwa die Möglichkeit, auf einem Festival nicht stundenlang vor Toilettenkabinen anstehen zu müssen, sondern sich schnell an einem Urinal erleichtern zu können. Oder mit der Antibabypille ein Medikament zur Verhütung zu nehmen.

Pia Bergmann



Freiluftpinkeln für alle – aber sicher

Wer kennt sie nicht, die endlos langen Schlangen vor der Frauentoilette. Wo die Not zu groß wird, huscht die Eine oder Andere schnell auf das Männer-WC, denn dort ist oft weniger los. Besonders auf Festivals, großen Outdoor-Events oder im Park ist das Ungleichgewicht zwischen den Toiletten-schlangen groß, denn dort gibt es für Männer neben WC-Kabinen meist noch mobile Pissoirs. Für Frauen* gibt es zu den geschlossenen Kabinen nur die Alternative, sich einen improvisierten Ort zu suchen, um sich zu erleichtern – was nicht nur unhygienisch und unangenehm, sondern auch unsicher ist. Hand aufs Herz: Wer hat sich in dieser Situation nicht schon mal gewünscht, auch einfach im Stehen urinieren zu können?

Schluss mit dem ewigen Schlangestehen

Dieser Ungleichheit zwischen den Geschlechtern wollen Unternehmen wie *MadamePee*, *PEEQUAL* oder *Lapee* mit Missoirs, also Pissoirs für Frauen und alle, die zum Urinieren in die Hocke gehen müssen, entgegenwirken. Ihr Prinzip: mobile Urinale, die leicht zu transportieren und aufzubauen sind. Man geht hinein und kann sich, ohne großartig etwas berühren zu müssen, hinhocken und sichtgeschützt urinieren. Die Zeitersparnis ist im Vergleich zu einem klassischen Toilettengang laut *Lapee* enorm – statt bis zu drei Minuten werden im Schnitt nur 30 Sekunden benötigt.

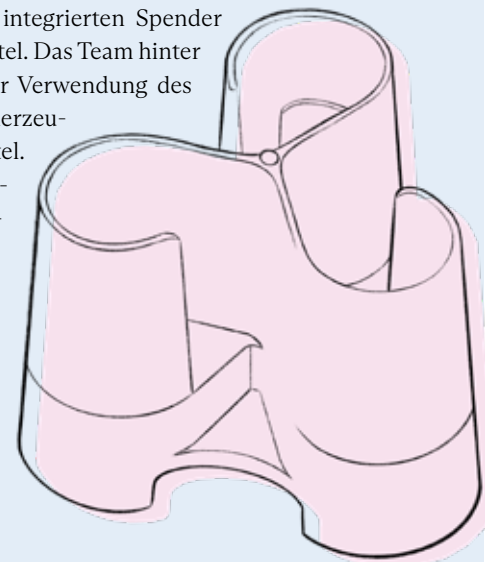
Lapee – ein ausgezeichneter Game Changer

Die knallpinken, schneckenhausartigen Missoirs von *Lapee* fallen besonders ins Auge. Sie stehen auf einem Tank, der 1.100 Liter fasst und somit etwa 3.500 Nutzungen ermöglicht, oder sind direkt an die Kanalisation angeschlossen. *Lapee* ist eine Erfindung des Architekt:innen-Teams Gina Périer und Alexander Egebjerg und die erste weibliche Version des weltweit verbreiteten Urinals für Männer. Das Hock-Urinal wird in Dänemark design't und produziert und seit 2019 auf Musikfestivals, Sportevents und anderen Großereignissen in Europa und Australien eingesetzt.

„I couldn't imagine going to a festival or a sport event without male urinals being everywhere. There's absolutely no reason that women shouldn't have urinals as well.“

Alexander Egebjerg, Gründer und COO von Lapee

Es wird aus recyclebarem Material hergestellt und verwendet für die Nutzung kein Wasser. Zum Reinigen der Hände gibt es einen integrierten Spender mit Handdesinfektionsmittel. Das Team hinter *Lapee* forscht auch an der Verwendung des flüssigen Abfalls zur Stromerzeugung und als Düngemittel. Im Jahr 2022 gewann *Lapee* den dänischen Design-Award in der Kategorie „GAME CHANGER“.



Antibabypille für den Mann



Illustrationen: Tanja Pracht

Forschungserfolge bei der Antibabypille für den Mann

Verhütung ist überwiegend Frauensache. Für sie gibt es zahlreiche Methoden der Empfängnisverhütung – etwa die Hormonspirale, die Dreimonatsspritze oder die Antibabypille. Für Männer gibt es bisher nur zwei Möglichkeiten: das Kondom und die Vasektomie, also die dauerhafte Sterilisation. Nun gibt es jedoch vielversprechende Forschungsergebnisse aus den USA.

Spermien über Stunden bewegungsunfähig

Die Studienergebnisse wurden im Februar 2023 von Forschenden des *Weill Cornell Medical Colleges* um den New Yorker Pharmakologieprofessor Lonny Levin veröffentlicht. Sie entdeckten den nicht-hormonellen Wirkstoff TDI-11861, der die Aktivierung der Spermien blockiert, sie unbeweglich macht und nicht reifen lässt. So gelangen Spermien nicht bis zur Eizelle und können sie nicht befruchten.

Die Pille wurde bisher an Labormäusen getestet. Sie muss vor dem Sex eingenommen werden und ihre Wirkung setzte bei den Versuchen nach 30 bis 60 Minuten ein. Sie lag zwei Stunden lang bei 100 Prozent und drei Stunden später noch bei 91 Prozent. 24 Stunden nach der Einnahme war die Fruchtbarkeit wieder vollständig hergestellt und es konnten weder Auswirkungen auf das Sexualverhalten der Mäuse noch Nebenwirkungen festgestellt werden – auch nicht bei einer kontinuierlichen Einnahme über sechs Wochen. Nun muss in klinischen Studien die Wirksamkeit am Menschen nachgewiesen werden.

Langfristige reversible Sterilität

Etwa ein Jahr zuvor, im März 2022, stellte eine Forschungsgruppe der *University of Minnesota* ebenfalls Studienergebnisse für eine hormonfreie Antibabypille für den Mann ohne Nebenwirkungen vor.

Mit einer neu entwickelten Verbindung namens

YCT529 konnte das Team um Doktorand Abdullah Al Noman und Professorin Gunda Georg bei Mäusen die Spermienzahl deutlich reduzieren und Trächtigkeiten durch die Blockade eines Vitamin-A-Rezeptors in 99 Prozent der Fälle verhindern. Nach vier Wochen wurde ohne das Auftreten von Nebenwirkungen eine reversible Sterilität erreicht.

Ob sich die Pille auch an Menschen bewährt, soll 2023 getestet werden. Professorin Gunda Georg hält eine Marktzulassung innerhalb der nächsten fünf Jahre für möglich.

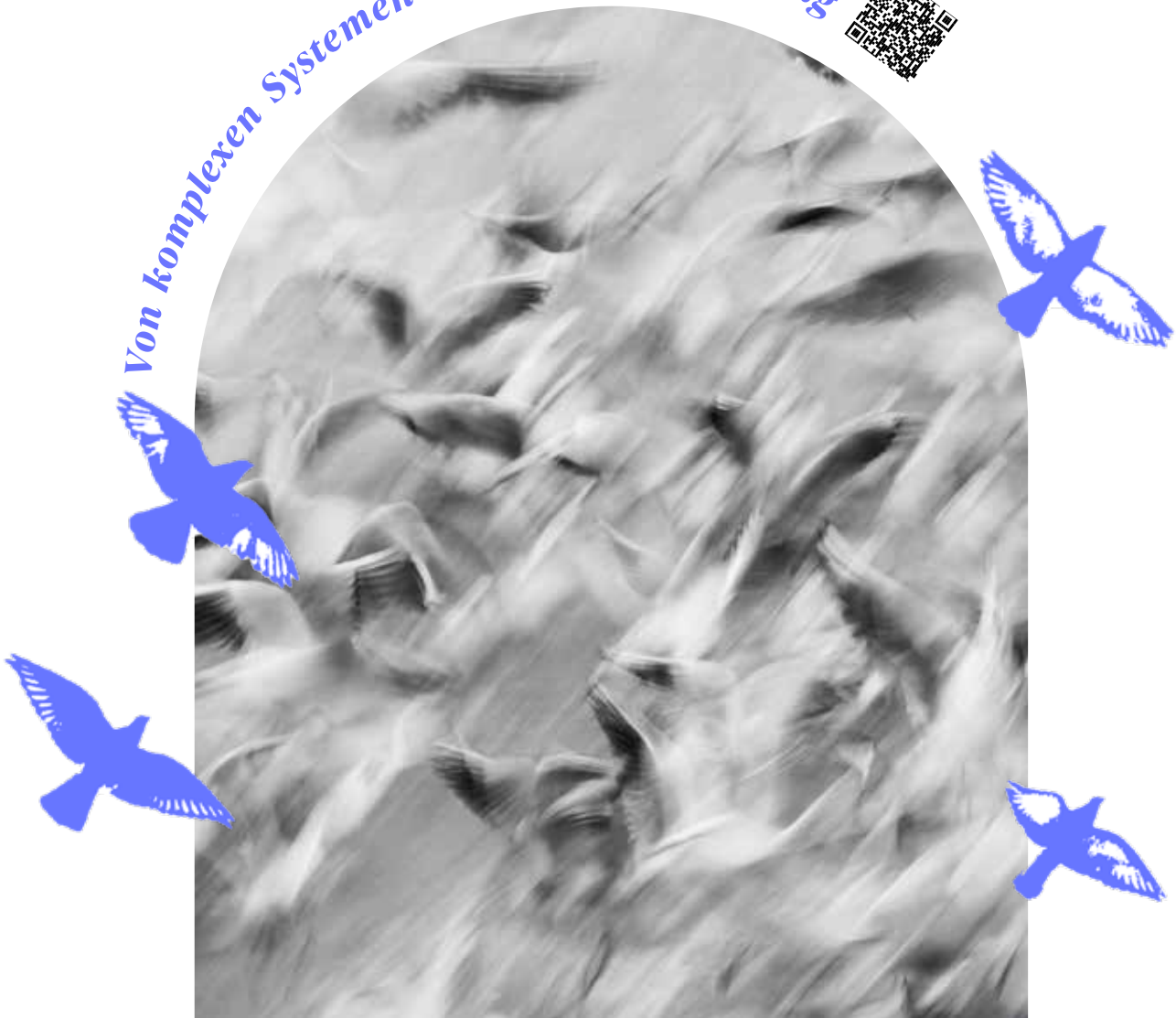
Zur Verhütung gehören immer zwei

Zwar bedeutet die Möglichkeit der Empfängnisverhütung mit der Antibabypille seit den 1960er-Jahren für viele Frauen auch mehr Selbstbestimmung, sie geht gleichzeitig aber mit viel Verantwortung und einigen physischen und psychischen Nebenwirkungen einher. In der Folge wird die Antibabypille für die Frau als Verhütungsmittel immer unbeliebter. Im Jahr 2020 lag die Verordnung der Pille bei gesetzlich versicherten Mädchen und Frauen in Deutschland bei 35 Prozent – 2010 waren es noch 46 Prozent.

Bei der Forschung nach einem neuen Verhütungsmittel für Männer konzentrierte sich die Wissenschaft bisher auf das Sexualhormon Testosteron. Bei dieser Methode wurden jedoch Nebenwirkungen wie Gewichtszunahme oder Depressionen festgestellt – genau jene Nebenwirkungen, die bei der Pille für die Frau bereits bekannt sind und in Kauf genommen werden. Heutzutage sind die Zulassungsregeln für Medikamente wesentlich strenger als noch in den 60ern und es gibt bisher kein zugelassenes Verhütungsmittel für den Mann. Die neuen Forschungsergebnisse lassen jedoch hoffen, dass sich dies in den nächsten Jahren ändern wird. ☺

Hast du deine Pille schon genommen, Mark?

Von komplexen Systemen und aktiver Hoffnung



Was wir von Vogelschwärmen über Nachhaltigkeit lernen

Ein Interview

Katharina Brinck, Ökologin und Nachhaltigkeitsberaterin, erklärt im Interview, wie wir unsere Welt als komplexes System verstehen, wie wir daraus umwelt- und klimafreundliche Strategien ableiten können und warum wir Hoffnung aktiv kultivieren müssen.

Paul Esser

Good News Magazin:
Katharina, du hast am renommierten Londoner Imperial College in Ökologie promoviert und berätst heute die Spitzen großer Unternehmen in Nachhaltigkeitsfragen. Deine Spezialität sind sogenannte „komplexe Systeme“. Was hat das alles mit Vögeln zu tun?

Katharina: Dass unsere Welt „komplex“ ist, ist in aller Munde. Mich fasziniert, sowohl persönlich als auch in meiner Arbeit, was es bedeutet, die Welt als komplexes, selbstorganisierendes System zu begreifen und was man daraus lernen kann für sich und die Transformationen unserer Gesellschaft, die wir brauchen und uns wünschen. Vogelschwärme sind meiner Meinung nach eines der schönsten

komplexen selbstorganisierenden Systeme und aufgrund ihrer Einfachheit so instruktiv. Hast du schon mal einen Vogelschwarm am Himmel beobachtet? Es sieht aus wie ein Tanz, eine komplizierte Choreographie voller Leichtigkeit, in perfekter Ausführung. Die Tänzer sind ein paar hundert Vögel – die keinen Choreografen haben, noch nie trainiert haben, die nicht mal ein mentales Konzept dieser speziellen Aufführung „Vogelschwarm“ haben. Ohne jegliche verbale Kommunikation oder Steuerung schaffen es die Tiere, sich gemeinsam zu bewegen, nicht ineinander oder in Hindernisse zu stoßen und ganz nebenbei diese wunderschöne Schwarmdynamik zu zeigen.

Ihr Erfolgsgeheimnis liegt in dem, was wir komplexes selbstorganisierendes Verhalten nennen – was, entgegen verbreiteter Vorstellung, keineswegs kompliziert, sondern im Gegenteil vergleichsweise simpel ist. Um einen komplexen Vogelschwarm zu konstruieren, nimmt man eine große Anzahl von Vögeln. Man bringt ihnen drei einfache Verhaltensregeln bei: Stoße nicht mit deinem Nachbarn zusammen. Fliege in die mittlere Richtung deiner Nachbarn. Und richte dich auf die Mitte des Schwarms aus. Und mit nur diesen drei Regeln entsteht die Choreografie der Vögel. Da kein Choreograph notwendig ist, bezeichnet man dies als einen „selbstorganisierenden Prozess“ – und den Vogelschwarm als „emergentes Phänomen“ der dynamischen Interaktionen der einzelnen Vögel.

Gibt es noch weitere Beispiele für solche emergenten Phänomene?

Sie sind überall! Emergente Phänomene können dann entstehen, wenn viele Agenten, also z.B. Vögel, miteinander dynamisch interagieren, also zum Beispiel nach den drei oben erwähnten Regeln.

Im Tier- und Pflanzenreich gibt es unzählige Beispiele dafür. Ein Phänomen, das uns zum Beispiel auch oft begegnet, ist eine Ameisenstraße. Keine der Ameisen hat ein Konzept einer „Straße“. Und dennoch bilden die Ameisen

sehr effiziente Kolonnen, die Futter auf dem schnellsten Weg zum Bau bringen. Kommunikation erfolgt dabei durch Pheromone – eine Ameise, die mit Futter von der Quelle zurück zum Ameisenhaufen läuft, gibt Duftstoffe an die Umwelt ab, die die anderen Ameisen auf die richtige Route lockt.

Ein ganz anderes Beispiel ist die Musterbildung im Fell, zum Beispiel von Zebras. Das emergente Phänomen sind hier die Streifen im Fell. Die „Agenten“ sind die Pigmentzellen, die entweder schwarz oder weiß sind. Jede Zelle stößt Botenstoffe aus, die die Farbgebung der umliegenden Zellen beeinflussen. Das Gleichgewicht, das sich am Ende einstellt, erzeugt die bekannten Zebrastrifen – die bei jedem Zebra im Detail anders aussehen, da natürlich nirgendwo die Dynamik exakt gleich vonstattengeht.

Aber was genau können wir von Vogelschwärmen und Ameisenstraßen über Klima- und Nachhaltigkeitsfragen lernen? Sind wir Menschen und vor allem unsere sozialen Gefüge nicht deutlich komplexer?

Selbstverständlich sind wir Menschen deutlich exzentrischer und differenzierter in unserem Wesen und Handeln als ein typischer Vogel und unsere Systeme von vielen uns selbst auferlegten Regeln und Rahmenbedingungen geprägt. Dennoch kann man unsere Gesellschaft genau wie einen Vo-

gelschwarm als komplexes selbstorganisierendes System betrachten, und daraus viel darüber lernen:

Acht Milliarden Menschen qualifizieren sich als „viele Agenten“. Wir stehen in *dynamischer Interaktion* zueinander: Wir reden miteinander, treffen einander, feilschen, diskutieren und handeln miteinander, lieben, hassen und unterstützen einander und beeinflussen alles in allem das Leben voneinander auf vielfältigste Art und Weise. Unsere Interaktionen lösen selbstorganisierende Prozesse aus, aus denen emergente Phänomene entstehen: Wir schließen uns in Partnerschaften, Familien oder Freundeskreisen zusammen. Wir organisieren uns in Unternehmen, Parteien und Organisationen. Wir geben uns sogar politische und rechtliche Rahmen, in denen wir die Grundzüge unseres Zusammenlebens festschreiben. Und als wäre das nicht schon komplex genug, ist unser menschliches System auch noch in die natürliche Welt eingebettet, die uns mit Energie, Nahrung und Ressourcen versorgt und die wir wiederum zum Beispiel durch CO₂-Emissionen beeinflussen.

Betrachtet man die Welt nun durch die Linse komplexer Systeme, wird klar: Sie sieht so aus, wie sie aussieht, weil sie unter dem Paradigma, dem die Agenten folgen, genau so aussehen muss. Ein jeder handelt so, wie es für ihn sinnvoll erscheint, und daraus entstehen die emergenten



Phänomene, die wir sehen: Organisationen, Firmen und politische Systeme, Ressourcenausbeutung, soziale Ungleichheit und Klimawandel, aber auch Naturschutzorganisationen, Social Start-ups und das *Good News Magazin*. Diese Phänomene entstehen aus dem komplexen Zusammenspiel von Einzelinteressen – also einzelnen Individuen, Organisationen, Kommunen, Firmen, Industrieverbänden und vielen mehr. All diese und ihre Interaktionen zu verstehen und zu analysieren, ist natürlich ein Ding der Unmöglichkeit. Die Kunst liegt in der Vereinfachung. Simuliert man ein komplexes System, geht es nicht darum, alle Details möglichst gut abzubilden, sondern zu verstehen, welche Eigenschaften der Agenten *wesentlich* sind, um das emergente Phänomen zu reproduzieren. Vögel haben selbstverständlich noch andere Verhaltensweisen als die drei Regeln, die wir oben diskutiert haben – doch die drei Regeln reichen aus, um die Schwarmdynamik zu reproduzieren. Die Betrachtungsweise hilft uns also zu verstehen, was in der ganzen Komplexität wesentlich ist und wo die wichtigsten Stellhebel für Veränderung liegen.

Wie könnten solche Stellhebel aussehen?

Ein gutes Beispiel sind Firmen und potentielle neue Geschäftsmodelle. Ob eine Firma erfolgreich ist oder nicht, hängt von einer Vielzahl an Faktoren ab. Manche davon liegen allein im Produkt – also z.B. ob ein neues Elektroauto fährt, qualitativ hochwertig ist und wenig Reklamationen hat. Andere ergeben sich aus der Interaktion mit Stakeholdern – also z.B., ob die Kunden auch E-Autos nachfragen, ob genug Ladeinfrastruktur bereitgestellt wird, ob die besten Mitarbeitenden in Unternehmen arbeiten wollen, die E-Autos herstellen, ob Investoren dafür finanzielle Mittel bereitstellen oder ob Regierungen in ihren jeweiligen Ländern den Absatz von Elektrofahrzeugen fördern oder ihm eher im Weg stehen.

Versteht man die vorwiegende Art der Individualmobilität als emergentes Phänomen, so kann man sich nun fragen: Was bräuchten Automobilhersteller, in dem Geflecht der Stakeholderinteressen, in dem sie sich bewegen, um mit dem Bau von E-Fahrzeugen erfolgreich zu sein? Ein wesentlicher Faktor, den man ableiten kann, ist die Planungssicherheit. Ent-

wicklung und Umbau von Produktionsstätten sind aufwändig. Dies ergibt nur Sinn, wenn klar ist, dass sich dies langfristig auszahlt – und nicht in zehn Jahren E-Fahrzeuge durch die Regulierung aus dem Markt gedrängt werden, weil z.B. auf Wasserstoff

gesetzt wird. Gleiches gilt für die Kunden – auch für diese ergibt der Erwerb eines E-Autos nur Sinn, wenn klar ist, dass die Infrastruktur weiter ausgebaut wird. Fragt man sich also als mutiger CEO, der auf E-Fahrzeuge umsteigen möchte, was dafür am besten zu tun ist, so ist Lobbyismus für einen verlässlichen regulatorischen Rahmen ein wesentlicher Hebel.

Wie würdest du die Regeln und den jetzigen Zustand in Bezug auf Nachhaltigkeit nach dieser Logik beschreiben?

Das ist eine sehr umfangreiche Frage, auf die ich nicht *die eine* Antwort habe. Unsere Welt besteht aus unzähligen Subsystemen mit einer Anzahl an Interessen und Wirkmechanismen, die den Überblick einer einzelnen Person weit übersteigt. Genau deshalb halte ich für so wichtig, die „Komplexe-Systeme-Brille“ zu verbreiten – so kann jeder in den Systemen, in denen er agiert, verstehen, welche Interessen aufeinandertreffen, welche emergenten Phänomene entstehen, und wo die mächtigsten Hebel für Veränderungen liegen würden.

Wichtig ist auch hervorzuheben, welche Diversität wir in unserer Gesellschaft erleben. Auf der einen Seite gibt es Individuen, die einfach nur ihre Eigeninteressen in den Vordergrund stellen und so dazu beitragen, dass skrupelloser Raubbau an unseren Ökosystemen betrieben wird, fossile Energieträger weiter abgebaut werden, mit der Perspektive „mir wird der Klimawandel schon nicht schaden“, oder dass sich die Schere zwischen Arm und Reich weiter öffnet. Auf der anderen Seite gibt es ganz viele Individuen, die ein alternatives Leben nicht nur propagieren, sondern leben – und so die Samen setzen dafür, dass sich dieses auch auf gesamtgesellschaftlicher Ebene durchsetzt.

Das klingt so, als läge die Verantwortung allein bei den Individuen. Ist es nicht eine Illusion, dass man als einzelner Bürger oder einzelne Bürgerin etwas erreichen kann in einem komplexen politischen und wirtschaftlichen System?

Die Frage nach Verantwortung ist spannend. Offensichtlich reicht es nicht, wenn jeder „gewöhnliche Bürger“ – also jemand, der vielleicht durch seine Konsumentscheidungen, durch die Wahl seines Arbeitgebers und durch politische Beteiligung Einfluss nehmen kann, aber sonst nur begrenzt Entscheidungen im System beein-

flussen kann – nachhaltige Entscheidungen trifft, während diejenigen, die in Machtpositionen sind, weitermachen wie bisher. Begreift man Verantwortung als „wer muss etwas tun“, so halte ich es folglich für gefährlich, diese auf das Individuum abzuschieben.

Versteht man Verantwortung jedoch als *Möglichkeit* zur



Gestaltung, so zeigt die Komplexe-Systeme-Perspektive, dass diese immer beim Agenten liegt – ob dieser nun ein Bürger oder ein Unternehmen oder ein Land ist. Gestalten kann jeder Einzelne in dem Kontext, in dem er lebt und agiert, durch seine eigenen Handlungen und seine Interaktionen mit den Menschen, denen er begegnet. Ob dies die Familienmitglieder, Kollegen und Supermarktbetreiber oder CEOs, Politiker und Investmentfonds-Manager sind, hängt davon ab, was man so macht im Leben – aber die Mechanismen sind immer die gleichen. Jeder kann seinen Kontext durch seine Werte, seine Handlungen und Entscheidungen, sein Vorleben und seine Geschichten, die er erzählt, prägen.

Deshalb ist die Auseinandersetzung mit uns selbst so wichtig. Unsere Werte, unser Verständnis, unsere Identität, unser Sein bestimmen unser Handeln. Die Arbeit an unseren eigenen transformativen Fähigkeiten hilft uns, ein immer besseres Werkzeug des komplexen Wandels zu werden. Ein Non-Profit in Schweden hat dafür die *Inner Development Goals* entwickelt, ein Framework transformativer Kompetenzen für Menschen aus allen Kontexten, um die *Sustainable Development Goals* zu erreichen.

Welche Inner Development Goals werden dort konkret genannt?

Die *IDGs*, wie die *Inner Development Goals* abgekürzt werden, sind in fünf Bereiche gegliedert: Sein (Beziehung zu sich selbst), Denken (kognitive Fähigkeiten), in Beziehung stehen (Fürsorge für andere und die Welt), Zusammenarbeiten (soziale Kompetenzen) und Handeln (Wandel vorantreiben). Darunter sind 23 Fähigkeiten eingeordnet. Die Bereiche sind dabei nicht überlappungsfrei und unterstützen sich im Allgemeinen gegenseitig: ein klarer innerer Kompass (Sein) hilft bei perspektivischen Fähigkeiten (Denken) oder Beharrlichkeit (Handeln). Die Fähigkeit, ganz präsent zu sein (Sein) hilft, mit anderen wertschätzend umzugehen und verbunden zu sein (Beziehung). Langfristige Orientierung und Visionskraft (Denken) fördern Mut (Handeln) und werden gleichzeitig von Kreativität und Optimismus (Handeln) gestärkt.

„Umgang mit Komplexität“ ist übrigens eine Kompetenz im Bereich Denken.

Das Framework wurde 2021 in einem Crowdsourcing-Ansatz entwickelt, von erfahrenen Leadership- und Persönlichkeitsentwicklungs-Experten und -Organisationen unterstützt und in einem wissenschaftlich fundierten Vorgehen konzipiert. Aktuell baut sich eine globale Community an Praktizierenden auf, mit Hubs in den meisten größeren Städten, um gemeinsam an der Stärkung dieser

Kompetenzen bei sich und anderen zu arbeiten.

Eine Perspektive, die mir besonders gefällt, ist die Frage „Wie oft nutze ich diese Fähigkeit?“ – und nicht „Wie gut kann ich das?“. Mut ist beispielsweise eine Fähigkeit im Bereich Handeln. Jeder ist mit einer unterschiedlichen Risikobereitschaft geprägt und mutig sein kann für jeden anders aussehen. Es geht also nicht darum, der Mutigste im Raum zu sein, wenn man diese Kompetenz entwickelt – es geht darum, für sich selbst Nischen zu suchen, in denen man vielleicht einen Schritt mutiger handeln kann als beim letzten Mal, und so Schritt für Schritt die Kompetenzen zu üben.

Welche Veränderungen merkst du an dir selbst, seitdem du dich aktiv mit diesen Zielen auseinandersetzt?

Während das Framework noch relativ neu ist, sind es die dort beschriebenen Kompetenzen großteils nicht. Eine große Veränderung hat für mich die konkrete Auseinandersetzung mit meinen Werten vor ein paar Jahren bedeutet. Ich bin ein introvertierter und im Allgemeinen erstmal beobachtender Mensch. Mir selbst darüber klar zu werden, dass der Mut, zur eigenen Wahrheit zu stehen, für mich ein Kernwert ist, hat mir an so vielen Stellen geholfen, den Mund aufzumachen und dafür einzutreten, was ich als richtig und wichtig empfinde, auch wenn es sich zu Beginn oft unangenehm angefühlt hat.

Ein Aspekt, der für mich zurzeit eine große Rolle spielt, ist das Thema Verbundenheit – nicht nur mit anderen Menschen, sondern auch mit der Natur, der Welt um uns herum und allem, was größer ist als wir. Als Ökologin war der Wald immer ein Ort, an dem ich mich zu Hause gefühlt habe. Heute übe ich, von Bäumen zu lernen, was es heißt, verwurzelt zu sein.

Wie und wo können unsere Leser:innen anfangen, wenn sie an der Erreichung dieser Ziele arbeiten wollen?

Die *IDGs* sind nicht konzipiert als etwas, das man möglichst schnell „erreichen“ oder perfektionieren möchte. Sie stellen vielmehr einen Rahmen an Fähigkeiten dar, die allesamt wichtig sind, um Transformation voranzutreiben, und von denen einem manche leicht fallen und andere immer etwas außerhalb der Komfortzone liegen.

Ein guter Einstieg ist ein Blick auf die Beschreibung der *Inner Development Goals* und eine einfache Selbstreflexion: Welche dieser Kompetenzen wende ich oft an in meinem Leben, welche fallen mir leicht? Und welche der Kompetenzen finden wenig Raum in meinem Leben aktuell und würde ich gern ein wenig weiterentwickeln?

Bei der Persönlichkeitsentwicklung gilt immer die Regel

„weniger ist mehr“. Am besten sucht man sich eine Fähigkeit aus, die man in den nächsten Wochen üben möchte – und hält dann aktiv nach Situationen Ausschau, in denen man sie ein klein wenig mehr als zuvor in die Praxis umsetzen kann.

Hilfreich ist es auch, die IDGs mit anderen zu diskutieren und gemeinsam auf die Entwicklungsreise zu gehen. Für viele der Kompetenzen gibt es auch aktive Übungen – und auch einen Tool-Katalog auf der IDG-Website.

Optimismus ist eines der IDGs im Bereich Handeln. Andere sprechen dabei auch von active hope, also aktiver Hoffnung. Woran denkst du persönlich, wenn du durch die active hope-Brille schaust?

Der Begriff *active hope* trifft für mich die Herausforderung im Kern. Hoffnung ist nicht etwas, mit dem wir, an guten Tagen und wenn die Umstände stimmen, aufwachen und worauf wir sonst warten, während wir uns verkriechen. Hoffnung ist etwas, das wir aktiv kultivieren.

Ich bin gesegnet durch eine unerschütterliche Fähigkeit, das Potential und das Gute in allem und jedem zu sehen. Meine Mutter hat mir beigebracht, jedem Menschen mit Empathie und Verständnis zu begegnen, und ich kann nicht anders, als die Ideale und Möglichkeiten um uns herum zu sehen. Ohne *active hope* kann mich das zur Verzweiflung und Resignation bringen – sind wir doch so weit weg von diesen Utopien. *Active hope* heißt für mich, mich jeden Tag aufs Neue für das Licht und die Kraft zu entscheiden, die von diesen Idealen ausgeht, und zu versuchen, meinen kleinen Beitrag zu leisten, diesen ein Stück näherzukommen. Meine Arbeit, in der ich Räume für einzelne Menschen und Teams schaffe, ihre eigenen Potentiale zu erleben und sie so ein Stück mehr in die Welt zu tragen, ist dabei ein großes Geschenk für mich.

Welches komplexe System möchtest du als Nächstes verstehen?

Ich war kürzlich bei einem Vortrag rund um Nachhaltigkeit, wo der Vortragende relativ wirtschaftsnahe Lösungsoptionen

für einige der aktuellen Probleme dargestellt hat. Ich hatte einige inhaltliche Fragezeichen, fand die generelle Perspektive aber stimmig. Fasziniert hat mich, dass viele der Zuhörenden – insbesondere die ältere Generation – die Ideen als Verrat an der Nachhaltigkeitsbewegung empfunden haben. Die Wirtschaft einzubeziehen, war ihnen viel zu weich gekocht und sie hatten Angst um die Ziele der Umweltbewegung.

Dieses Erlebnis hat mich nachdenklich gemacht. Wir brauchen praktikable, umsetzbare Visionen, davon bin ich überzeugt. Und gleichzeitig dürfen wir damit nicht die Vertreter der Nachhaltigkeitsbewegung abhängen, die diese vor Jahrzehnten angestoßen haben. Wie sieht das komplexe System der Systemwandler also aus? Wie kann die Nachhaltigkeitsbewegung inklusiv bleiben und alle Kräfte bündeln? Da bin ich neugierig, mehr zu lernen.

Was möchtest du unseren Leser:innen noch mit auf den Weg geben?

Die Welt ist komplex und diese Perspektive kann ein Gefühl von Machtlosigkeit hervorrufen – oder ein Gefühl von Möglichkeiten. Die Welt, die wir sehen,

ist geprägt von jedem Einzelnen von uns und jeder Einzelne von uns kann einen Unterschied machen – in jeder Handlung und in jeder Entscheidung. Nicht jeder wird Bundeskanzler oder Vorsitzender der Vereinten Nationen, aber jeder hat Einfluss auf sein direktes Umfeld. In einem Vogelschwarm reichen fünf Prozent der Vögel aus, um die

Richtung des ganzen Schwarms zu drehen. In unserer komplexen Welt sind die Sachverhalte komplizierter – und trotzdem gilt: Jeder Flügelschlag zählt. ☺



Zu Besuch in Hamburg

Zuhör-Kiosk

Eine
Reportage

Die *Ohren* im Hamburger Zuhör-Kiosk bieten allen Menschen ein offenes Ohr – ob für Sorgen, Lebensgeschichten, Lieder oder Alltagsphilosophien. Wir haben zwei *Ohren* einen Tag begleitet.

Nina Kegel



Mit einem satten Geräusch öffnen sich die Türen der U2 und ich werde mit einem Schwall anderer mehr oder wenig hastender Menschen in die Station Emiliestraße gespült. Die Wand gegenüber ist mintfarben gekachelt. Ich folge dem Menschenstrom in Richtung Stationsausgang. Zwölf Schritte, dann blicke ich direkt in Ilkas lächelndes Gesicht. Sie sitzt hinter der Glasscheibe des kleinen Kiosks links von mir, auf der Mitte des Bahnsteigs. Von außen ist das Häuschen mit zahlreichen Zetteln beklebt, hinter den Scheiben häuft sich allerlei spannender Krempel. Besonders ein großes Plakat fällt ins Auge: „*Ich höre Ihnen zu*“, steht da.

Denn das Häuschen in der U-Bahn-Station ist nicht irgendeines und Ilka Wulf weder Bahnmitarbeiterin noch Kioskbetreiberin. Sie ist ehrenamtlich *Ohr*, Anlaufstelle für alle Gesprächsbedürftigen. Wer reden will, ist im Zuhör-Kiosk willkommen.

Ein Besuch im Zuhör-Kiosk

Auch mich bittet Ilka mit einer einladenden Geste in das etwa drei Quadratmeter große Häuschen, bietet mir Stuhl und Kaffee an. Sie selbst sitzt auf einem Stuhl vor dem Schiebefenster, eingepackt in Skikleidung, Schal und Mütze. Es ist kalt an diesem Märztag und vor dem Eingang der U-Bahn-Haltestelle rieseln weiße Flocken als seltenes Naturspektakel auf den Boden des Hamburger Stadtteils Eimsbüttel. Heute darf ich sie bei ihrer Zuhör-Schicht begleiten. In ihrer offenen Art, die mich sofort willkommen fühlen lässt, fängt sie sogleich an zu erzählen, wie sie selbst zum *Ohr* (so heißt es im Zuhör-Kiosk-Jargon) wurde.

Auf Facebook stieß sie im vergangenen September auf ein Foto des Zuhör-Kiosks. Zu diesem Zeitpunkt war sie schon länger auf der Suche nach einem Ehrenamt, besonders ihre Arbeit im Ahrtal 2021 hat den Wunsch nach einem Engagement mit sozialem Mehrwert verstärkt. „Aber

nichts hat mich richtig angesprochen“, erinnert sie sich. Doch das Foto des Kiosks auf dem Profil einer Bekannten weckte sofort ihr Interesse: „Dann bin ich, weil ich mich informieren wollte, mal nach Feierabend hier vorbei. Das war aufn Montag, da war gerade Christoph da und eine halbe Stunde später hatte ich den Schlüssel in der Hand.“ Bereits am darauffolgenden Freitag hatte sie ihre erste Schicht, in der Gründer Christoph Busch ihr alles zum Zuhör-Kiosk und ihren Aufgaben erklärte und sicherstellte, dass sich Ilka tatsächlich als *Ohr* eignet. Seitdem sitzt die 44-Jährige jeden Freitag in dem Häuschen, das mit den Vorhängen und zahlreichen Gegenständen an diesem unerwarteten Ort überraschend genau das Maß an Anonymität und Gemütlichkeit schafft, das es für offene, tiefe Gespräche braucht. Die Gegenstände haben andere Gäste hiergelassen, als kleine Mitbringsel und um etwas von sich selbst an diesem „besonderen Ort“ zu lassen, wie sie ihn im Verlauf des Gesprächs mehrfach nennt.





Öffnungszeiten
Montag bis Freitag
12:00–18:00



mittlerweile 75-Jährige darum seinem Team diese Aufgabe, seine Rolle als Springer und Organisator behält er dennoch mit Stolz.

Auch anderswo ist man von der Idee des Gesprächsangebots begeistert: Im Hamburger Stadtteil Bramfeld gibt es mittlerweile einen zweiten Zuhör-Kiosk, weitere stehen unter anderem in Berlin, München und dem holsteinischen Neustadt. Zwar haben diese nichts direkt miteinander zu tun, doch der Wunsch für einen breiteren gesellschaftlichen Diskurs vereint die Projekte.

Vom Kiosk zur Schreibstube zum Zuhör-Kiosk

Doch wie kam es überhaupt zu diesem Ort? 2018 stand der Kiosk zu vermieten, erzählt Ilka. Christoph Busch, der ganz in der Nähe wohnt, war sofort interessiert. Der Plan des Drehbuchautors war es allerdings nicht, Kippen und Schokoriegel zu verkaufen, sondern zu schreiben, denn im Trubel der Vorbeigehenden sah er großes Potenzial für gute Geschichten. So kam es, dass er schon wenig später seinen Arbeitsplatz im Hamburger Untergrund einrichtete. Draußen hing er ein Schild auf: *Ich höre Ihnen zu*. Immer häufiger blieben die Passant:innen am Kiosk, der kein Kiosk mehr war, stehen und fingen an zu erzählen. Die Gespräche, die über das große geöffnete Fenster auf der linken Seite der Schreibstube stattfanden, gingen schon bald über den üblichen „Was ein Wetter“-Schnack hinaus.

„Und irgendwann kam es, dass er mehr gesprochen als geschrieben hat. So kam die Idee auf, das Projekt weiter voranzutreiben“, berichtet Ilka. Seitdem ist Busch nicht mehr der einzige Zuhörer im Haltestellenhäuschen: Fast 30 Ehrenamtliche gehören mittlerweile zum *Zuhör-Kiosk e.V.* und decken mit unterschiedlichsten Charakteren, Professionen und einer Altersspanne von mehr als 50 Jahren verschiedene Bedürfnisse der Gäste ab.

Immer wieder fragen außerdem weitere Menschen an, die ebenfalls zuhören wollen. Sukzessive überlässt der

Fluchterfahrung, Einsamkeit und Liebeskummer

Gemeinsam mit Ilka beobachte ich durch das Schiebefenster, das an diesem Tag aufgrund der Temperaturen geschlossen bleibt, das Treiben der kleinen Menschengruppen. Beinahe im Minutentakt betreten und verlassen die Vorbeigehenden den Bahnsteig. Die Schichten, erzählt sie mir, sähen immer ein wenig anders aus: „So ein paar Fenstergespräche hat man immer und es kommen immer Leute vorbei, die sagen ‘Ist ja toll, was ihr da macht’ – also man kommt immer ins Gespräch.“ An manchen Tagen sei das Häuschen durchgängig belegt, andere der dreistündigen Schichten verliefen aber auch ohne Gäste, die das Sprechangebot im Kioskinneren wahrnehmen.

Im vergangenen halben Jahr war Ilka bereits *Ohr* für viele verschiedene Menschen mit unterschiedlichen Themen. Ihr erster Gast im Kiosk war ein Iraner, der von seiner Fluchterfahrung berichtete, erinnert sie sich. Auf ihn folgten ältere Menschen, die von Einsamkeit sprachen, junge Mädchen, die der 44-Jährigen ihren Liebeskummer anvertrauten, und immer wieder auch Gäste, die in dem geschützten, kleinen Raum gesellschaftlichen Zusammenhalt und die soziale Situation zum Thema machten. In dieser Zeit hat sie vor allem eines gelernt: „Ich weiß, dass

ich nie weiß, was kommt. Darauf muss oder darf ich mich entsprechend einstellen.“

Diese Haltung ist sie auch in ihrem Job als psychologische Beraterin und Coach gewöhnt, parallel macht sie eine Ausbildung zur Heilpraktikerin für Psychotherapie.

Allerdings zieht sie klare Unterschiede zwischen ihrer Arbeit als ZuhörerIn und der in der Praxis. Während sie dort das Gespräch sehr viel mehr lenkt, um das, „was unter der Geschichte liegt“, zum Vorschein zu bringen, nähme sie sich als ZuhörerIn ganz klar zurück: „Die Leute erzählen einfach, was sie erzählen wollen. Es geht nicht um uns, das darf man nicht vergessen. Es geht um die Leute, die sich die Sorgen von der Leber reden wollen, die sich austauschen wollen, die ein nettes Gespräch führen wollen.“

Manche der Gäste kommen dafür auch mehrfach. Wie Ilkas Stammgast, ein älterer Herr, der bei ihr regelmäßig seine Freude am Philosophieren zum Ausdruck bringt: „Wir reden dann über Gott und die Welt, duzen uns, sagen dann ‘schön, dass du da bist’ und so. Ich würde nicht sagen, dass eine Freundschaft entstanden ist, aber das ist schon eine ganz andere Verbindung als zu jemandem, der nur einmal da ist.“ Sie lächelt, als sie von diesem Stammgast erzählt, und erneut wird mir die positive Ausstrahlung bewusst, mit der sie den kleinen Raum voll und ganz ausfüllt. Ich kann verstehen, wieso er so gerne vorbeikommt. Klar wird bei ihren Ausführungen auch: Es geht den Menschen hier nicht nur darum, kurz das eigene Leid zu klagen. Es geht auch ganz banal um Zwischenmenschliches, um soziale Kontakte und ums Gehörtwerden. Auf welche Weise auch immer. Ein Stammgast von Gründer Christoph Busch sei etwa immer zum Singen vorbeigekommen.

„Die Leute erzählen einfach, was sie erzählen wollen. Es geht nicht um uns, das darf man nicht vergessen. Es geht um die Leute, die sich die Sorgen von der Leber reden wollen, die sich austauschen wollen, die ein nettes Gespräch führen wollen.“

Ilka Wulf



Hamburger Zuhör-Kiosk
U-Bahnstation U2 Emiliestraße

„Ich höre Ihnen zu.“

Jedes Ohr ist anders

Von sehr unterschiedlichen Themen und Bedürfnissen erzählt mir auch Ilkas Kollegin Yeshe Fuchs, die ich wenig später kennenlerne. Denn um 15 Uhr ist Schichtwechsel bei den *Ohren*. Yeshe wohnt ganz in der Nähe, ist darum häufiger in der Emilienstraße ein- und ausgestiegen. Die Idee des Kiosks fand sie von Anfang an super. Darum begründet sie ihre Motivation für das Ehrenamt ganz simpel: „Ich finde es wichtig heutzutage, dass Menschen mal zuhören. Das ist auch für mich total wertvoll.“

Als ich mit Yeshe ins Gespräch komme, merke ich schnell, was Ilka meinte, als sie sagte, jedes *Ohr* sei anders. Die 82-Jährige ist in ihrem Auftreten ruhig und spricht langsam, mit einer Bedachtheit, die simple Schlussfolgerung ihrer (Lebens-)Erfahrung zu sein scheint. Dabei bietet sie mir in derselben Nüchternheit Bonbons an, wie sie von den teils schweren Themen bei ihrer Arbeit berichtet.

Auch für sie ist es nicht der erste Berührungspunkt mit aktivem *Zuhören*, bei ihren Meditationsseminaren spiele das ebenfalls eine Rolle. Allerdings betont sie auch: „Man macht klar, dass man nicht zur Reparatur da ist.“

Ihre weiteren Ausführungen werden jäh von einem entschlossenen Klopfen unterbrochen: Durch die Glastür sehe ich eine etwa sechzigjährige, unauffällige Frau. Umso überraschter bin ich von ihrer festen, nachdrücklichen Stimme: „Hallo, ich möchte bitte mit jemandem sprechen.“ Ich verlasse den Kiosk und die Frau tritt ein. Eine dreiviertel Stunde dauert das Gespräch, in dem die Frau dem *Ohr* ihre verzwickte Lebenssituation schildert. Für Yeshe (links) ein Beispiel für die Unterschiede in den Themen, die unterschiedliche Generationen mitbringen:

„Die Jungen stehen im Leben, sind mit Ausbildung und Studium beschäftigt. Bei Älteren geht es viel um Einsamkeit, besonders während der letzten Jahre sind viele Beziehungen auseinandergebrochen. Außerdem geht es viel um die Sehnsucht, dass alles nochmal so sein könnte, wie es mal war, und dass es schwer ist, mit sich selbst zu sein.“

Es sind Themen, die viele womöglich sonst mit einer Freundin oder einem Freund besprechen würden. Doch was, wenn es genau daran fehlt? In den Zuhör-Kiosk kommen deshalb häufig Menschen, die neu in Hamburg sind und noch kein soziales Umfeld haben, gerade anfangen zu studieren oder geflüchtet sind. „Dann geht es darum, Mitgefühl zu zeigen. Auch das ist schon unglaublich wertvoll.“

Niedrigschwelliger Zugang

Das Gesprächsangebot wahrzunehmen, klingt so leicht: In der Emilienstraße aussteigen und die *Ohren* ansprechen.

Doch für viele ist auch das eine große Hürde: Die eigenen Probleme scheinen zu unbedeutend, das Stigma des ‘Hilfe brauchen’ zu groß. Yeshe erzählt, dass viele derjenigen, die zum Reden kommen, im Vorfeld schon mehrfach am Kiosk vorbeispaziert seien. Mehrere Anläufe bräuchte es oft, bis sie es schaffen, über ihren Schatten springen.

Auch Ilka erzählte mir zuvor von ihren Bemühungen, den Gästen das Ansprechen zu erleichtern: Manche, die interessiert scheinen, spreche sie vorsichtig an, stets mit einer gewissen Zurückhaltung, um die Entscheidung der Person zu überlassen. Auch an diesem Tag blieb eine Frau eine ganze Weile in der Nähe des Kiosks stehen. Ilka lächelt erst freundlich, dann winkt sie der Passantin zu. Langsam tritt die Frau näher und erzählt, dass sie schon häufiger an dem Kiosk vorbeigegangen war, fragt, wie ein Gespräch abläuft. Schließlich verabredet sie sich mit der ZuhörerIn. Nächsten Freitag will sie wiederkommen.

Ihr fällt dabei auch ein älterer Mann aus der Nachbarschaft ein, ein häufiger Gast, der trotz tieferer Themen immer darauf besteht, es bei einem Fenstergespräch zu belassen. „Er steht dann auch im Winter eine Stunde lang hier, aber würde sich nie hier hineinsetzen. Das ist ihm zu psychologisch – auch, wenn es das eigentlich gar nicht ist. Ich habe ihm angeboten, mal im Sommer im Park spazieren zu gehen. Da war er dann total begeistert“, erzählt die ZuhörerIn lachend. Man merke deutliche Vorurteile, die insbesondere in den Köpfen älterer Männer noch immer stark verankert sind. Die daraus resultierende Mehrzahl weiblicher Gäste bemerkt auch Yeshe: „Ich glaube, die Herren der Schöpfung sind da ein bisschen scheu. Die wissen nicht mit ihren Emotionen umzugehen.“



Während meines Besuchs im Kiosk beobachte ich immer wieder Menschen, nicht nur Männer, die unauffällig die zugeklebte Fassade des Häuschens mustern. Der junge Mann in der indigofarbenen Jacke, 'würde ihm vielleicht ein Gespräch guttun?'; frage ich mich unwillkürlich. Oder was ist mit der älteren Dame mit dem kleinen Hund, die den Zettel mit den Öffnungszeiten (Mo - Fr: 12 - 18 Uhr) studiert? Hat sie zu Hause jemanden, mit dem sie über ihre Sorgen, aber auch ihre glücklichen Momente sprechen kann?

Diese Gedanken begleiten mich auch dann noch, als ich wieder in die U2 steige und den Zuhör-Kiosk durch die verschmierte Scheibe an mir vorbeiziehen sehe. Während ich die Menschen um mich betrachte - die meisten davon in Handy, Gespräch oder eigene Gedankenwelt vertieft -, muss ich an einen Gast denken, von dem Ilka am Ende erzählte. Er sei mit der Intention gekommen, an diesem Tag mit fünf neuen Menschen zu sprechen. „Ich finde das gut, insbesondere in der Anonymität einer Stadt wie Hamburg“, kommentierte sie. Wieso eigentlich nicht, überlegte ich. Mir schien das spannend: Die Komfortzone verlassen, neue Menschen kennenlernen, die Perspektive wechseln. Ich verspreche mir, es auch zu probieren. Direkt heute. ☺



Ein Blick in das Innere des Zuhör-Kiosks







Challenge-Based Learning für ein besseres Morgen

Die Welt ist mein Campus

Bildung ist ein essentieller Baustein, um aktuelle Herausforderungen zu meistern. *Tomorrow University*-Mitgründer Dr. Thomas Funke erklärt, wie Bildung die Welt ein kleines Stückchen besser macht.

Lara Schmalzried



Unsere Welt befindet sich stetig im Wandel. Herausforderungen wie die Klimakrise, gesellschaftliche Spaltungen und Pandemien erfordern Menschen, die sich dieser annehmen und gemeinsam nach Lösungen suchen. Mit dieser Mission gründete Thomas Funke die *Tomorrow University*. „In einer Zeit, in der es so viel Wissen gibt wie nie zuvor, kann auch Bildung ganz neue Dimensionen einnehmen“, so seine Ambitionen. Die *Tomorrow University of Applied Sciences* ist eine private Hochschule. Auf ihrem digitalen Campus können Studierende aus der ganzen Welt verschiedene Bachelor- und Masterstudiengänge absolvieren. Alle

Studiengänge wurden anhand eines Kompetenzrahmenwerks zusammengestellt. Dieses Rahmenwerk entstammt einem Forschungsprojekt des Gründers, das untersuchte, welche Kompetenzen notwendig sind, um die Herausforderungen der heutigen Zeit anzugehen. Im Studium selbst wird das aus der Lernforschung des Jahres 1963 entstammende *Mastery Learning* angewandt. Demnach ist die effektivste Form des Lernens nicht die Vermittlung und Wiedergabe von Wissen, sondern die Anwendung von Wissen auf Problemstellungen. Die Lehrenden werden dabei zu Coaches und die Welt zum Campus.

Alles begann mit der Liebe zur Bildung

Funke war bereits früh von der Lehre fasziniert. Bereits im Alter von 15 Jahren begann seine Karriere: Während der Schulzeit unterrichtete er andere Schüler:innen im Tennis und erkannte, dass das Lehren ihm die Möglichkeit gab, Menschen zu inspirieren und ihnen dabei zu helfen, über sich hinauszuwachsen. Im Studium weitete er diese Leidenschaft weiter aus. Zunächst promovierte er und war dann als Assistenzprofessor tätig. Auch wenn ihn die Forschung interessierte, war es vor allem die Lehre, in der er seine Zukunft sah.

Letztendlich entschied er sich, die Universität zu verlassen. Durch die strenge Trennung von Wissenschaft, Forschung, Lehre und Praxis und die in seinen Augen fehlende Innovation konnte er sein modernes Verständnis von Lehre nicht ausüben. Während der Tätigkeit an der Universität setzte er sich vermehrt für modernere Lehrtechniken ein. So animierte er unter anderem Studierende zur Unternehmensgründung. In dieser Zeit entstand auch sein Wunsch, selbst zu gründen. Funkes Erklärung: „Wenn man selbst schon einmal gegründet hat, bereichert das auf jeden Fall die Lehre.“ Und so gründete er direkt mehrere Unternehmen hintereinander. Sein letztes Projekt: Die *Tomorrow University of Applied Sciences*.

Impact durch Bildung

Die Lehre der *Tomorrow University* basiert auf drei Säulen, die mit den aktuellen Herausforderungen einhergehen: Technologie, Nachhaltigkeit und Entrepreneurship. Die Basis für jene Säulen sind die sechs großen Kompetenzen, die essenzielle Bausteine moderner Bildung sein sollten. Laut Funke bietet Bildung deutlich mehr Chancen, als momentan genutzt werden. Den Studienstoff an Kompetenzen auszurichten, hilft Universitäten, ihren Fokus hin zur Bewältigung von Herausforderungen zu verschieben.



Zu den sechs Kompetenzen gehören:

- *Kritisches und analytisches Denken* bildet die Fähigkeit ab, Sachverhalte und Informationen zu hinterfragen und aus verschiedenen Blickwinkeln zu beleuchten.
- *Technological Literacy* beschreibt die Kompetenz, Technologien zu verstehen und sie zur Bereicherung der eigenen Fähigkeiten nutzen zu können.
- Durch das Erlangen von *Selbstwirksamkeit* können Individuen lernen, ihre Stärken zu stärken und über sich hinauszuwachsen.
- Zu lernen, wie ein:e Unternehmer:in zu denken und zu handeln, ermöglicht Lernenden, an den Lösungen für Probleme zu arbeiten.
- *Verantwortungsbewusstes Unternehmer:innen-tum* beschäftigt sich mit Lösungen, die gesellschaftlichen Mehrwert bringen.
- *Soziale Intelligenz* spiegelt den Umgang mit diversen Menschen und das Verständnis der eigenen Identität als Teil der Gesellschaft wider.





Wie entsteht aus diesen Kompetenzen ein Curriculum?

Traditionell sind Bildungseinrichtungen so aufgebaut, dass Lernstoff sich fast ausschließlich auf die Vermittlung von Wissen und kognitiven Fähigkeiten konzentriert. Doch durch die digital vernetzte moderne Welt ist Wissen heutzutage oft frei verfügbar. Bildung kann daher laut Funke viel mehr leisten. Indem Studierende durch ihre eigenen Methodiken sogenannte Challenges lösen, lernen sie an der *Tomorrow University* ganz automatisch, sich der unterschiedlichen Kompetenzen zu bedienen, und stärken gleichzeitig ihre soziale Intelligenz. Bei den Challenges erarbeiten Studierende Ideen für Problemstellungen von Unternehmen – so zum Beispiel für nachhaltigen Transport bei einem Transportdienstleister.

Zudem beginnt jedes Studium mit einer Orientierungsphase. In dieser formulieren Lernende zum einen ihr persönliches *Mission Statement*. Hier reflektieren sie, welche Ziele sie mit dem Studium verfolgen und welche Werte sie vertreten. Darüber hinaus bietet die Universität eine detaillierte Aufgliederung der Kompetenzen im Rahmen eines Kurses an, sodass Studierende diese während der gesamten Studienzeit vor Augen haben.

Bildung – der Schlüssel zum Erfolg

Die Anzahl großer Herausforderungen der heutigen Zeit scheint schier unendlich. Besonders deshalb ist es wichtig, Bildung als ein zentrales Element dafür zu nutzen, junge Menschen schon jetzt auf die Lösung komplexer Probleme vorzubereiten. Eigentlich besitzt die Bildung von heute die idealen Voraussetzungen: Das *Humboldt'sche Prinzip*, die Verzahnung von Lehre und Forschung, ist so ausgeprägt wie nie zuvor. Auch der Umfang des Wissens ist so groß wie noch nie in der Geschichte der Menschheit. Dennoch gibt es auch einige Herausforderungen, die Bildung noch meistern muss, um ihrem Potential voll nachzukommen.

Auch wenn Wissen in einem großen Ausmaß frei verfügbar ist, ist besonders qualitativ hochwertiges Wissen oft kostenpflichtig. Aufwendige Studien sind dabei manchmal so teuer, dass selbst viele Universitäten nicht den Zugriff auf die gesamte Bandbreite des Wissens aus einem speziellen Bereich haben. Damit können Lehrende, Lernende und Expert:innen nicht alle Vorteile der Wissensgesellschaft vollständig nutzen. Zudem bleibt der Zugang zu guter Bildung vielen Menschen nach wie vor verschlossen. Unternehmer:innen wie Funke bieten zwar fortschrittliche



Bildungsmodelle an, aber ein Studium an der *Tomorrow University* ist gleichzeitig eine hohe Investition. Die regulären Kosten für ein Studium variieren zwischen 19.000 und 24.000 Euro. Um möglichst diversen Studierenden das Studium zu ermöglichen, bietet die Universität für Bedürftige Stipendien an, mit denen ein Teil der Kosten abgedeckt werden kann. Zusätzlich gibt es für eine frühzeitige Anmeldung einen Rabatt. Dennoch muss sich hier auch bei staatlich finanzierter Bildung noch viel tun.

Viele Bildungsformate erfüllen nach wie vor nicht die Anforderungen an die heutigen Herausforderungen. Im neunzehnten und zwanzigsten Jahrhundert sollte Bildung vor allem Menschen für ausführende Berufe vorbereiten, so zum Beispiel in der Industrie. In der modernen Bildung sollte der Fokus jedoch auf der Entfaltung individueller Fähigkeiten liegen. Dafür müssen auch die Bildungsformate individualisiert werden, unabhängig von beispielsweise bestimmten Studiengängen. Dies meint individuelle Herangehensweisen an Problemstellungen im Kleinen wie im Großen. Anstatt sich für die Bildung zu verändern, sollte Bildung sich für Lernende ändern.

Ähnlich kritisch steht Funke dem Begriff „Vorlesung“ gegenüber. Er impliziert, dass Lernende auf jemanden angewiesen sind, der ihnen Wissen „vorliest“. Da dieses aber in Massen frei verfügbar ist, sei auch dieses Konzept hinfällig. Statt „Wir produzieren Menschen für den Arbeitsmarkt“ sollte das Narrativ „Wir unterstützen Menschen in ihrer kreativen Entfaltung“ lauten.

Digitalisierung – Herausforderung oder Chance?

Die Digitalisierung ist spätestens seit der Corona-Pandemie im Alltag der meisten Menschen angelangt. Und leider hat Corona auch gezeigt, dass besonders in der Bildung „digital“ oft noch ein Fremdwort ist. Auf sämtlichen Bildungsniveaus klagten Lernende über Einbußen in der Qualität der Lehre. Eine Schlussfolgerung könnte sein, dass Bildung im Allgemeinen nur

unzureichend in die digitale Welt übertragbar ist. Funke sieht das anders und hat auch eine Erklärung dafür:

„Durch die abrupte Veränderung des Konzeptes Bildung mit Beginn der Pandemie haben die meisten Bildungseinrichtungen die Bildung so genommen, wie sie ist, und einfach einen Layer – das Format Videokonferenz – daraufgelegt.“

Laut Funke ist diese Herangehensweise der Grund für die Unzufriedenheit. Bildung muss komplett neu gedacht werden. Der Gedanke: Raus aus dem Hörsaal! Stattdessen können Technologien genutzt werden, um die Welt spielerisch zu entdecken und zu verstehen. Dieses Verständnis ist in der Bildung bisher noch nicht angekommen.

Durch Konkurrenz gesellschaftlichen Mehrwert kreieren

Konkurrenz im Bildungskontext ist oft negativ konnotiert. Sie führt zu Leistungsdruck, dem sich viele Lernende nicht gewachsen fühlen. Funke verfolgt eine andere Perspektive in Bezug auf den Konkurrenzgedanken:

„Im Grunde ist Konkurrenz etwas Gutes, weil sie dich anspornt, an deinen Fähigkeiten und Ideen härter zu arbeiten.“

Am Ende sollte Erfolg jedoch nicht an der Leistung des Individuums gemessen werden, sondern dem Mehrwert, der für die Gesellschaft kreiert wird. Die großen Herausforderungen dieses Jahrhunderts haben wenig mit individuellen Leistungen gemein. Sie können nur in Zusammenarbeit vieler engagierter Menschen gemeistert werden.

Je diverser, desto besser

Eine weitere Herausforderung, die die digitale und internationale *Tomorrow University* vielmehr als Bereicherung bezeichnen würde, ist Diversität. Gerade beim Lösen von Challenges, wie es typischerweise in den Kursen der Universität getan wird, ist es wichtig, ein Problem von unterschiedlichsten Seiten zu betrachten. Diversität trägt hier zum Diskurs bei.

Durch das Zusammenkommen verschiedener Kulturen, Erfahrungen, Geschlechtern und anderer Eigenschaften trägt jede:r zu einer vielseitigen Betrachtung von Problemen bei. Gleichzeitig ist es dem Team der Universität wichtig, dass Studierende sich als *Global Citizen* verstehen. Da viele Herausforderungen, wie beispielsweise der Klimawandel, sich nicht von einzelnen Akteur:innen oder auch Ländern lösen lassen, ist es wichtig, dass Lernende sich als Teil eines Ganzen,

Allumfassenden verstehen. Diese Kompetenz ist für Funke eine Subkompetenz sozialer Intelligenz.

Der Schmetterlingseffekt

Die *Tomorrow University* ist nur eine von vielen Bildungseinrichtungen, die mit dem *Mastery Learning* einen anderen Weg in der Bildung einschlägt. Wie kommen wir gesellschaftlich weg vom „Schulbank drücken“ hin zum engagierten und intrinsisch motivierten Lernen? Funke hat auch hier eine Antwort parat: „Das ist ähnlich wie bei der Erziehung von Kindern. Du musst mit gutem Beispiel vorangehen.“

Er ist davon überzeugt, dass die Studierenden und die Gesellschaft früher oder später von selbst ein anderes Bildungssystem fordern werden. Auch in Bezug auf die Zusammenarbeit zwischen verschiedenen Universitäten gibt es Verbesserungspotential. Die *Tomorrow University* arbeitet bei mehreren Studiengängen mit Expert:innen anderer Universitäten zusammen. Funke ist davon überzeugt, dass Universitäten das viel öfter machen sollten. So kann jede Universität eigene Stärken mitbringen.

„Der Schmetterlingseffekt funktioniert auch auf individueller Ebene“, so Funke. Jede gute Tat kann andere Menschen inspirieren. Eine Studierende der *Tomorrow University* kam mit einem Hintergrund in der *Fast Fashion Industrie* an die Universität. Heute appelliert sie an andere, sich Gedanken über die Herkunft ihrer Kleidung zu machen.

Ein Blick in die Glaskugel

Wie die Bildung der Zukunft aussieht, können wir leider noch nicht prognostizieren, aber Funke hat bereits seine ganz eigenen Pläne. Er hofft, dass sich das *Challenge-Based Learning* deutlich weiterverbreitet und Bildung sich mehr an die Gegebenheiten der heutigen Zeit anpasst. Dazu gehört auch der verstärkte Einsatz von Technologien sowie der Fokus auf globale Herausforderungen.

Funkes großer Traum ist es, eines Tages seine eigene Schule zu gründen. Denn er ist überzeugt, dass man besonders im frühkindlichen, kindlichen und jugendlichen Alter die Grundsteine in der Bildung für die Zukunft der Kinder legt.

Das große Ziel? Die Bildung revolutionieren. ☞

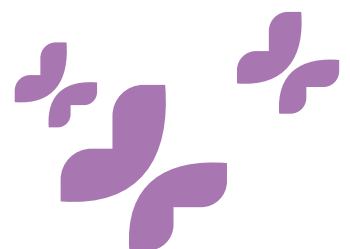




Illustration: Paola De Narvaez

Spaziergang auf Rezept

Neue Wege zur Gesundheit

Vom Museumsbesuch bis zum Waldbaden. Unsere mentale und körperliche Gesundheit wird durch Natur und Kultur gestärkt. Deshalb stellen Ärzt:innen in immer mehr Ländern alternative Rezepte aus, die anstelle von Medikamenten Kulturerfahrungen verschreiben.

Rahel Pfeffinger



Nach einem langen Tag im Homeoffice fliehe ich oft zur Entspannung in den Wald. Die grüne Umgebung, das Rascheln der Blätter im Wind und die frische Luft sind wie Balsam für meine Seele.

Therapieansätze als Alternative zur herkömmlichen Schulmedizin werden immer wieder aufgrund ihrer fehlenden wissenschaftlichen Basis kritisiert. Zur alternativen Medizin gehört jedoch viel mehr als Homöopathie und kleine wirkungslose Zuckerkügelchen. Der Ansatz von Natur- und Kulturangeboten ist in Ländern wie Japan bereits fester Bestandteil der Gesundheitsvorsorge.

Die Heilsamkeit der Natur spüre also nicht nur ich – laut einer Studie des Sinus-Instituts verbringen 87 Prozent der Deutschen gerne Zeit im Wald. Weitere Studien belegen, wie gut die Natur für unsere Gesundheit ist. Was so schön klingt, ist in der Umsetzung oft mühsam. Ich muss mir sehr gezielt Zeit für die Natur nehmen – besonders, seit ich in der Stadt wohne. Neben Arbeit und Haushalt geht

das oft unter, obwohl ich weiß, wie wichtig die Zeit im Grünen für meine Gesundheit ist.

In einigen Ländern wird Zeit in der Natur auf Rezept verschrieben. Bei Gefühlen der Einsamkeit oder Isolation kann man einfach zur Hausärzt:in gehen und bekommt dort anstelle von Medikamenten Zeit in einem Nationalpark verschrieben. Was für viele erstmal ungewöhnlich klingt, ist in Ländern wie Kanada bewährte Praxis. Seit 2022 gibt es ein Projekt, das Natur- und Kulturangebote auf Rezept in Deutschland realisieren will.

***1* Waldbaden in Japan**

„Shinrin Yoku“ bedeutet übersetzt „ein Bad in der Atmosphäre des Waldes nehmen“. Waldbaden, also völlig in den Naturort eintauchen: Der Wald wird mit allen Sinnen auf eine intensive Art und Weise wahrgenommen. Die Ruhe, das fröhliche Zwitschern der Vögel, die Entschleunigung

und das Waldklima im Schatten der Bäume senken den Blutdruck und reduzieren Stresshormone.

Die positive Auswirkung von Wäldern auf unsere Gesundheit ist bereits in vielen Studien belegt. In Japan ist Waldbaden deshalb fester Bestandteil der Gesundheitsvorsorge und wird von Ärzt:innen auf Rezept verschrieben.



2 Natur und Kunst in Kanada

Auch in Kanada verschreiben Ärzt:innen seit einiger Zeit einen wiederholten Aufenthalt in der Natur per Rezept. Das Programm *PaRx* ermöglicht es sogar, kostenlose Jahrestickets für Nationalparks zu verschreiben, um die Gesundheit und das Wohlbefinden der Patient:innen zu verbessern. Auf ihrer Website klärt die Initiative über die gesundheitlichen Vorteile auf, die uns Erholung in der Natur bietet. So verringert die Auszeit im Grünen zum Beispiel das Risiko für chronische Atemwegserkrankungen und fördert die Gedächtnisleistung. Der Minister für Umwelt und Klimawandel in Kanada spricht sogar von einem „Durchbruch für die Behandlung psychischer und physischer Gesundheitsprobleme“.

Neben der Natur bieten auch Museen die Möglichkeit zur Erholung und Genesung. Bereits 2018 entstand in Kanada die Partnerschaft zwischen dem Verein *Médecins francophones du Canada* und dem *Montreal Museum of Fine Arts*. Die Zusammenarbeit ermöglicht es Ärzt:innen, Eintrittskarten für das Museum per Rezept zu verschreiben. Die Rezepte beinhalten jeweils einen kostenlosen Eintritt für zwei Erwachsene und zwei Kinder und gelten für ein Jahr.



3 Museumsbesuche in Brüssel

Inspiriert von der Idee aus Kanada setzt Delphine Houba seit September 2022 ein Pendant in Brüssel um. Die Stadträtin für Kultur, Tourismus und Großveranstaltungen in Brüssel ist fest von den gesundheitlichen Vorteilen durch Kunst und Kultur überzeugt, die bereits eine WHO-Studie aus dem Jahr 2019 belegt.

Ärzt:innen können im Rahmen des Pilotprojekts ein Rezept für einen kostenlosen Museumsbesuch verschreiben. Die Patient:innen haben anschließend die Auswahlmöglichkeit aus vier Museen und einem Kunstzentrum. In der jeweiligen Kultureinrichtung kann das Rezept dann gegen eine kostenlose Eintrittskarte eingetauscht werden, die für bis zu drei weitere Personen gilt. Die Stadt Brüssel übernimmt die Kosten für alle ausgestellten Eintrittskarten.

4 Kulturangebote in Deutschland

Auch in Deutschland gibt es bereits Organisationen, die die Idee von Kulturangeboten auf Rezepten umsetzen wollen. Seit Januar 2022 läuft das *Erasmus+*-Projekt *Culture on Prescription*, das Gesundheitsförderung und Kulturangebote kombiniert, um die Einsamkeit und soziale Isolation der Patient:innen zu bekämpfen. Das sogenannte Kultur-Rezept kann von Fachkräften des Gesundheitswesens aus den Partnerorganisationen verschrieben werden. Insgesamt engagieren sich bei dem Projekt sieben Organisationen aus sechs europäischen Ländern.

In der circa zweijährigen Projektphase werden lokale Kunst- und Kulturangebote entwickelt, die auf die individuellen Bedürfnisse der Teilnehmenden eingehen. Die Angebote decken eine große Bandbreite ab, damit für alle Interessengruppen die passende Aktivität gefunden werden kann. Neben der Gemeinschaftsbildung und sozialen Teilhabe legen die Kurse auch einen Schwerpunkt auf den Ausbau bereits bestehender Kompetenzen. Einsamen oder isolierten Menschen soll so das Gefühl gegeben werden, dass sie den Herausforderungen ihres Alltags besser gewachsen sind. ☺

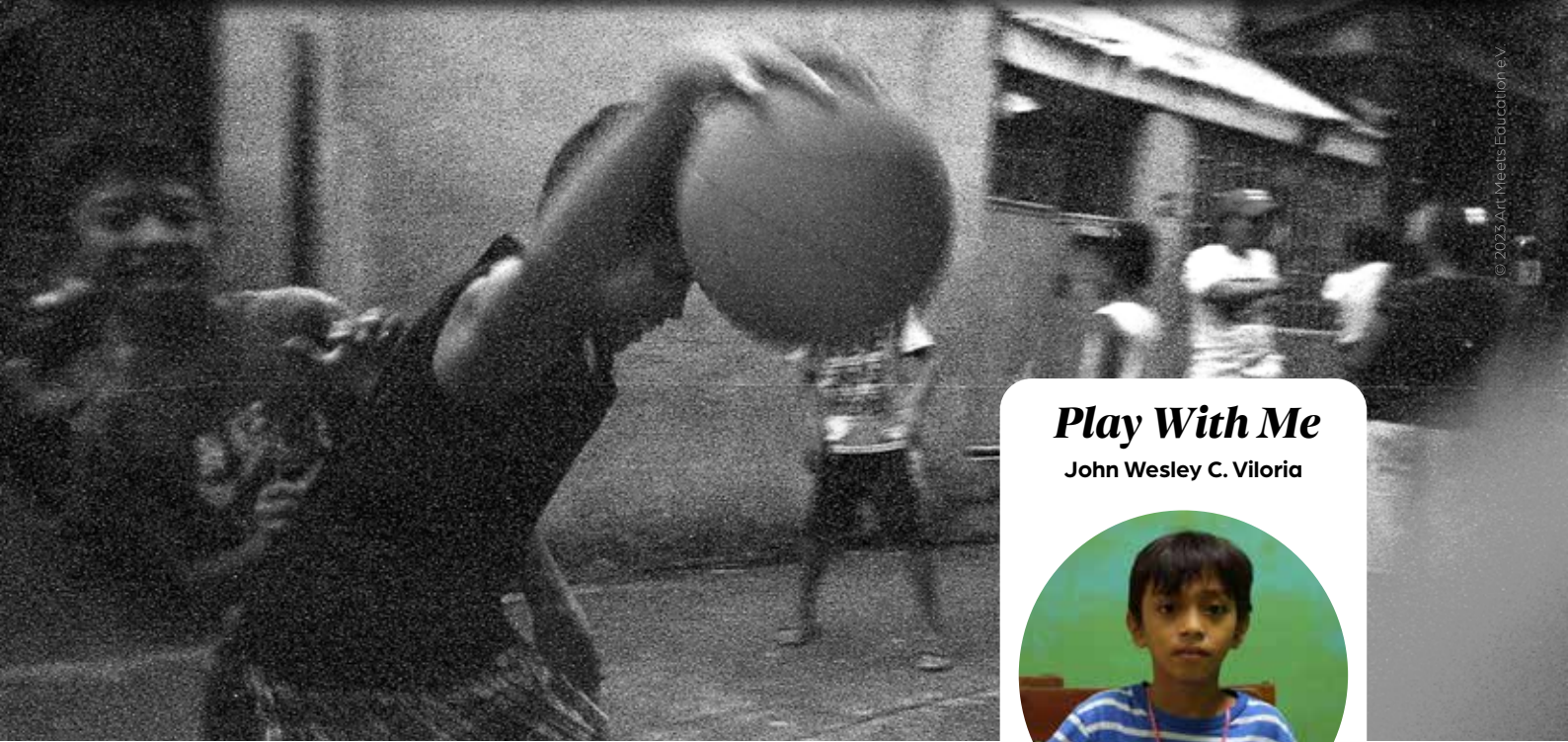
Studien zu den einzelnen Kapiteln

1 Waldbaden stärkt die Aktivität der natürlichen Killerzellen, welche Tumorzellen abtöten und den Gehalt an krebshemmenden Proteinen erhöhen. Waldbaden kann also eine präventive Wirkung auf die Entstehung und Entwicklung von Krebs haben. (Li, 2010)

2 Zeit in der Natur reduziert Stress, verringert den Cortisolspiegel und senkt den Puls. (Kobayashi et al., 2015)

3 Kunst hat einen positiven Effekt auf die mentale Gesundheit. (WHO, 2019)

4 Soziale Rezepte haben einen erheblichen Nutzen für das Wohlbefinden und die Gesundheit der Patient:innen. (Brandborg et al., 2021)



Play With Me

John Wesley C. Viloria



Diese Fotos ermöglichen Bildung



Kinder bekommen Kameras, um damit Fotos zu machen. *Art Meets Education* verkauft die Fotos. Die Einnahmen finanzieren die Schulbildung der Kinder. Das ist die gekürzte Geschichte hinter der Fotostrecke dieser Ausgabe. Doch die Fotos sind noch mehr.

20 Kameras für 20-mal Schulbildung. Das realisiert die Organisation *Art Meets Education*. Fünf- bis Neunjährigen aus finanziell benachteiligten Familien auf den Philippinen werden dabei Kameras zur Verfügung gestellt. Die Kunst, die sie damit schaffen, finanziert ihren Schulbesuch bis zum Highschool-Abschluss. Dabei geht es meist nicht um den Schulbesuch selbst, der staatlich finanziert ist, sondern um Schuluniform, Schulmaterialien, Mittagessen, Bücher und Fahrtkosten. Gleichzeitig wird das Fotografieren dabei zu einem Ausdruck der kreativen Fähigkeiten der Kinder und ermöglicht es den Schüler:innen, das Vertrauen in sich selbst zu stärken.

Ins Leben gerufen wurde *Art Meets Education (AME)* im Jahr 2016 durch den deutsch-philippinischen Fotografen und Erziehungswissenschaftler Nico Klein-Allermann. In engem Kontakt mit den Projektkoordi-

nator:innen vor Ort auf den Philippinen wählt *AME* pro Projekt zehn Kinder aus, die nach einer Fotoeinführung ihr Leben fotografisch festhalten. Danach sortieren Kooperationspartner:innen gemeinsam mit Kindern und Eltern grob die entstandenen Fotos aus. Das Team in Deutschland kuratiert dann final die Fotografien, die für Ausstellungen sowie für Poster und Postkarten genutzt werden. Klein-Allermann betont vor allem das Anliegen von *AME*, den Kontakt zu den Familien auch nach Abgabe der Fotos aufrechtzuerhalten, um das Wohlergehen der Kinder sicherzustellen. Der nächste große Schritt sei, durch die Umstrukturierung vom kleinen Projekt zum sozialen Unternehmen den Impact weiter zu vergrößern. „Der Proof ist gegeben, die Strukturen ausgereift und wir gehen den nächsten Schritt“, so der Gründer.



© 2023 Art Meets Education e.v.



Flower Girl
Steven Paner



Clouds in the Window

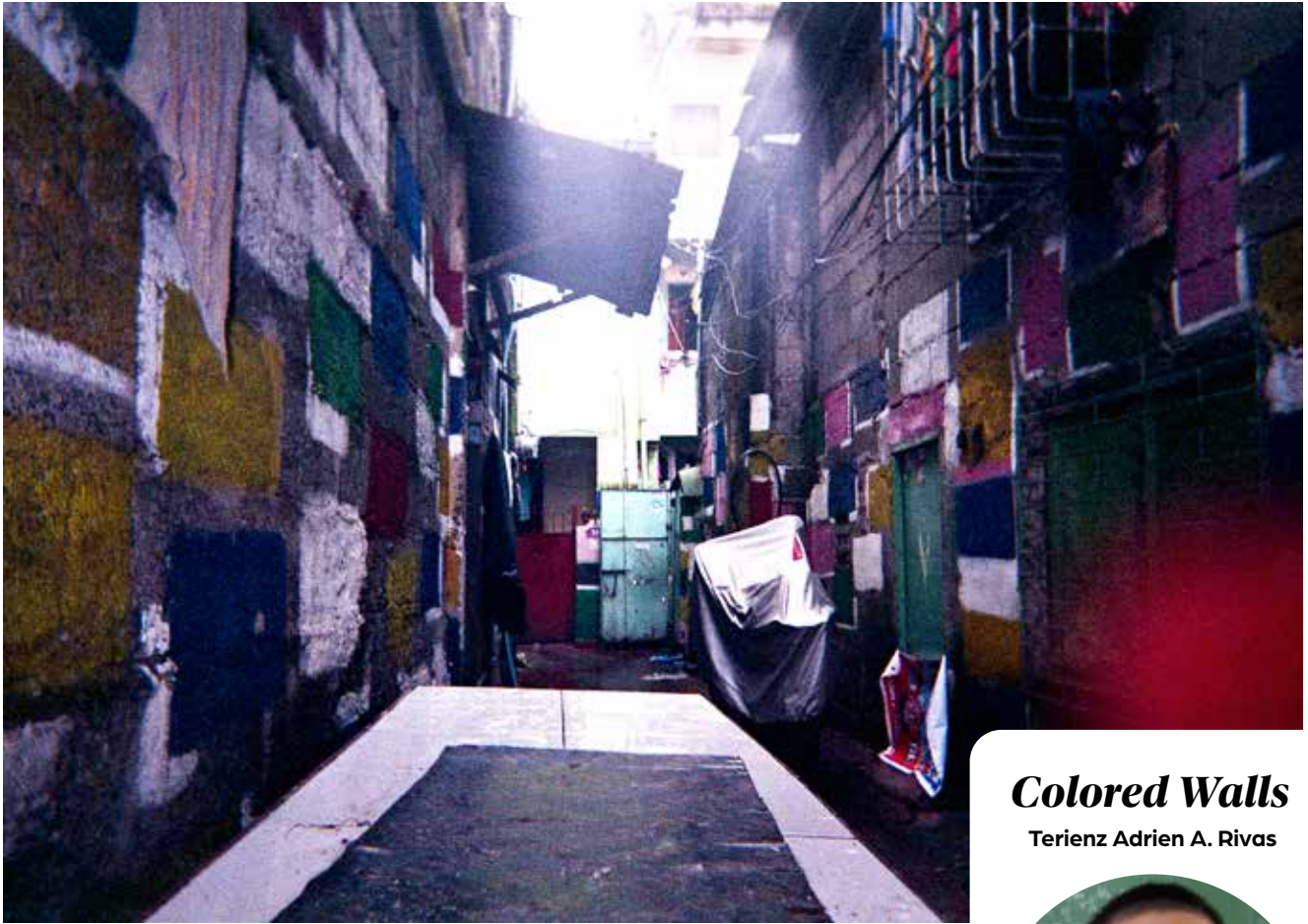
Mary Denise „Negra” Pilapil



Our Secret

Aaliyah Euro M. Concepcion





Colored Walls

Terienz Adrien A. Rivas



Mahal Kita (I Love You)

Jeymee A. Sison





© 2023 Art Meets Education n.V.





© 2023 Art Meets Education n.V.

KATAPULT-Gründer **Benjamin Fredrich über eine verantwortungsvolle Fehlerkultur**



„Wenn unsere Expert:innen was sagen, dann hab ich da schön die Fresse zu halten.“



Schwere Anschuldigungen sorgten im Januar dafür, dass Magazin-Gründer Benjamin Fredrich von seinen Posten als Chefredakteur und Geschäftsführer zurücktrat. Aus öffentlicher Wahrnehmung ein persönliches Scheitern – für Benjamin Fredrich sogar ein Scheitern für das gesamte *KATAPULT*-Projekt. Im Gespräch erklärt er, wie es dazu kam – und wieso es trotzdem weitergeht.

Nina Kegel

Good News Magazin: Dein Name wurde in den letzten Wochen nicht selten in einem Atemzug mit „Scheitern“ genannt. Was bedeutet Scheitern für dich?

Benjamin Fredrich: Ganz allgemein natürlich, dass die eigenen Vorstellungen und Wünsche nicht erfüllt werden. Im Konkreten bei *KATAPULT* ist es tatsächlich das personelle Wachstum. Nicht das wirtschaftliche Wachstum, das war immer da, aber den Bereich personelles Wachstum habe ich unterschätzt und dadurch ein Team viel zu schnell aufgebaut, das sich einfach nicht gut eingespielt hat. In einem Jahr sind 20 Leute dazugekommen – dann waren wir mit den Redakteur:innen in der Ukraine 70 – das war im Nachhinein eine große Dummheit. Wir waren nach außen hin immer super erfolgreich und hatten dadurch auch Finanzkraft, aber beim Einstellen war ich naiv. Ich dachte, mehr Leute heißt mehr Kraft. Ich glaube, ich war der Einzige, der nicht wusste, dass es Zeit braucht, um ein Team aufzubauen.

Also siehst du *KATAPULT Ukraine* auch selbst als gescheitert? Schließlich gab es auch eine Menge Learnings.

Ja, mit dem Büro in Odessa sind wir gescheitert, da habe ich nicht gut kommuniziert und will mich auch gar nicht rausreden. Aber die Kooperation mit den Kiewern hat funktioniert, das Geflüchtetenheim, die Hilfsreisen ... es gibt super viel, was funktioniert. Dass es viel Positives und Negatives gibt, hat damit zu tun, dass ich sehr wild regiere und sehr viel auf einmal mache. Es ist natürlich ein Einfallstor für Leute von außen, auf das Negative zu sehen. Das will ich jetzt berichtigen. Dieses Scheitern sehe ich viel größer als jetzt nur bei *KATAPULT Ukraine*. Die einzige Möglichkeit ist langsames Wachstum – nicht so schnell, wie ich immer wollte – das habe ich gelernt. Man braucht Erfahrung in einer Firma, man braucht Leute, die sich auskennen.

„Dieses Scheitern
sehe ich viel größer als
jetzt nur bei
KATAPULT Ukraine.“

Inwiefern ändert sich so auch deine – sehr hohe – Erwartungshaltung an das gesamte *KATAPULT*-Projekt?

Dieser Anspruch, Größe zu haben, habe ich überhaupt nicht mehr. Im Gegenteil, wir lassen teilweise nun auch Posten weg, weil wir merken, es klappt auch ohne. Wir hatten vorher ein großes Team, das wir gar nicht richtig genutzt haben, weil es nicht richtig zusammengearbeitet hat. Ich hatte eine amerikanische Haltung: Ich kenne das von den Physiker:innen, im Bereich der Plasmaforschung. Wenn es bei den Kernfusionsreaktoren ein Problem gibt, versuchen die amerikanischen Forscher:innen, das über die Größe zu kompensieren, also die Geräte noch größer zu bauen. Japanische und französische Wissenschaftler:innen versuchen das eher über technische Finesse zu lösen. Ich wende mich gerade von der amerikanischen Sichtweise ab, bei Fehlern einfach personell größer zu werden. Damals habe ich es nicht gemerkt, aber jetzt weiß ich, dass das überhaupt nicht nachhaltig ist. Man sollte ehrlich mit den Leuten und ehrlich mit dem Projekt sein, wenn etwas nicht gut läuft. Das neue Team soll vor allem effizient sein, sich gut verstehen und wissen, was wir wollen.

Das klingt nach einem sehr reflektierten Denken. Wann hat dieser Reflexionsprozess eingesetzt?

Ich glaube, die krasse Naivität ist bei mir deshalb da, weil ich nie in diesem menschlichen Bereich gescheitert bin. Es hat immer gut funktioniert – bis zu dem Punkt, als wir über 30 Leute geworden sind. Da hat das langsam angefangen und irgendwann hat es einen Kipppunkt gegeben, an dem das Team innerlich nicht mehr gut funktioniert und kommuniziert hat und aufgehört hat, eine Art Freundeskreis zu sein. An diesem Punkt geht ein neues Leben los für eine Firma – wenn man das nicht erkennt und so weiterarbeitet wie vorher, hat man eigentlich verloren. So war das bei uns: Der eine Teil hat wie ein Freundeskreis weitergearbeitet, der andere Teil hat eine Art Arbeitnehmer-Arbeitgeber-Perspektive aufgemacht, die ganz neu für mich, aber eigentlich ganz normal in einer Firma ist. Da gibt es etwas Kulturschmerz auf beiden Seiten: Die einen fragen sich, wieso es keine Regeln gibt, und die anderen fragen sich, wozu wir plötzlich Regeln brauchen. Da muss man sich entscheiden: Möchte man klein bleiben und eine verschworene Gruppe sein oder möchte man groß sein, mit ganz vielen Verwaltungseinheiten. Das habe ich komplett unterschätzt: Ich habe gedacht, das schöne Leben, die schöne *KATAPULT*-Zeit, geht immer so weiter. Das war aber nicht so.

Das ist eine spannende Ambivalenz: Einerseits seid ihr in der Außenwahrnehmung das kleine, junge Team mit flachen Hierarchien, andererseits habt ihr euch durch das starke Wachstum selbst gar nicht mehr so wahrgenommen, oder?

Erstens das und zweitens sehen das auch die Menschen so, die sich bei uns bewerben. Flache Hierarchien, lange Zeit Einheitsgehalt. Manche haben im ersten Mitarbeitergespräch nach basisdemokratischen Momenten gefragt. Die haben wir nie irgendwo hingeschrieben, die wurden einfach so angenommen. Aber je mehr wir gewachsen sind, desto mehr Hierarchien wurden aufgebaut, desto weniger haben wir in der Gruppe gesamt entschieden – das funktioniert mit 40, 50 einfach nicht mehr. Der Fehler ist, dass ich mich damit nicht beschäftigt habe. Da ziehe ich heute den größten Lerneffekt draus.

Wie sieht da gerade der Austausch mit deinen Nachfolgerinnen Juli Katz und Nasrin Morgan aus? Diese Neustrukturierung wird auch für die beiden eine Herausforderung sein.

Ich bin alleiniger Anteilseigner von KATAPULT, deswegen sind wir immer noch in engem Austausch. Nur tauschen wir jetzt die Rollen und ich trete in den Hintergrund. Wir werden vielleicht ein paar erfahrene Redakteur:innen einstellen und ansonsten für ein, zwei Jahre ungefähr in der Größe weiterfahren. Ich dachte, das wäre cool, erzählen zu können, wie viele wir wieder eingestellt haben, aber vielleicht bin ich auch einfach nur ein Angeber. Okay, wir haben in Mecklenburg-Vorpommern Arbeitsplätze geschaffen, das ist zwar schön, aber eigentlich kein Wert. Wenn wir aber sagen, die Artikel werden besser, die Grafiken werden besser, die Leute fühlen sich wohler bei der Arbeit – das ist ein Wert. Das hört sich banal und billig an, aber das hat bei mir sieben Jahre gedauert.

Vielleicht bist du auch zu sehr an den Statistiken orientiert, mit denen ihr arbeitet?

Ja, das war eine Falle [lacht]. Aber das ist genauso anwendbar auf das Ukraineprojekt, was ja hochambitioniert und hochtrabend formuliert ist – würde ich auch immer wieder so machen. Als die Invasion anfang, war ja nicht klar, ob die Ukraine in einem Monat noch auf der Landkarte ist. Das heißt, diese Intensität, in der ich kommuniziert habe, fand ich für den Moment total gerechtfertigt. Ich hatte den Eindruck, da verschwindet ein Land, eine Kultur und eine gewisse Freiheit.

„Ich hatte den Eindruck, da verschwindet ein Land und eine Kultur und eine gewisse Freiheit.“

Du hast bereits verkündet, nun als Chefredakteur von KATAPULT Ukraine bald auch dort hinzureisen und vor allem die Redakteur:innen von KATAPULT Ukraine persönlich kennenzulernen. Gibt es da schon konkrete Pläne?

Ich würde das gerne noch im März machen. Dieses Mal auch nach Bachmut oder in die Vororte von Bachmut, das hat letztes Mal nicht geklappt und ist noch immer schwierig. Wenn man vor Ort ist, bekommt man ein Gefühl dafür, ob man die Hilfsgüter an der richtigen Stelle abgibt oder nicht. Dann fragt man sich etwa, ob ein Journalist in Kiew die schussichere Weste braucht, ob er jemals in die Nähe einer gefährlichen Situation kommt. Deswegen will ich noch weiter in den Osten, wenn es die Situation zulässt. Letztes Mal habe ich dort Hilfsgüter dicht an der Front abgegeben, in einem Krankenhaus, das vorne schon zerstört war und wo hinten trotzdem weitergearbeitet wurde. Dort hatte ich bis jetzt das beste Gefühl.

Journalistisch haben wir die meisten Leute in Kiew, die auch gut mit uns zusammenarbeiten. Ein paar habe ich schon kennengelernt, aber ich will zuallererst alle zwölf kennenlernen, damit nicht noch einmal das Gleiche passiert wie in Odessa. Ich will sicher sein, dass ich ihnen vertrauen kann. Denn Journalismus ist am Ende Vertrauen. Und wenn ich damit sicher bin, könnte es auch wieder ein Büro in Odessa geben, aber erstmal geht es um Kiew.

Viele fragen sich womöglich, wieso du dir diese Position als Chefredakteur von KATAPULT Ukraine „antust“, wenn du dir doch auch bequem einen anderen Posten suchen könntest. Also: wieso?

Ich glaube wirklich, dass das mein wichtigstes Projekt ist. Das Odessa-Büro ist gescheitert und dann frage ich mich: Wieso soll ich das nicht fixen? Ich glaube, ich kann das. Ich glaube, ich habe die Fähigkeit dazu, ich brauche nur die Zeit. Deshalb die Entscheidung, von meinen Posten zurückzutreten, um das auch glaubwürdig zu machen. Das noch zusätzlich zu den Jobs

zu machen, die ich vorher gemacht habe, wird schwer. Nur so kann ich mir vorstellen, dass *KATAPULT Ukraine* gut aufgestellt wird. Das ist zwar rein von den Zahlen her das kleinste Projekt, aber ich halte das politisch für sehr wichtig und es hat großes Potenzial. Ich habe mich am Anfang wie ein Hochstapler gefühlt, über die Ukraine zu schreiben, ohne vor Ort gewesen zu sein. Deswegen hatte ich einen großen Drang, in die Krisengebiete zu fahren und das zu sehen, worüber ich schreibe. Artikel bestehen ja nicht nur aus Grafiken und Fakten, sondern man gibt jedem Artikel auch ein Gefühl und eine Stimmung mit und das kann ich nur machen, wenn ich da vor Ort bin.

„Das Odessa-Büro ist gescheitert und dann frage ich mich. Wieso soll ich das nicht fixen?“

Eure journalistische Arbeit wird in der Berichterstattung über euch oft als Haltungsjournalismus bezeichnet. Was verstehst du darunter?

Ich bin ja kein Journalist, sondern von Herzen Politologe – habe das in meinem Studium inhaliert – und Anhänger von Hannah Arendt. Da gibt es Aspekte der Herangehensweise, die eindeutig kollidieren. Deswegen werde ich niemals ein neutraler Journalist werden, z.B. niemals eine rechtsextreme Meinung darstellen und danach unterlassen zu erklären, was daran falsch ist. Das wäre journalistisch, werde ich aber nicht machen. Den gleichen Vorwurf, den Hannah Arendt an die Philosophie während der Weimarer Republik hatte, habe ich an alle, die sich keine Haltung aneignen und menschenfeindliche Bewegungen gewähren lassen, indem sie etwas vermeintlich neutral darstellen. Diese Haltung werde ich in meinem Leben nicht mehr ablegen.

Welche Aspekte umfasst eure *KATAPULT*-Haltung noch?

KATAPULT hat drei politische Haltungen, die immer wieder vorkommen, die haben sich über die Zeit so etabliert. Was ich von Anfang an eingebracht habe, war Antirassismus, die Arbeit gegen demokratiefeindliche Strukturen. Dann ist später ein ökologisches DNA-Puzzle dazugekommen und dann mit einigen Frauen noch ein feministisches. Das sind unsere drei Grundhaltungen, über die wir nicht viel diskutieren lassen.

Und welche der drei hat für dich den höchsten Stellenwert?

Ich stehe zu hundert Prozent für alle drei, aber was ich am meisten etabliert habe, ist die erste. Gleichzeitig habe ich ja z.B. auch den *KATAPULT*-Wald [Aufforstungsprojekt in Greifswald, Anm. d. Red.] aufgebaut. Was das Feminismus-Puzzleteil betrifft, schämt man sich schon fast, dass das nicht früher dazugekommen ist. Aber gleichzeitig weiß man ja auch, dass man nicht immer alle Themen bearbeiten kann. Da sind auch später erst Leute gekommen, die das viel besser einordnen können als ich – wie auch die neue Leitung bei *KATAPULT*. Ich bin kein Experte für Feminismus, aber ich weiß, wenn unsere Expert:innen was sagen, dann hab ich da schön die Fresse zu halten und zu machen, was die da sagen. Das ist der entscheidende Punkt. ☺



Mit den richtigen Apps durch Schule, Ausbildung und Studium



Langsam aber sicher digitalisiert sich auch die Art und Weise zu lehren. Nun sollen zertifizierte Lernapps den Unterricht bunter und interessanter gestalten.

Sophia Schweizer

Es ist 6:30 Uhr, der Wecker klingelt. Was ist eigentlich in den letzten acht Stunden passiert? Man muss nicht in der Medienforschung tätig sein, um zu wissen, dass der erste Griff bei den meisten von uns zum Handy geht. *Instagram*, *Tiktok* und Co. werden noch vor dem Aufstehen gecheckt. Vielleicht variieren die Apps und die Medien, die konsumiert werden. Aber wenn wir ehrlich sind, beginnt der Morgen bei den meisten mit Entertainment via Touchscreen. Neben Unterhaltungs- und Kommunikations-Apps finden sich mittlerweile aber auch immer häufiger Übersetzer, Schulplaner und Vokabeltrainer auf Handys und Tablets. Während die meisten Social-Media-Plattformen, zugegebenermaßen, unsere Zeit fressen, können andere Apps helfen, unser Leben zu strukturieren und unseren Alltag zu erleichtern. Obwohl mittlerweile ein Großteil unseres Lebens digitalisiert ist, gibt es noch einige Bereiche, in denen das Internet oft noch *Neuland* ist. Die Schulbildung ist dabei häufig ein gutes Beispiel. Auch wenn langsam Overheadprojektoren durch Smartboards ersetzt werden, wird die Nutzung von Handys im Unterricht nur selten gerne gesehen. Dabei gibt es einige kreative Apps, die den Unterricht und das Lernen rundherum bunter und zugänglicher machen. Um Lern-Apps als solche einheitlich zu definieren, hat beispielsweise Österreich sogar ein eigenes Zertifizierungsverfahren. Die Lern-App muss dabei bestimmten Kriterien entsprechen, sodass sie eine schulische Lernaktivität sinnvoll unterstützen kann. Da die Bildungskompetenzen in Deutschland Ländersache sind, gibt es bei uns im Moment noch keine einheitlichen Regelungen in Hinblick auf Lern-Apps. Am Beispiel der Apps *KNOWBODY* und *ANTON* untersuchen wir in diesem Artikel, wie der Unterricht für Lehrende und Lernende vereinfacht werden kann.

Meiner, Deiner, Unser

Laut einer Umfrage der *Hochschule Merseburg* hörten 90 Prozent der befragten Lehrkräfte während ihrer Ausbildung nichts zu sexueller Bildung und 95 Prozent nichts zur Prävention von sexualisierter Gewalt. Zugleich sollen sie Kindern und Jugendlichen diese Themen lehren.

„Der Sexualkundeunterricht an Schulen läuft wirklich nicht gut“, meint Sozialpsychologin Johanna Degen, die an der *Europa-Universität Flensburg* zu diesem Thema lehrt und forscht. Es scheint, als stünde die Bildungspolitik vor einem riesigen Fragezeichen, wie sexualpädagogische Inhalte und Methoden so vermittelt werden können, dass Altersgrenzen und kulturelle Unterschiede sowie damit einhergehende moralische Vorstellungen mitberücksichtigt werden. Das führt dazu, dass der Sexualkundeunterricht oftmals auf die biologische Lehre der Fortpflanzung reduziert wird. Das Problem ist unter anderem auch der Mangel an Aus- und Weiterbildungen in diesem Bereich, was oft zu Hilflosigkeit im Unterricht führt. Dabei ist es wichtig, ein generelles und vor allem auch gesundes Verständnis vom eigenen Körper sowie ein Gefühl für unterschiedliche Körperbilder zu entwickeln. Laut dem *Robert Koch Institut* zeigen in den letzten zehn Jahren rund 23 Prozent der Kinder und Jugendlichen in Deutschland ein gestörtes Essverhalten. Der häufigste Grund dafür sind Zweifel am eigenen Körperbild sowie Diskriminierungserfahrungen. *KNOWBODY* möchte genau daran anknüpfen und eine gesunde Beziehung zum eigenen Körper verständlich machen. Die App vermittelt sexuelle Bildung ab der sechsten Klasse und hat ihre Lehrereinheiten dabei jeweils auf eine Schulstunde à 45 Minuten angepasst. Sie soll damit zum einen Lehrende beim Behandeln des Themenkomplexes unterstützen, aber auch Jugendlichen wissenschaftliche und aktuelle Informationen bereitstellen. Die Inhalte werden dabei über Videos, Sprachnachrichten, Spiele und 3D-Animationen vermittelt. Auch Themen wie Konsens und das Verständnis, was Sex eigentlich ausmacht, steht auf dem Lehrplan der App. Ein offener Umgang nicht nur mit der Thematik Sex an sich, sondern

auch mit den verschiedenen Arten von Verhütung, Schwangerschaft oder Abtreibung sollen nicht verschwiegen werden. Enttabuisierung ist dabei der Schlüssel. Die nötigen Informationen durch geschulte Lehrpersonen, aber auch die Unterstützung von vielfältigen Lernmaterialien können dabei helfen, ein realistisches Bild unseres Körpers generell zu vermitteln, genauso wie Werte und die Akzeptanz für sich selbst und andere. Das von Medizinstudierenden gegründete Sexualaufklärungsprojekt „Mit Sicherheit verliebt“ (MSV) nimmt sich genau das zur Aufgabe und arbeitet mit Schulklassen von der sechsten bis zehnten Klasse zusammen. „Als Verein *Mit Sicherheit Verliebt* ist es uns ein wichtiges Anliegen, dass Sexualerziehung für Jugendliche zugänglicher wird. Wir glauben, dass eine umfassende Sexualerziehung ein wichtiger Baustein für die Gesundheit und das Wohlbefinden junger Menschen ist“, meinen die Bundeskoordinator:innen des MSV *Hjördis*, Sarina und Michael. Vor allem die Einheiten zu Werten und Normen nehmen sie als Fortschritt in die richtige Richtung wahr und sind davon überzeugt, „dass solche Hilfsmittel dazu beitragen können, die Qualität der Sexualerziehung in Schulen zu verbessern und jungen Menschen die notwendigen Kompetenzen für ein selbstbestimmtes und gesundes Sexualleben zu vermitteln.“ Lehrende erhalten außerdem ein pädagogisches Handbuch zur App, das nötige Hintergrundinformationen enthält und damit das Moderieren der Unterrichtsstunde erleichtert. „Mir hat der Einsatz der App total gut gefallen. Man hat ja auch gesehen, dass es bei den Schüler:innen wirklich gut angekommen ist. Ich finde, das ist einfach mal was anderes. Dass man Texte hat und zwischendurch spielerische Einheiten, ich finde, das ist einfach ganz toll gestaltet. Ihr habt euch da super viel Mühe gegeben“, dankte eine Lehrkraft dem Team hinter der App.

Neben *KNOWBODY* und *ANTON* gibt es bereits weitere, den Kriterien der OeAD entsprechenden, Lernapps. Ein paar davon haben wir hier aufgelistet.

uugot.it sCOOLing eine App extra für Menschen, die Deutsch als Zweitsprache lernen. Sie fördert das Hör-Seh-Verstehen mittels interaktiver Untertitel, um deutschsprachige TV- und Videoinhalte leichter verständlich zu machen.

FLiP Entrepreneurship zielt vor allem auf Wirtschaft und Management ab und möchte mit verschiedenen Techniken Schüler und Schülerinnen beim Initiieren, Planen und Umsetzen eigener Projekte unterstützen.

Fliehen vor dem Holocaust beschäftigt sich vor allem mit dem Thema Flucht und untersucht dabei nicht nur historische Ereignisse, sondern auch gegenwärtige. Der Unterrichtsgegenstand bezieht sich dabei auf Geschichte und Sozialkunde sowie politischen Bildung.

Cyber Security Quiz möchte auf das Gefahrenpotential im Internet aufmerksam machen und die digitalen Kompetenzen fördern. Die Themen reichen von technischen Bedrohungen über Datenschutz bis hin zu Cybermobbing und Fake News.

Frag Mich Irgendwas

Zwar nicht den Bereich Sexualität, aber dafür ungefähr alles andere behandelt die App *ANTON*. Neben einer Vielzahl an Aufgaben, Übungstypen und Lernspielen bietet die Lern-App jede Menge aktive Erklärungen zu allen möglichen Themengebieten. Darunter fallen Fächer wie Deutsch, Mathematik, Englisch und Sachunterricht, aber auch Naturwissenschaften, Geschichte, weitere Sprachen und Musik. Passend zum Lehrplan werden dort alle wichtigen Themen von der Vorschule bis zum Abitur behandelt. Mithilfe von über 100.000 und mehr als 200 verschiedenen Übungstypen sowie Lernspielen und interaktiven Erklärungen, kann die App sowohl von Lehrkräften als auch von ganzen Stufen genutzt werden. Mit *ANTON* können Lehrende ganz einfach Schulklassen anlegen und dadurch Lernfortschritte verfolgen und Aufgaben zuweisen, die den Unterricht digital strukturieren. Damit ist es ihnen möglich, die gesamte Klasse in einer Lerngruppe zu organisieren und ihnen nach Beendigung einer Aufgabe Bewertungen zu liefern. Diese Belohnungen werden dann, beispielsweise als virtuelle Münzen, „ausgezahlt“, die wiederum während Lernspielen eingetauscht werden können. Tatsächlich entstand die App durch ein Projekt des Berliner Start-ups *solocode* während der Corona-Pandemie. Im Rahmen eines Homeschooling-Angebots entwickelte das Unternehmen das Lehrprogramm, das sogar durch den *Europäischen Fond für regionale Entwicklung* (EFRE) kofinanziert wird. Da *ANTON* mit der Zeit gehen möchte, wird die App stetig weiterentwickelt, mit dem Anspruch, das beste Lernsystem für die Schule zu sein. „Ich denke, wir können mit einfachem, kostenlosem Lernen auch einen gesellschaftlichen Beitrag zu mehr Chancengleichheit leisten und möchten, dass möglichst viele Schüler:innen mit *ANTON* erfolgreich lernen“, meint David Hörmeier, Mitgründer der App. Generell lohnt sich aber immer ein Blick in die diversen App-Stores, denn neben den zertifizierten Apps, die auf den Lehrplan abgestimmt sind, gibt es auch einige Programme, die auf das Teilen von Zusammenfassungen oder auf die private Lernorganisation abzielen. Diese Apps decken nicht nur Schulfächer ab, sondern sind unter anderem für das Studium und die Ausbildung geeignet. Bei dieser Auswahl und dem ständig wachsenden Angebot an Helferlein sollte für jede und jeden etwas dabei sein. In diesem Sinne – Frohes (digitales) Lernen! ☺

Braucht es Innovationen, um den menschengemachten Klimawandel aufzuhalten?



Direct Air Capture: CO₂ raus aus der Atmosphäre statt rein?



Mit dem *Direct Air Capture*-Verfahren werden Kohlendioxide aus der Luft gezogen und so die Emissionen in der Atmosphäre verringert. Das Verfahren ist keineswegs unumstritten, jedoch eine Innovation, die angesichts des Klimawandels unabdingbar scheint. Wir haben uns *Direct Air Capture* einmal genauer angeschaut.

Viktoria Franke

„Direct Air Capture and Carbon Dioxide Capture and Storage“, kurz *DACCS*, klingt höchst kompliziert, beschreibt jedoch vereinfacht gesagt ein technologisches Verfahren zur Reduzierung von CO₂-Emissionen in der Atmosphäre. Das klimaschädliche CO₂ aus Kraftwerken und Industrieanlagen wird direkt aus der Luft gefangen, abgeschieden, aufgefangen und sicher eingelagert oder als Rohstoff weiterverwendet. Ganz ursprüngliche CO₂-Fänger sind Bäume. Schätzungen gehen davon aus, dass ein Baum im globalen Durchschnitt etwa 10 kg CO₂ pro Jahr binden kann.

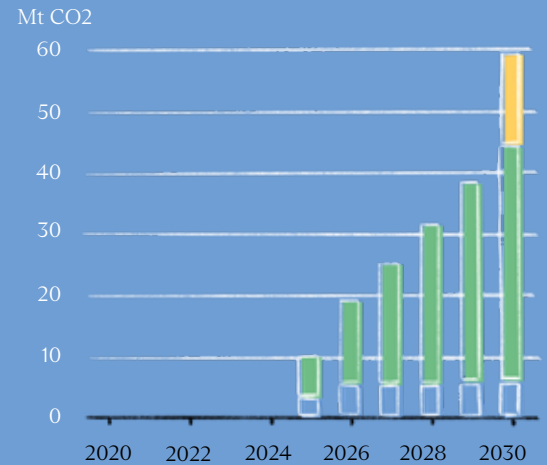
Deswegen sind ein Stopp der Abholzungen und großflächige Aufforstungen auch so wichtig. Zugleich versuchen zahlreiche Unternehmen, mit *DACCS* den Bäumen unter die Äste zu greifen. Denn wir stehen vor einem Dilemma, wie Pulitzerpreisgewinnerin Elizabeth Kolbert in ihrem Buch „Wir Klimawandler“ schreibt: Unsere Eingriffe in die Umwelt haben uns an einen Punkt geführt, an dem wiederum andere menschliche Eingriffe womöglich die letzte Hoffnung im Kampf gegen die globale Erderwärmung sind.

Nach Angaben der *Internationalen Energieagentur (IEA)* sind derzeit weltweit 18 *Direct Air Capture*-Anlagen in Betrieb, in denen fast 0,01 Mio. Tonnen CO₂/Jahr gebunden werden. „Im Szenario Netto-Null-Emissionen bis 2050 wird die direkte Abscheidung von Luft bis 2030 auf fast 60 Millionen Tonnen CO₂/Jahr gesteigert. Diese Größenordnung ist durchaus erreichbar, erfordert aber noch mehrere großtechnische Demonstrationsanlagen, um die Technologie zu verfeinern und die Abscheidungskosten zu senken“, so die *IEA*.

Hohe Kosten

Es ist schwierig, die spezifischen Kosten für das Verfahren zu ermitteln, da die einzelnen Methoden große Unterschiede in Hinblick auf die verwendeten Sorptionsmittel (jene Chemikalien, an denen das CO₂ haften bleibt) und Energiequellen aufweisen. Wir haben mit *NeoCarbon*-Geschäftsführer René Haas über die Kosten und seine Branche gesprochen. *NeoCarbon* ist ein deutsches Start-up mit zehn Mitarbeitenden, das Abwärmeströme und die Luftzirkulation von Kühltürmen nutzt, um CO₂ aus der Atmosphäre abzuscheiden. Damit das *DACCS* bei der Erreichung der Klimaziele eine Rolle spielen kann, muss das Verfahren künftig massentauglich und mindestens kostendeckend sein. Dazu sagt René Haas: „Generell suchen alle *Direct Air Capture*-Unternehmen nach Möglichkeiten, die Kosten zu senken, da dies für den langfristigen Wert der *Direct Air Capture*-Technologie entscheidend ist. Möglichkeiten zur Kostensenkung sind beispielsweise die Nutzung von Erdwärme oder die Verbesserung des chemischen Sorptionsmittels, das zur Abscheidung des CO₂ aus der Umgebungsluft verwendet wird. Unsere Technologie zielt darauf ab, den Luftstrom und die Abwärme des Kühlturms zu nutzen, um die Kosten für *Direct Air Capture* zu senken. Hier müssen wir den Luftstrom nicht erzeugen, weil der Kühlturm ihn bereits produziert. Darüber hinaus benötigen wir weniger Energie zum Aufheizen unseres Systems, da wir die Abwärme des Kühlturms nutzen können.“

Umgerechnet auf eine Tonne abgeschiedenes CO₂ gibt es laut René Orientierungspreise für die Investition, damit *DACCS* sich tatsächlich flächendeckend rechnen: „Obwohl diese Zahlen nicht in Stein gemeißelt sind, geht der allgemeine Markt derzeit davon aus, dass der Preis pro Tonne Abscheidung in vollem Umfang zwischen 50 und 200 Dollar liegen dürfte. *Frontier* beispielsweise gibt diese Zahl derzeit als langfristiges Ziel an. Auch der *X-prize* von Elon Musk nennt einen Preis von etwa 100 Dollar pro Tonne CO₂.“



Entwicklung / Potential
Carbon Capture 2020-2030

Wohin mit dem CO₂?

Das eingefangene CO₂ verschwindet nicht einfach: Es braucht einen Lager- oder Speicherort. „Es gibt viele Branchen, die CO₂ als Input für ihre Prozesse benötigen“, sagt René Haas. „Zum Beispiel benötigen Industrien wie *Vertical Farming* und kohlenstoffhaltige Getränke diesen CO₂-Input. Aber auch Trockeneishersteller oder die Chemieindustrie benötigen es für ihre Prozesse. Unser langfristiges Ziel ist es jedoch, kohlenstoffnegativ zu werden, daher liegt unser Hauptaugenmerk auf der Speicherung des abgeschiedenen CO₂ für 1.000+ Jahre. Langfristig werden darüber hinaus noch deutlich neuere Produkte entstehen, wie z.B. Future Fuels, aber auch Textilien, die sich jedoch gerade noch in der Forschung befinden.“

Neben der Weiterverarbeitung in der Industrie gibt es auch andere Ansätze zur Nutzung des eingefangenen CO₂: CarbonCure z.B. speichert das gewonnene CO₂ in Beton und verbessert somit direkt die CO₂-Bilanz des Baustoffs. Die Schweizer Firma *Carbfix* vermischt in Island das CO₂ mit Wasser und pumpt es in den Untergrund. Das dortige Basalt-Gestein reagiert mit dem Gemisch und mineralisiert sich innerhalb von nur zwei Jahren: In den neuen Karbonatmineralien kann das CO₂ über Tausende von Jahren stabil gebunden werden. *Carbfix* geht davon aus, dass Europa theoretisch mindestens 4.000 Milliarden Tonnen CO₂ in Gesteinen speichern könnte, die Vereinigten Staaten sogar über 7.500 Milliarden Tonnen.

Ein großes Potenzial hat auch die Nutzung in kohlenstoffneutralen synthetischen Kraftstoff. Das u.a. von

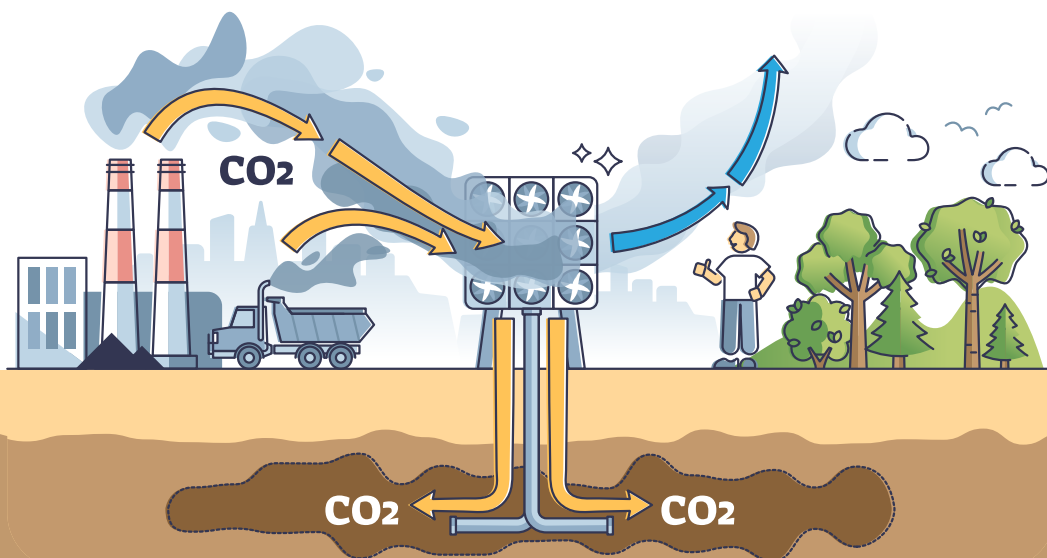
Bill Gates finanzierte kanadische Carbon Engineering wandelte 2017 das erste Mal abgeschiedenes CO₂ in synthetisches Rohöl um. Dieses kann dann zu Benzin, Diesel und Düsenkraftstoff weiterverarbeitet werden, die in Fahrzeugen und Verkehrsinfrastrukturen verwendet werden können. Dank des unbegrenzt verfügbaren Rohstoffs könnten diese *Air to Fuel*-Anlagen künftig weltweit saubere Kraftstoffe liefern, um die wachsende Marktnachfrage zu decken.

Es geht voran. Oder?

Der Weltklimarat *IPCC* schätzt, dass die Welt bis Ende des Jahrhunderts 100 Milliarden bis eine Billion Tonnen Kohlenstoff aus der Atmosphäre entfernen muss, um die schlimmsten Auswirkungen der globalen Erwärmung umkehren zu können. Die aktuell bestehenden 18 Anlagen kommen an diese Zahl noch nicht einmal annähernd heran. Doch die Branche wächst – und damit die Chancen für die Atmosphäre.

Island ist ein Vorreiter in grüner Energie: 99 Prozent des Stromverbrauchs in Island wird mit erneuerbaren Energiequellen wie Wasser und geothermischer Energie gedeckt, 90 Prozent der isländischen Haushalte werden mit geothermischem Wasser beheizt. Diese Geothermie wird auch für die aktuell größte DACCS-Anlage genutzt: 4.000 Tonnen Kohlendioxid holt die isländische DACCS-Anlage *Orca* von *Climeworks* seit September 2021 pro Jahr aus der Atmosphäre. *Orca* wurde in unmittelbarer Nähe zum großen Geothermie-Kraftwerk *Hellisheiði* errichtet, mit *Mammoth*

Carbon Capture





wird gerade eine zweite Anlage gebaut, die ab 2024 jährlich 36.000 Tonnen Kohlendioxid abscheiden und speichern wird.

Im nächsten Jahr soll dann im Südwesten in den Vereinigten Staaten eine Anlage in Betrieb gehen, die einen neuen Richtwert für künftige DACCS-Anlagen vorlegen wird: Die weltweit größte Anlage mit einer Kapazität von 500.000 Tonnen soll Ende 2024 in Betrieb genommen werden und bei vollem Betrieb bis zu einer Million Tonnen CO₂ pro Jahr entfernen können. Das heißt nicht, dass das Verfahren ein Freifahrtschein ist, weiter fleißig Treibhausgase in die Atmosphäre zu pumpen. Eine Million Tonnen sind ein kleiner Schritt auf dem Weg zu den zuvor genannten 100 Milliarden

bis eine Billion Tonnen CO₂-Entfernung bis zum Ende des Jahrhunderts. Dennoch ist jede Tonne CO₂ weniger in der Atmosphäre bereits ein Gewinn. Und hier wird Carbon Capture ein wichtiges Puzzlestück sein – selbstverständlich immer in Kombination mit einem nachhaltigeren Handeln unsererseits, der starken Begrenzung der Treibhausgas-Emissionen und einer weiteren wichtigen Maßnahme: Aufforsten. Studien zeigen, dass auf 1,8 Milliarden Hektar Land in Gebieten mit wenig menschlicher Aktivität ca. 1,2 Billionen Bäume aufgeforstet werden könnten. Diese könnten zwischen 370 und 750 Milliarden Tonnen CO₂ speichern. ☺



Von Retterrad bis Hip-Hop

So viele Wege gegen Lebensmittelverschwendung

Siehst du manchmal keine andere Lösung, als Essen wegzwerfen? Eine vergessene Toastbrotsscheibe hier, ein altes, nur halb aufgegessenes Pesto-Glas da, und schnell entstehen große Mengen an Lebensmittelabfällen ...

Simone Hencke



In deutschen Privathaushalten landeten im Jahr 2020 auf diese Weise, Daten des Statistischen Bundesamtes zufolge, pro Person circa 78 Kilogramm im Müll – und insgesamt, Außer-Haus-Verpflegung, Handel, Verarbeitung und Primärproduktion auch noch dazuge-rechnet, rund 11 Millionen Tonnen.

11 Millionen Tonnen, das ist ganz schön viel – besonders, weil ein Teil der weggeworfenen Lebensmittel eigentlich noch genießbar wäre. Mittlerweile gibt es jedoch zahlreiche Ideen, Initiativen und Innovationen, die sich gegen die Verschwendung und für mehr Wertschätzung von Lebensmitteln einsetzen. Einige davon stellen wir auf den nächsten Seiten vor.

Digital & analog: Rettermärkte

Rettermärkte retten Lebensmittel mit Schönheitsfehlern, einem kurzen oder abgelaufenen Mindesthaltbarkeitsdatum direkt von den Hersteller:innen oder Großhändler:innen und verkaufen sie vergünstigt. So gibt es zum Beispiel Online-Supermärkte wie *Veggie Specials*, welches sich auf vegane und Bio-Produkte spezialisiert, oder *SIRPLUS*, wo gerettetes Obst, Gemüse, Trockenwaren und mehr auch als Box oder im Abonnement angeboten werden. Oder etwa die kleinen Läden des *RESTLOS e. V.* in Bielefeld, in denen die Kund:innen selbst entscheiden, wie viel sie für die geretteten Lebensmittel zahlen.



Erste Community Kitchen in Deutschland

In einem ehemaligen Bürogebäude in München bereitet das Team der *Community Kitchen Food GmbH* aus geretteten Zutaten frische Mahlzeiten zu und verkauft diese vor Ort in der Kantine oder als Catering in Unternehmen und Schulen. Auch gibt es Suppen, Marmelade und anderes Eingemachtes im eigenen Online-Shop.

Kochen nach Beat

Paul Denkhäus ist Koch, Sozialarbeiter, Doktorand und Hip-Hop-Musiker. Bereits im Dezember 2021 berichteten wir darüber, wie er Kindern und Jugendlichen durch Rap nachhaltige Ernährung und Kochgrundlagen näherbringt. Und auch über den Kampf gegen Lebensmittelverschwendung: 2020 nahm er beispielsweise mit Schüler:innen aus Berlin ein Lied namens „Reste in Peace“ sowie ein dazugehöriges Musikvideo auf, in dem es um Lebensmittelrettung und das kreative Kochen mit Essensresten geht.

„Ich kenn' da so 'nen Typen, der hat voll das gute Rezept.“

Erfahrt mehr über Paul Denkhäus und sein einzigartiges Konzept in unserer ersten Good Food Story:



Aus Regalen und Rädern retten

In der baden-württembergischen Kleinstadt Tettngang öffnete im November 2022 *Retty* seine Türen. Zu allen Tageszeiten können Menschen noch essbare Lebensmittel, die sie selbst nicht mehr brauchen oder wollen, in den dunkelblauen Metallspind legen oder sich etwas kostenfrei daraus mitnehmen.

Ähnliche Initiativen gibt es auch anderswo in Deutschland. An mehreren Standorten in Deutschland stehen sogenannte *Fairteiler* – Regale, Kühlschränke oder sogar Fahrräder, zu denen Menschen Lebensmittel bringen und auch mitnehmen können.



„Lebensmittelwertschätzung soll Mainstream werden“

Neukölln, Berlin. 2015 eröffnen hier zwei Frauen das erste Restaurant Deutschlands, das Gerichte aus aussortierten Zutaten serviert. RESTLOS GLÜCKLICH, so nennen sie es. Über die Jahre entwickelt sich daraus ein Verein, dem es um mehr geht als die „Mägen der zahlenden Kundschaft“. Wenke Heuts spricht mit uns über die Anfänge, Mission und Vision von RESTLOS GLÜCKLICH.

„Das kleine Restaurant in Neukölln gibt es heute nicht mehr. Doch der Verein ist aktiver denn je. Noch immer klappern Töpfe, brutzelt es in den Pfannen. Noch immer werden mehrmals wöchentlich Lebensmittel wie krummes Gemüse, Brot vom Vortag oder falsch etikettierte Ware von kooperierenden Supermärkten gerettet und zu extravaganen Menüs verarbeitet“, erzählt Wenke.

Mission: Raus aus der „Öko-Nische“

Die Menge an Nahrungsmitteln, die in Deutschland im Müll landet, sei laut Wenke „so viel, dass man damit eine Lastwagenkarawane von Berlin nach Kapstadt befüllen könnte. Jahr für Jahr.“

Und „[was] vielen dabei nicht bewusst ist: Es sind nicht nur die Lebensmittel, die im Müll landen. Auch wertvolle, teils limitierte Ressourcen wie Ackerfläche

oder Wasser werden mit jedem weggeworfenen Nahrungsmittel verschwendet. Alle Lebensmittel müssen produziert und transportiert, oft weiterverarbeitet, gekühlt, verpackt und gelagert werden. Dabei werden Treibhausgase freigesetzt, die das Klima stark belasten.“

All dem wirkt **RESTLOS GLÜCKLICH** entgegen – und verfolgt das Ziel, „gesunde, klimafreundliche Ernährung aus der Öko-Nische [herauszuholen] und zu einem neuen Standard unserer Esskultur zu etablieren. Lebensmittelwertschätzung soll **Mainstream** werden.“

Ernährungsbildung und eine große Prise Spaß

Der Verein spezialisiert sich auf Bildung rund um Lebensmittelwertschätzung und klimaverträgliche Ernährung. Das Team aus rund 20 Haupt- und circa 40 ehrenamtlich Aktiven organisiert Vorträge, Kochkurse über kreative Resteverwertung bis hin zum klimaverträglichen Ernährungsplan und Mitmach-Caterings, bei denen zum Beispiel auch die Teilnehmer:innen eines Events mitschnippeln.

„Uns ist dabei sehr wichtig, dass bei all unseren Veranstaltungen und Workshops auch der Spaß nicht zu kurz kommt“, betont Wenke. „Wir möchten nicht belehrend und mit erhobenem Zeigefinger daherkommen, sondern freuen uns, wenn wir die Menschen inspirieren, überraschen und begeistern.“

Ein Rezept, das zu funktionieren scheint: Auf der



Website von *RESTLOS GLÜCKLICH* finden sich zahlreiche positive Stimmen von jungen und alten Teilnehmenden, die „etwas gelernt“, sich „köstlich amüsiert“, „sehr viel Spaß am kreativen Kochen mit gerettetem Essen“ hatten oder „restlos glücklich nach Hause gegangen“ sind.

Von Krümelkisten und Zauberwesen

„Der Umgang mit Lebensmitteln prägt sich bereits früh – deswegen arbeitet *RESTLOS GLÜCKLICH* auch verstärkt daran, Kindern näherzubringen, was Lebensmittelverschwendung bedeutet, wie sie nachhaltiger mit Lebensmitteln umgehen und gesünder und klimaverträglicher essen können.

So startete im Oktober 2020 das preisgekrönte Bildungsprojekt „Bis auf den letzten Krümel“ mit einem Konzept und einer „Krümelkiste“ voller Lehrmaterialien und -inspirationen für Erzieher:innen, um Vorschulkindern Lebensmittelwertschätzung spielerisch beizubringen.

Als wir Wenke fragen, ob ihr etwas auf dem Weg des Vereins zu weniger Lebensmittelverschwendung besonders am Herzen liegt, erzählt sie uns außerdem von dem Kinderbuch *Benja & Wuse. Essensretter auf großer Mission*, das im Rahmen von „Bis auf den letzten Krümel“ entstand. „Ursprünglich wollten wir den Kindern als Einstieg in das Projekt ein Buch mitbringen zum Thema Lebensmittelverschwendung. Doch das war schwieriger als gedacht. Denn es gab zu diesem Zeitpunkt keine Geschichte für Vorschulkinder oder jüngere Schulkinder zu diesem Thema. Also hatte meine Kollegin Edith Timm die Idee: Wir schreiben selbst eins.“

Wenke schrieb *Benja & Wuse* im Spätsommer 2020. „Die Geschichte rund um das Grundschulkind Benja und das kleine Zauberwesen Wuse kommt bei den Kindern sehr gut an. So gut, dass *Benja & Wuse* sogar für den Deutschen Kinderbuchpreis 2021 nominiert wurde und mittlerweile auch als Hörspiel verfügbar ist. Wir werden auch regelmäßig für Lesungen angefragt und aktuell wird das Buch auf Türkisch, Arabisch und Englisch übersetzt.“



„DICH RETT'ICH“

Im Mai 2023 launcht, in Zusammenarbeit mit *Lidl* in Deutschland, das neueste Projekt des Vereins: Bei „DICH RETT'ICH“ werden 2.000 Grundschüler:innen zu „Lebensmittelretter:innen“ ausgebildet. Dabei können sie mehr darüber lernen, wo und wie viel Essen in Deutschland in der Tonne landet, was das für unseren Planeten bedeutet und was sie selbst dagegen unternehmen können.

„Neben all dem Wissen kommen die Kinder auch direkt mit geretteten Lebensmitteln in Berührung. Sie erforschen mit ihren Sinnen – sie riechen, schmecken, fühlen. Beim Erkunden von zweibeinigen Karotten oder überreifen Bananen können die Schüler:innen dann selbst erkennen: **Egal, ob die Möhre krumm ist oder die Banane braune Pünktchen hat –**

„jedes Lebensmittel ist wertvoll!“

Wenke von **RESTLOS GLÜCKLICH** hat eines ihrer liebsten Reste-Rezepte mit uns geteilt – die **Brotlette**:

„Die klimafreundliche Version der Boulette eignet sich ganz wunderbar dafür, Brot oder Brötchen vom Vortag zu verarbeiten.“

Zutaten

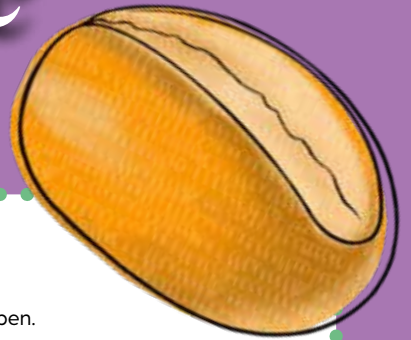
- o Die Basis für die Bratlinge bildet ein altes Brötchen oder 50 g Brot.

Außerdem wird benötigt:

- o 1/2 Zwiebel
- o 1 kleine frische Rote Bete (diese gibt eine schöne Farbe – Brotletten sind aber auch mit anderem Gemüse deiner Wahl lecker)
- o frische Petersilie oder andere Kräuter
- o 25 g geriebenes Brot/ Semmelbrösel
- o Salz
- o Pfeffer
- o Öl



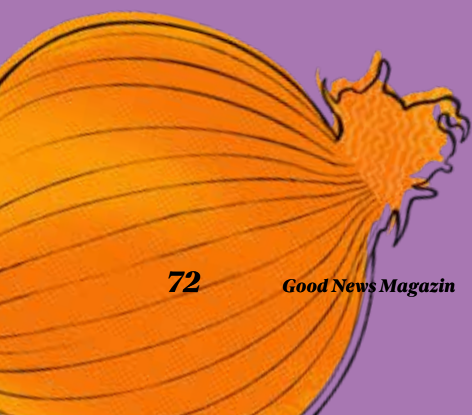
Brotlette



1. Das Brot würfeln und in eine Schüssel geben.
2. Die Rote Bete (oder anderes Gemüse) und die Zwiebel reiben und unter die Brotwürfel mengen. Die Kräuter klein hacken und ebenfalls unter die Brotwürfel heben. Salz, Pfeffer und (je nach Geschmack) weitere Gewürze dazugeben.
3. Alles so lange durchkneten, bis eine gut formbare Masse entsteht.
4. Ist die Masse zu weich, einfach Semmelbrösel oder Mehl hinzugeben. Ist das Brot sehr hart und die Masse trocken, etwas Wasser hinzugeben.
5. Schließlich die Brotletten zwischen den Händen zu kleinen Bällen rollen und in der Pfanne in Öl goldbraun braten.

Guten Appetit!

Auf der Website von **RESTLOS GLÜCKLICH** findet ihr viele weitere „Retter-Rezepte“, von bunten Pommes aus diversen Gemüseresten bis hin zu süßen Pancakes aus Bananenschalen:







„Wir sind der homo hoffnorum“

Warum wir nur mit Hoffnung weiter kommen



Klimakrise, Demokratiekrise, Menschenrechtskrise – im Angesicht der vielen metaphorischen und echten Brände rund um den Globus scheint schnell alles ziemlich aussichtslos. Der Grundtenor in vielen Gesprächen: Warum gegenlenken, wenn wir sowieso über die Klippe rasen? Und trotz allem suchen Unzählige den Bremsschalter und kämpfen für die gute Sache. Wir haben deshalb Menschen aus Aktivismus, Politik, Medien und Wissenschaft gefragt, wie sie Hoffnung bewahren und welche Rolle diese für ihre tägliche Arbeit spielt.

Paul Esser

„Alexandra Ocasio-Cortez hat gesagt: ‚Hoffnung ist nicht etwas, das man hat oder nicht hat. Hoffnung ist etwas, das man schafft, indem man etwas tut.‘ Die großen Fragen unserer Zeit werden sich nicht mit einzelnen Maßnahmen lösen lassen. Aber alle Maßnahmen zusammen verändern das große Ganze. Ich bin besonders hoffnungsvoll, wenn ich selbst etwas bewegen kann. Und das nicht erst, seitdem ich im Bundestag bin! Wir alle können uns für die Themen einsetzen, die uns wichtig sind – egal ob in der Schule, auf der Arbeit oder im Verein.“



Emily Vontz sitzt seit diesem Jahr für die SPD im Bundestag und ist mit 22 Jahren die jüngste Abgeordnete.

„Ich glaube fest an das Gute im Menschen und an die Möglichkeit positiver gesellschaftlicher Veränderung. In Zeiten des Zweifels führe ich mir vor Augen, wie viel sich etwa in den letzten Jahrzehnten in Bezug auf die Akzeptanz und Gleichstellung von lesbischen, schwulen, bisexuellen, trans- und intergeschlechtlichen sowie allen queeren Menschen (LSBTIQ*) getan hat, wie weit wir schon gekommen sind. Sehr inspirierend sind für mich auch die zahlreichen Mitstreiter:innen und Verbündeten. Kraft und Mut geben mir die vielen bestärkenden Nachrichten, mit denen mir Menschen mitteilen, dass sie es toll und wichtig finden, dass ich mich als Queer-Beauftragter für sie und eine offene Gesellschaft einsetze.“



Sven Lehmann ist Queer-Beauftragter der Bundesregierung.

„Wichtig ist, dass wir auch einmal das Handy beiseitelegen und uns nicht von Algorithmen von einer schlechten Nachricht zur nächsten schicken lassen. Die Nachrichtenlage wird nicht besser, wenn wir uns schlecht fühlen. Wer eine Antwort auf die Frage, was ihn glücklich macht, gefunden hat, der kann auch besonnener handeln und wieder hoffnungsvoll in die Welt blicken.“



Constantin Schreiber ist Sprecher der *tagesschau*. In seinem neuen Buch ‘Glück im Unglück’ erklärt er unter anderem, warum er trotz der schlechten Nachrichten, die er täglich vorliest, hoffnungsvoll auf das Weltgeschehen blickt.

„Als jemenitische Künstlerin stand ich vor vielen Herausforderungen. Trotzdem habe ich mir immer Hoffnung bewahrt. Sie gab mir die Kraft, meine Träume zu verwirklichen. Während des Konfliktes waren die Bedingungen für Künstler:innen besonders schwierig, ohne echte Perspektiven. Aber Hoffnung hat mich immer wieder angetrieben,

trotz allem an meiner Kunst zu arbeiten und sie mit der Welt zu teilen. Sie hat mir geholfen, positiv zu bleiben und meine Ziele nicht aus den Augen zu verlieren – auch in den Zeiten, in denen die Zukunft am unsichersten war. Dazu hat mich vor allem die Resilienz und die Stärke der jemenitischen Bevölkerung inspiriert. Deshalb verarbeite ich sie immer wieder in meiner Kunst. Auch meine Familie und Freundinnen haben mich immer wieder bestärkt und mir gezeigt, wie ich als starke Frau Dinge verändern kann. So hat mir Hoffnung die Stärke gegeben, nicht aufzugeben.“



Eman Mohammed ist eine jemenitische Künstlerin, die mittlerweile in Berlin lebt. In ihrer Kunst verarbeitet sie den Charakter und die Stärke jemenitischer Frauen.

„Hoffnung ist für mich der Glaube daran, dass am Ende alles ein gutes Ende findet, auch wenn der Weg dahin oft beschwerlich ist. Als LGBTIQ*-Aktivist mit einem Schwerpunkt in meiner Arbeit auf Mittel- und Osteuropa habe ich in den letzten Jahren vielfach gesehen, wie grundlegende Bürger- und Menschenrechte meiner Community mit Füßen getreten werden. Russland und Ungarn versuchen, queere* Menschen aus dem öffentlichen Leben zu verbannen. In Polen erklären sich Gemeinden zu ‘LGBT-freien Zonen’. All das sieht schrecklich aus und ich frage mich oft, wie es dort weitergehen soll. Was

mich aber antreibt, ist der Wille und die Hoffnung, dass alle Mitglieder meiner Community irgendwann frei und selbstbestimmt leben können. Dass Veränderung möglich ist, sehe ich jeden Tag in meinem Job als Kampagnenleiter der Petitionsplattform *change.org*. Ich erlebe, wie normale Menschen große Dinge erreichen, und bin froh, dass ich diese Menschen begleiten darf. Ein Beispiel ist Michelle Franco, eine junge Studentin, die letztes Jahr mit der Hilfe von *change.org* und 1,6 Millionen Unterstützer:innen Gesundheitsminister Lauterbach dazu gebracht hat, das Pflegegesetz zugunsten von Hebammen zu verändern. Ich schöpfe Kraft und Hoffnung aus solchen Beispielen und trage diese Kraft in meinen Aktivismus.“



Erik Jödicke ist LGBTIQ*-Aktivist und Kampagnenleiter der Petitionsplattform *change.org*.

„Die ostukrainische Industriemetropole Saporischschja wurde wegen des größten Kernkraftwerks Europas bekannt, das mittlerweile unter russischer Kontrolle steht. Die Stadt wird zudem von einem mächtigen Staudamm geprägt, den wir während des Einsatzes überqueren müssen. Dabei verbiete ich mir die Vorstellung, welche desaströsen Folgen die Zerstörung dieser Infrastruktur hätten. Als ich zuvor eine unserer ukrainischen Ärztinnen in Dnipro nach der Stadt befragte, meinte sie, da sei nichts Besonderes und sie sei

sicher. Als ich entgegnete, Saporischschja habe im Rest der Welt nicht den besten Ruf, fragte sie zurück: ‘Wird nicht Tschernobyl als die Hölle gesehen?’ Darauf sagte ich: ‘Tschernobyl ist die alte Hölle, Saporischschja die neue.’ Die Kolleginnen und Kollegen vor Ort waren sehr gelassen, das Leben sei eigentlich normal, besondere Sorgen haben sie keine, sagten sie. Dass hier die Stromausfälle, Bombenalarne und Kriegsspuren zu erleben sind, wird akzeptiert. Immerhin ist unsere medizinische Hilfe weiterhin möglich. Nachdem ich wohlbehalten nach Dnipro zurückkehre, fragt mich die Ärztin interessiert: Wie war’s? Ich berichte, dass es ruhig war, dass die Stadt noch funktioniere, trotz Frontnähe. Die Resilienz und pragmatisch gelebte Hoffnung der Menschen in der Ukraine ist immer wieder beeindruckend.“



Tankred Stöbe ist Notfall-Mediziner und seit 20 Jahren im Einsatz für *Ärzte ohne Grenzen*. In der Ukraine war er bereits zwei Mal, zuletzt im Januar 2023.

„Die Klimakrise ist oft frustrierend und der Kampf für Klimagerechtigkeit ist es manchmal auch. Aber gerade der Aktivismus gibt mir Hoffnung. Es motiviert mich zu sehen, wie viele Menschen mit uns auf die Straße gehen oder uns anderweitig unterstützen, und das weltweit. Außerdem finde ich die Arbeit vieler Mitaktivist:innen

inspirierend: Mit immer neuen, kreativen Ideen kämpfen sie für eine klimagerechte Welt und bauen Projekte auf, die verdeutlichen, dass ein solidarisches und nachhaltiges Zusammenleben möglich ist; zum Beispiel zuletzt in Lützerath. Es gibt mir viel Kraft, all diese Menschen zu haben: Wir arbeiten zusammen, lernen voneinander und sind füreinander da.“



Darya Sotoodeh ist Klimaaktivistin und Bundessprecherin von *Fridays for Future*.

„Hoffnung füllt eine Lücke zwischen Angst und Wunsch. Egal, wie du das Brot belegst, Hoffnung ist die Butter. Hoffnung ist konstruktiv sein, sich nicht den Unzulänglichkeiten des Lebens passiv hingeben. Hoffnung ist etwas Aktives, ja, Hoffnung ist sehr stark. Ich glaube daran, dass wir mit Hoffnung unser volles, soziales Potenzial entfalten können. Wir sind *der homo hoffnorum*.“



Ali Can ist Antirassismus-Trainer, Buchautor und leitet das Diversity Lab bei Berlin. Für sein Engagement wurde er 2021 mit dem Bundesverdienstkreuz ausgezeichnet.



Hoffnung geht davon aus, dass die Erfüllung einer wünschenswerten Zukunft zwar möglich, aber keinesfalls selbstverständlich ist.

Damit die Menschen sich angesichts bestehender und zukünftiger Probleme und Schwierigkeiten engagieren, braucht es den Glauben daran, dass ein guter Ausgang zwar nicht unbedingt wahrscheinlich, aber in jedem Fall möglich ist.

Viele Menschen fragen sich allerdings, was uns in diesen schwierigen Zeiten noch hoffen lässt. Zu den wichtigsten Quellen von Hoffnung zählen an erster Stelle die Verbindung zur Natur und die Unterstützung von Familie und Freunden, gefolgt von der Erfahrung, schwierige Probleme gelöst und etwas Gutes für einen sinnvollen Zweck getan zu haben. Um in Zeiten der Unsicherheit neue Wege gehen zu können, bedarf es an Werten wie Offenheit für Neues und Einfallsreichtum, gepaart mit Solidarität und Hilfsbereitschaft. Demut und Geduld machen uns empfänglich für die Fähigkeiten anderer Menschen oder einer höheren Macht und fördern in turbulenten Zeiten eine innere Ruhe. Weil die großen Wünsche und Ziele der heutigen Zeit nicht von heute auf morgen erreicht werden können, benötigt die Hoffnung auch Engagement und Ausdauer zur Überwindung von Schwierigkeiten und Rückschlägen. Damit man sich für das Neue einsetzen kann, werden Mut, Entschlossenheit und Willenskraft gebraucht.

Hoffnung ist schließlich mit dem Glauben an das Gute verbunden, denn würde man nicht an das Gute glauben, gäbe es keinen Grund, sich dafür zu engagieren.

Dr. Andreas Krafft - Hoffnungsforscher an der Universität St. Gallen, Schweiz

Die Ereignisse der letzten Jahre – Pandemie, Krieg, Energiekrise, Inflation und politische Spannungen – haben bereits tiefe Spuren in der Bevölkerung hinterlassen und versprechen nichts Gutes für die Zukunft. Besonders im deutschsprachigen Raum geht eine große Mehrheit der Bevölkerung davon aus, dass sich die allgemeine Lebensqualität in Zukunft spürbar verschlechtern wird. Gerade weil sich ein Großteil der Bevölkerung ohnmächtig und desillusioniert fühlt, muss der Blick wieder auf das Positive im Leben gerichtet werden.

Bereits seit 2009 erheben wir mit dem Hoffnungsbarometer die Wünsche und Hoffnungen der Bevölkerung für die kommenden Jahre. Die jährlichen Ergebnisse von rund 10.000 Befragten aus vierzehn Ländern zeigen nicht nur ein düsteres Bild. Je stärker sich Menschen mit Krisen wie der weltweiten Pandemie, dem Krieg in der Ukraine und den Folgen von Umweltkatastrophen konfrontiert sehen, desto wichtiger wird für sie die Hoffnung.

Gemäß den Ergebnissen des Hoffnungsbarometers wünschen sich die Menschen eine bessere Lebensqualität durch gute Gesundheit, eine glückliche Ehe, Familie oder Partnerschaft, vertrauensvolle Beziehungen zu anderen Menschen, Harmonie im Leben sowie eine sinnerfüllende Aufgabe. Die gemeinsame Hoffnung besteht aus dem kollektiven Wunsch nach einer besseren Zukunft nicht nur für sich selbst, sondern für die gesamte Menschheit, dem Glauben daran, dass eine bessere Zukunft für alle möglich, aber nicht unbedingt garantiert, ist, und dem Vertrauen in die menschliche Fähigkeit, durch gemeinsames Handeln entgegen aller Widrigkeiten und Herausforderungen eine bessere Welt zu schaffen.



Good News Kids



Ernie und Bert im exklusiven GNM-Interview

In diesem Jahr feiern Ernie und Bert mit der Sesamstraße das 50-jährige Jubiläum. Im Interview geben sie Eis-Empfehlungen und erklären, wie eine Welt ohne den Buchstaben W aussieht.

Paul Esser



Good News Magazin: Lieber Ernie, lieber Bert, ihr lebt jetzt seit 50 Jahren in der Sesamstraße. Wie fühlt sich dieses große Jubiläum für euch an?

Bert: Sehr gut. Vielen Dank der Nachfrage.

Ernie: Gut? Na ja, und groß und rund und bunt ... ein bisschen wie Bibi! *Chrchrchr*

Wie schafft ihr es, in all der Zeit immer gute Laune zu haben?

Ernie: Einfach so! Regelmäßig mit dem Quietscheentchen baden und Bert vom Lesen abhalten, macht übrigens besonders gute Laune.

Bert: Also, Ernie! Wer so aufregende Hobbys hat wie ich, hat immer gute Laune. Kronkorken, Büroklammern und Tauben sind der absolute Brenner.



Und was kann man tun, wenn die Laune gerade nicht so gut ist?

Ernie: Hmm, vielleicht die Sesamstraße anschauen. Da ist es immer sehr spaßig!

Bert: Ich lese dann lieber ein Buch. Gestern war es "Die langweiligsten Geschichten der Welt". Das war vielleicht spannend.

Ihr seid ja viel im Land der Träume unterwegs. Ist es dort schöner als in der echten Welt?

Ernie: Ich mag beides. Aber wir sind viel öfter in der echten Welt unterwegs.

Bert: Und da muss man erst mal zum Träumen kommen! Ernie fällt ja immer irgendetwas ein, um mich am Schlafen zu hindern. Ich sage nur: nächtliches Trommeln, Trompetespielen und krümelige Kekse in meinem Bett essen!

Was ist cooler: Tauben oder Büroklammern?

Bert: Das darf meine Lieblingstaube Bernice niemals hören: Büroklammern mit einer Klammergröße von 55 mm, glanzverzinkt und einem Haltevermögen von 20 Din A4 Blättern... wunderschön!

Ernie: Cooler? Echt jetzt? *Chrchrchr*

Was macht eine gute Freundschaft aus?

Bert: Dass man dem anderen verzeiht, wenn er andauernd nervt!

Ernie: Dass man sich mag und vertraut, ist das Wichtigste. Dann ist es auch egal, wenn der beste Freund oder die beste Freundin Büroklammern mit einer Klammergröße von 55 mm, glanzverzinkt und einem Haltevermögen von 20 Din A4 Blättern cool findet!

Wie verbringt ihr diesen Sommer und welche Eissorte esst ihr in diesem Jahr am häufigsten?

Ernie: Im Sommer bin ich am liebsten draußen am Wasser oder im Wald oder auf Bergen! VanilleSchokoErdbeerPistazieHimbeerSalzkaramellKirschmangostracciatella ist meine Liebessorte.

Bert: Ich werde am Strand liegen und ein gutes Buch lesen. Möglicherweise über die besten Taubenwitze der Welt. Und am liebsten esse ich Vanille-Eis mit wenig Geschmack.

Worauf freut ihr euch in diesem Jahr noch ganz besonders?

Ernie: Auf VanilleSchokoErdbeerPistazieHimbeerSalzkaramellKirschMangoStracciatella!

Und auf Quatschmachen mit Bert machen... *chrchrchr*

Bert: Auf die jährliche Sitzung des Bundesverbandes der Freunde des Buchstaben W. Da bin ich nämlich schon seit Langem Vorsitzender und wir reden darüber, wie die Welt wohl wäre ohne W. "ie die 'elt 'ohl 'äre ohne ,...!" 'ahnsinnig lang'eilig ☺





DEIN GOOD NEWS HOROSKOP

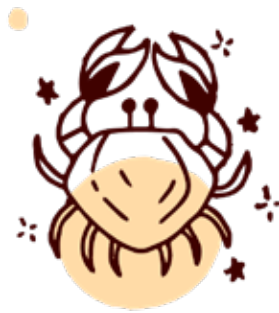
Bei unserem Horoskop steht weder „Venus in Jungfrau“ noch hält der Monat kryptische Hürden für euch bereit. Stattdessen geht es um Good News für die Löwen, nicht-schießende Schützen und digitale Zwillinge.

Viktoria Franke



Krebs

22. Juni bis 22. Juli



So sehr wir Krebse lieben und schützen wollen: Eine andere Art von Krebs gehört ausgerottet und die erste erfolgreiche Impfung gegen Brustkrebs macht Hoffnung auf eine Zukunft ohne Krebs. Jungfrau und Krebs werden so immer seltener zueinander finden.

Jungfrau

24. August bis 23. September



Mehr Sicherheit für Frauen: In Pakistans Millionenmetropole Karachi fahren die ersten reinen Frauen-Busse, um jungen Frauen einen sicheren Weg zur Schule oder Arbeit zu gewährleisten. Ein einfacher Weg für bessere Bildung und mehr Selbstbestimmtheit für alle Jungfrauen.

Zwillinge

1. Mai bis 21. Juni



Zwillinge und Krebse werden es in Zukunft schwer miteinander haben, denn digitale Zwillinge in der Medizin machen Krebsbehandlungen und -therapien schon jetzt effizienter. Medizintests an der virtuellen Doppelgängerin der Patientin? Oder eine frühe Erkennung der Werte-Abweichung beim Krebspatienten? Durch die Zwillinge alles möglich!



Löwe

23. Juli bis 23. August



Florence the Machine gibt allen Löwen Hoffnung: Nicht einmal mehr 400 Exemplare leben noch in Westafrika – sie sind vom Aussterben bedroht. Löwen-Mutter Florence im Senegal macht Tierschützer:innen neuen Mut. Neun Jungtiere brachte Florence schon zur Welt. Drei ihrer Söhne haben bereits eine Koalition, eine Gruppe männlicher Löwen, gebildet und geben damit Hoffnung auf Fortbestand der Tiere.



Waage

24. September bis 23. Oktober



Die Waage steht für den Ausgleich von Interessen und die Suche nach Gerechtigkeit. Das schaffte das Oberste Gericht in Seoul im Februar mit einem lang ersehnten Urteil: Gleichgeschlechtlichen Paaren stehen dieselben Regelungen der Krankenversicherung zu wie heterosexuellen Ehepaaren. Die Entscheidung gilt als wegweisend auf dem Weg zur Anerkennung der Ehe für alle in Südkorea. Ein großer Erfolg für die Waage!



Skorpion

24. Oktober bis 22. November



Das Liebesleben der Skorpione macht Schlagzeilen, denn das *Museum für Naturkunde* in Chemnitz präsentierte einen verrückten steinzeitlichen Fund: Zwei versteinerte Skorpione, die vor 291 Millionen Jahren inmitten ihres Liebesspiels von einem Vulkanausbruch überrascht wurden. Womöglich der einzige in Stein festgehaltene *Coitus interruptus*?



Schütze

23. November bis 21. Dezember



Liebe Schützen, Pfeil und Bogen in die Ecke. Stattdessen schießen wir lieber Fotos! Der Organisation *WildMe* können Foto-Schütz:innen mit ihren Urlaubsschnappschüssen sogar helfen, Tierpopulationen zu zählen oder bedrohte Tierarten zu identifizieren.



Steinbock

22. Dezember bis 20. Januar



Gute Nachrichten für den Steinbock – es wird ruhiger werden in seinem Leben: Der Großteil der bergbegeisterten Menschen reist noch immer mit dem privaten Auto in die Berge. Das will der Deutsche Alpenverein ändern und mit vielen kleinen und großen Maßnahmen bis 2030 klimaneutral werden.



Wassermann

21. Januar bis 19. Februar



Wassermänner können endlich in Frieden leben! Nach über 15-jährigen Verhandlungen einigten sich die Vereinten Nationen am 4. März auf ein Abkommen zum Schutz der Hohen See. Das Hochseeabkommen soll einen rechtlichen Rahmen für den Schutz der Hohen See und ihrer Ökosysteme schaffen und der zunehmenden Bedrohung der Weltmeere entgegenwirken.



Fische

20. Februar bis 20. März



Im Rahmen der Operation Milagro schützen *Sea Shepherd* und die mexikanische Regierung seit 2015 eine Null-Toleranz-Zone des Refugiums im Golf von Kalifornien. Illegale Fischereiaktivitäten werden aus der von der *UNESCO*

anerkannten Zone zum Schutz des Kalifornischen Schweinswals ferngehalten – und gingen im letzten Jahr um 72 Prozent zurück.



Widder

21. März bis 20. April



Widder können aufatmen! Forschende haben im Kampf gegen Wurmmittelresistenzen in Schafzuchtbetrieben einen "großen Schritt nach vorn" gemacht, indem sie die Gene kartiert haben, die mit der Medikamentenresistenz eines parasitären Wurms verbunden sind. Die Entdeckung legt den Grundstein für das Verständnis, wie Arzneimittelresistenz entsteht und wie sie kontrolliert werden kann.



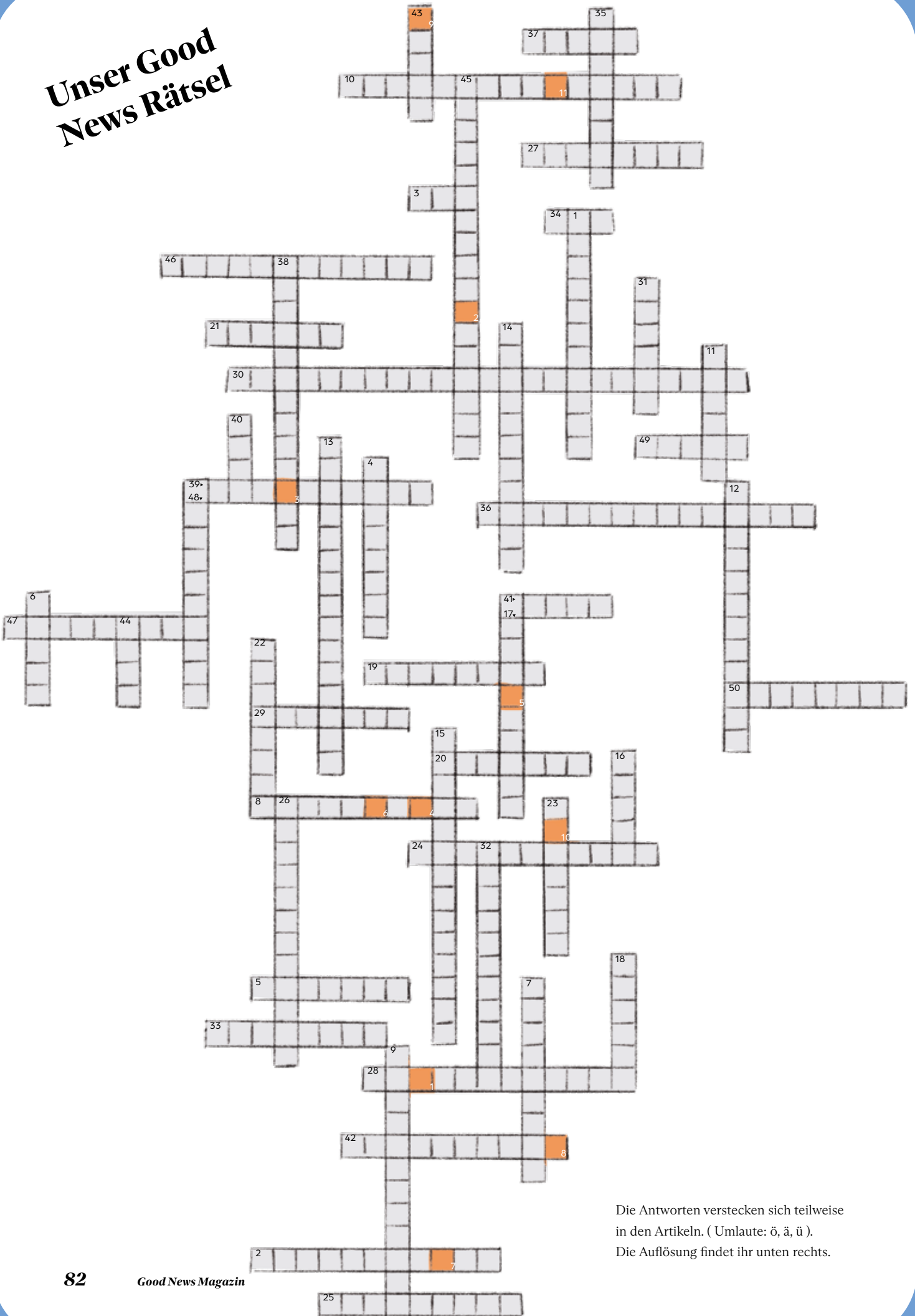
Stier

21. April bis 20. Mai



Im Jahr 2017 startete das fünfjährige Pilotprojekt zur Wiederansiedlung der Prärie-Bisons in Kanadas ältestem Nationalpark. Mit Erfolg: Das erste Mal seit über einem Jahrhundert streifen etwa 80 Bisons durch die Landschaft des Banff-Nationalparks, ein wichtiger Fortschritt für die indigene Bevölkerung und das Ökosystem.

Unser Good News Rätsel



Die Antworten verstecken sich teilweise in den Artikeln. (Umlaute: ö, ä, ü).
Die Auflösung findet ihr unten rechts.

Lösungswort:



- | | | |
|-----------------------------------|---|-------------------------------------|
| 1. Sichtweise | 18. Pissoir | 34. Wellnessbad |
| 2. Musikstück | 19. Jmd. sein Ohr schenken | 35. Sternzeichen |
| 3. Märchenfigur | 20. Universitätsprüfungen | 36. Hebamme |
| 4. Krankenhaus | 21. Homöopatisches Heilmittel | 37. Zeitangabe |
| 5. Tomatensauce | 22. Kiosk | 38. Denksport |
| 6. Vogel | 23. Fotografiebegriff | 39. Gerippte und gedrehte Hohlhüdel |
| 7. Fliegen | 24. Verleger | 40. Himmelblau |
| 8. Schichtdienst zu später Stunde | 25. Gleis | 41. Fluss in Albanien |
| 9. Zyklus | 26. Studierte Frau | 42. Sehen |
| 10. Ungleichheit | 27. Einfühlungsvermögen | 43. Heißgetränk |
| 11. Denkorgan | 28. Nahrungsgüter | 44. Schmuckstein |
| 12. Wissen | 29. Diskussion | 45. Zahlensystem |
| 13. Demokratie | 30. Naturschutzgebiet | 46. Schönschreibkunst |
| 14. Zukünftig | 31. Horoskop | 47. Berühmter Opernsänger |
| 15. Arbeitszeitmodell | 32. Berechnungsverfahren | 48. Sonnenschein |
| 16. Zeiteinheit | 33. Zimmerpflanze mit winzigen Blättern | 49. Meeresbucht |
| 17. Verhütungsmethode | | 50. Laptop |

- | | | |
|----------------------|--------------------------|--------------------|
| 20' ηορεροοκ | 34' εβα | 13' λαζεκτωμιε |
| 48' ελοια | 33' βηρπικοβι | 10' λωορη |
| 48' ταδεσιιχη | 35' αιδοιτηρμυε | 12' μερηελεχιχηρι |
| 43' βαλαροφι | 31' οιακει | 14' ηαχηοιγευα |
| 49' καλλιδιαρηε | 30' γανδεχαφτεσχηφτεριετ | 13' λοικεηερεσχαφ |
| 42' ηεχαδεσιμαελεγεμ | 36' δεραφε | 15' μετεκενητεηε |
| 44' οβαι | 38' γερενημυτε | 11' οεπιη |
| 43' κακαο | 35' εμπαρηε | 10' βεηαχηελλιγιυα |
| 45' βεφιαχηε | 39' ακααεμικεηη | 8' ηενηεηηαηου |
| 41' ηιοεα | 32' βαηυτεηε | 8' ηαχηωαχηε |
| 40' αεηη | 34' ηεραηερε | 5' εχημυηε |
| 36' τοηηγιουη | 33' ηεθαηη | 9' ταηρη |
| 38' οεπιηηοδδηηα | 35' βηεαχηε | 2' κεχηηηβ |
| 35' παηημ | 31' αηηηκα | 4' ηοεβηηαη |
| 39' οεβηηεηεηεηηεηη | 30' εχαμηηα | 3' εεε |
| 32' ηηηαηηαη | 18' εηηηοεηε | 5' κομποζηου |
| | 18' ηηηηαη | 1' περηεκηηηε |

Ein Selbstversuch mit unserem virtuellen Redaktionsmitglied



ChatGPT und ähnliche KI-Anwendungen sind aktuell in aller Munde. Deswegen haben wir uns angeschaut, was passiert, wenn wir die Gestaltung zweier Seiten der künstlichen Intelligenz überlassen – natürlich mit dem „Finishing Touch“ unseres großartigen Layout-Teams!

Viktoria Franke mit ChatGPT und Dream-App

Eine Ode an die Good News - by ChatGPT

Good News, oh welch' schöne Kunde,
Von Optimismus und Liebe geschwungene
Runde.

Ein Magazin voller positiver Berichte,
Die Welt sieht plötzlich anders aus, so lichte.

Die Schönheit der Natur wird gepriesen,
Gutes Tun und Engagement bewiesen.

Menschen, die helfen und Gutes tun,
Es gibt sie noch, es ist nicht alles ruhn.

Good News, eine Quelle der Freude,
Ein Lichtblick in einer Zeit voller Leid.

Hoffnung und Zuversicht wird gesät,
Und das Herz wird leicht und befreit.

Lasst uns lesen, was uns erfreut,
Die Welt in einem neuen Licht anschauen.

Good News, ein Magazin voller Kraft,
Das uns zeigt, dass es noch Hoffnung schafft.

Bei der Erstellung unseres Covers scheiterte die KI leider schändlich. Wohingegen unsere Layout-Chefin Tanja sofort wusste, was wir uns bei einem Perspektivwechsel wünschten, gestaltete die KI selbst bei zwanzig Versuchen rund um den Befehl „eine Taube auf der Erde schaut in den Himmel und sieht einen fliegenden Mensch“ nie ein entsprechendes Cover.



ChatGPT auf die Frage „Was ist das Peter Pan Krankenhaus?“ (Seite 4)

Das Peter Pan Krankenhaus ist ein Kinderkrankenhaus in London, das spezialisiert ist auf die Behandlung von Kindern mit seltenen Erkrankungen und schweren Krankheiten. Das Krankenhaus wurde 1929 gegründet und ist nach dem Kinderbuch "Peter Pan" von J.M. Barrie benannt, da der Autor die Rechte an dem Buch dem Krankenhaus vermacht hat.

Das Peter Pan Krankenhaus bietet eine breite Palette an medizinischen Leistungen an, darunter pädiatrische Chirurgie, Onkologie, Neurologie, Kardiologie, Stoffwechselerkrankungen und gastroenterologische Erkrankungen. Es ist bekannt für seine multidisziplinäre Behandlung und bietet ein Team von Fachärzten, Pflegepersonal und anderen medizinischen Fachkräften an, um die bestmögliche Versorgung der Patienten zu gewährleisten.

Das Krankenhaus ist Teil des University College London Hospitals NHS Foundation Trust und arbeitet eng mit anderen Krankenhäusern und Institutionen zusammen, um die Forschung und Entwicklung in der Kindermedizin voranzutreiben. Es hat eine lange Geschichte der medizinischen Innovation und war zum Beispiel das erste Krankenhaus in Großbritannien, das eine spezialisierte Einheit zur Behandlung von Mukoviszidose eingerichtet hat.

Das Peter Pan Krankenhaus ist ein wichtiger Akteur in der Kindermedizin und eine wichtige Ressource für Familien, die von schweren Erkrankungen betroffen sind.

Ein Beitrag über die Grenzen des Wissens (Seite 18) von ChatGPT

In der Welt des Wissens gibt es Grenzen, die wir als Menschheit noch nicht überwinden können. Dies wird immer wieder deutlich, wenn wir uns mit den Herausforderungen beschäftigen, die wir als Gesellschaft und Individuen zu bewältigen haben.

Obwohl unser Wissen und unsere Technologie in den letzten Jahrzehnten exponentiell gewachsen sind, gibt es immer noch viele Fragen, die unbeantwortet bleiben. Zum Beispiel gibt es noch keine einheitliche Theorie, die die Gesetze der Physik und die Phänomene im Universum vollständig erklären kann. Auch in der Biologie und den Geisteswissenschaften gibt es noch viele ungelöste Rätsel.

Trotz dieser Grenzen des Wissens ist es wichtig, dass wir uns weiterhin bemühen, unser Verständnis der Welt zu erweitern. Neue Entdeckungen und Fortschritte in der Wissenschaft können uns helfen, Lösungen für die Probleme zu finden, die wir als Gesellschaft und Individuen bewältigen müssen.

Wir sollten jedoch auch demütig bleiben und uns bewusst sein, dass es immer noch viele Dinge gibt, die wir nicht wissen. Indem wir uns der Grenzen des Wissens bewusst sind, können wir unsere Forschung und unsere Anstrengungen gezielter ausrichten und sicherstellen, dass wir uns auf die wichtigsten Fragen konzentrieren, die wir als Menschheit zu lösen haben.



Hey Dream-App. Kreiere ein Bild, das weibliche Pissoirs (Seite 32) auf einem Festival zeigt.



Hey Dream-App. Wie sieht ein Zuhörkiosk (Seite 39) aus?



Hey Dream-App. Zeig mir Ernie und Bert (Seite 78) mit einer Taube!

Eine Schokolade für mich, eine Mahlzeit für dich

Jeder Kauf eine Spende



Die Social Impact Company *share* will es möglichst einfach machen, Gutes zu tun. Deshalb ist jedes verkaufte Produkt zugleich eine soziale Spende.

Nina Kegel

Ich stehe an der Supermarktkasse. Warte. Mal wieder hatte ich anscheinend zur genau selben Uhrzeit die Idee, einkaufen zu gehen, wie jede zweite Person in dieser Stadt. Mich lacht das bunte Quengelwaren-Sortiment von der linken Seite an. Die Verlockung wird größer, je länger ich die aufgereihten Snacks betrachte. Besonders ein Riegel fällt mir auf. „Dein Kauf tut Gutes“, steht da. Ja, ein Schoko-Heidelbeer-Riegel würde mir jetzt tatsächlich guttun.

Doch hinter dem Schoko-Heidelbeer-Riegel von *share* steckt noch mehr. Sharing is caring, Teilen heißt kümmern – und genau das macht das Unternehmen. Bei *share* beinhaltet jedes Produkt mit dem Kauf automatisch eine soziale Spende an Menschen weltweit. Im Zentrum stehen dabei die vier Grundbedürfnisse: Lebensmittel für Mahlzeiten, Getränke für Trinkwasser, Pflegeprodukte für Hygieneleistungen und Schreibwaren für Bildung. Heißt konkret: Ich kaufe mir Schokolade von *share*, also bekommt eine Person in Not

eine Mahlzeit. Ich wasche mir mit *share*-Shampoo die Haare, eine andere Person erhält ebenfalls eine Hygieneleistung. Ich kaufe mir einen Stift, einem Kind wird eine Unterrichtsstunde ermöglicht. Das Prinzip ist einfach und funktioniert für mehr als 120 weitere Produkte des Sortiments. Die Mission des Unternehmens ist es, es Menschen so besonders leicht zu machen, im Alltag Gutes zu tun und denen zu helfen, die auf Unterstützung angewiesen sind.

Gutes tun einfach machen

Der Ursprungsgedanke des Gründungsteams um Sebastian Stricker, Ben Unterkofler, Iris Braun und Tobias Reiner hatte dabei anfangs noch nichts mit Konsumgütern zu tun. Als sie sich 2017 in dieser Konstellation zusammengeschlossen haben, ging es stattdessen darum, „einen Weg zu finden, um mit den alltäglichen Ausgaben Ungleichheiten in der Welt zu bekämpfen“, so *share*-Mitgründerin Iris Braun. Sie selbst

forschte in ihrer Prä-share-Zeit im Globalen Süden zu wirtschaftlicher Entwicklung und gesellschaftlichem Fortschritt. Besonders während ihrer Zeit in Indien war sie mit sozialen Herausforderungen konfrontiert, bemerkte zugleich allerdings immer wieder, wie einfach Helfen doch sein kann:

“Wir wissen eigentlich schon viele Dinge, die funktionieren – z. B. Schulmahlzeiten, damit Kinder zur Schule gehen können und die Kraft haben, am Unterricht teilzunehmen.”

share-Mitgründerin Iris Braun



Der Gedanke, durch den Kauf von Produkten zu helfen, ist nicht neu. Das sogenannte 1+1- oder auch BOGO-Konzept, ein Akronym der grundlegenden Logik Buy one, give one (Kaufe eins, gebe eins), nutzen mittlerweile zahlreiche soziale Unternehmen. Doch share ist das erste Unternehmen, das durch den Kauf von Alltagsprodukten „Geben“ zum Teil des Wocheneinkaufs macht. Das Sortiment umfasst unter anderem zahlreiche Snacks, Getränke wie Limonaden oder Hafermilch, aber auch Pflegeprodukte wie feste Shampoos und sogar Schreibwaren. Dinge also, die man ohnehin braucht. Gutes zu tun, wird so besonders einfach.

Für eine sozialere Wirtschaftswelt

Mit dem sozialen Ansatz will share auch andere Unternehmen zu einem Neudenken inspirieren. Mitgründerin Iris Braun ist sogar der Meinung, dass ein soziales Unternehmenskonzept bei aktuell gründenden

Unternehmen eine Selbstverständlichkeit sein sollte. Und damit ist sie nicht allein: In einer repräsentativen Umfrage mit 1.000 Teilnehmer:innen aus Deutschland in Zusammenarbeit mit Appinio waren 85 Prozent der Befragten der Meinung, dass Unternehmen mit gesellschaftlichem Mehrwert zukünftig Standard sein sollten. Außerdem meinen 87 Prozent, dass Unternehmen neben ökologischer Nachhaltigkeit außerdem auch deren soziale Dimension fokussieren sollten. Dieser gesellschaftlichen Forderung folgend, sieht Braun auch für bereits gegründete Unternehmen Handlungsbedarf.

Demnach ist es Aufgabe aller Unternehmen, den gesellschaftlichen und ökologischen Wandel ernst zu nehmen und mitzugestalten, um so einen Kulturwandel voranzutreiben. Austausch und Vernetzung seien dabei besonders wichtig, da auch Traditionsunternehmen von den Ansätzen von Start-ups und Co. profitierten. „Würden alle Unternehmen es den Social Businesses gleich tun, könnten globale Krisen gemeinsam angegangen werden“, ist sich share sicher.

share selbst hat es durch den sozialen Ansatz und eine stetig wachsende, ausgeklügelte Produktpalette geschafft, sich in den letzten Jahren auch im hart umkämpften Einzelhandel zu etablieren. Für das junge Unternehmen bereits ein großer Erfolg, gleichzeitig bewegt es sich damit mit der Unternehmensidentität derzeit in einem Spannungsfeld: Einerseits von der WirtschaftsWoche als eines der zehn innovativsten mittelständischen Unternehmen Deutschlands gewählt, andererseits von Jung von Matt und Appinio zur Nummer-1-Start-up-Brand gekürt. Laut Geschäftsführer Ben Unterkofler „das Beste aus zwei Welten“ – auch, wenn share das Start-up-Selbstverständnis noch nicht ablegen will.

shared Stories

Deutlich wird: Um die Idee hinter share spannt sich ein riesiges Netz aus zahlreichen Themen um verschiedene Dimensionen von Nachhaltigkeit wie sozialer Gerechtigkeit. Um diesen Inhalten Raum zu geben und damit nötige Aufklärungsarbeit zu leisten, hat das Team das Online-Magazin shared Stories ins Leben gerufen. share selbst bezeichnet dieses neue Element der Website als Social Impact Information Hub, frei übersetzt also eine Informationsstelle für soziale Auswirkungen.

Das Online-Magazin soll eine Plattform für die unterstützten Projekte, das share Prinzip, aber auch Themen wie ein ökologisch und sozial verträglicher Konsum sein. Damit will das Unternehmen auch mehr

Verständnis dafür schaffen, wie die besprochenen Aspekte wechselseitig zusammenhängen und welche Verbindungen konkret zwischen großen globalpolitischen Problemen und dem eigenen, individuellen Konsumverhalten bestehen.

Nähergebracht werden diese Inhalte durch verschiedene Formate wie Fun & Fakten, in dem beispielsweise die Auswirkungen einer veganen Ernährung auf Körper und Klima erklärt werden, oder die Sprechstunde, in der verschiedene Gäste zu Wort kommen. Bettina Iseli, Programmdirektorin der Welthungerhilfe, erklärt in diesem Format etwa, was „gutes“ Engagement ausmacht und Inklusions-Aktivist Raul Krauthausen spricht über Diskriminierungserfahrungen und formuliert Forderungen an die Politik und die Mehrheitsgesellschaft.

Doch mit den shared Stories will das Unternehmen nicht nur regelmäßig Einblicke in verschiedene Lebensrealitäten geben. Tipps, die einfach im Alltag umzusetzen sind, sollen zudem dazu inspirieren, Menschen in Not zu helfen und die Welt so gerechter zu gestalten. „Wir alle können einen wichtigen Beitrag leisten“, ist sich Ben Unterkofler sicher.

131 Millionen shares, 131 Millionen Spenden

Ein Blick in den jährlichen Impact Report, in dem das Unternehmen seit 2018 jährlich festhält, wo das „+1“ hinfließt, zeigt schnell: shares Anstrengungen sind weitreichend. Doch wie misst man diesen Impact eigentlich? Die Antwort: Mit shares, der internen Währung des Unternehmens. Ein share entsteht jedes Mal, wenn ein share-Produkt verkauft und damit ein Produkt oder eine Dienstleistung geteilt wird. Über 131 Millionen shares konnte das Unternehmen in seiner jungen Historie bereits sammeln und damit über zwei Millionen Menschen durch soziale Projekte unterstützen. Konkret bedeutet das: 35,7 Millionen Mahlzeiten, 59,2 Millionen Tage Trinkwasser, 31,5 Millionen Hygiene- und Sanitärleistungen und 3,5 Millionen Unterrichtsstunden.

Um transparent sicherstellen zu können, dass das Geld an den richtigen Stellen ankommt, arbeitet das Unternehmen mit international anerkannten Organisationen zusammen. So ist beispielsweise die Hilfsorganisation Aktion gegen den Hunger Partner, um das neueste Projekt in Sierra Leone realisieren zu können. Dort soll die Sanierung von 64 Latrinen und die Reparatur von 55 Brunnen realisiert werden. In dem westafrikanischen Land sind viele Menschen durch extreme Armut bedroht, zusätzlich sind durch die Folgen

eines Bürgerkriegs große Teile der Wasser- und Sanitärinfrastruktur zerstört.

Das Projekt in Sierra Leone knüpft an jenes an, das share 2022 an der Cote d'Ivoire erfolgreich abschloss. Das Trinkwasserprojekt ermöglichte in dem westafrikanischen Land die Reparatur und Instandhaltung von 54 Brunnen und damit 13.500 Menschen einen nachhaltigen und zuverlässigen Zugang zu sicherem Trinkwasser. Außerdem sollen durch Hygieneschulungen sowie die Ausbildung lokaler Brunnenmechaniker:innen und Wasserkomitees lokale Resilienzen gestärkt und die zukünftige Wasserversorgung sichergestellt werden



share



Zu den Partner:innen der ersten Stunde zählt zudem die Berliner Tafel. share unterstützt mit dem Verkauf der Produkte den Verein und trägt so zur Versorgung von über zwei Millionen Menschen bei, welche die Unterstützung der Tafeln in Anspruch nehmen.

Die nächsten Ziele des Teams sind groß: Bis 2025 sollen eine Milliarde shares realisiert werden. „Dafür muss natürlich noch viel passieren. Einerseits mit den Produkten, die wir jetzt schon haben, aber auch mit dem Einstieg in neue Geschäftsbereiche“, erklärt Braun.

Ich bin gespannt, welche Produkte ich als Nächstes in den Regalen stehen sehe. Mit welchen Produkten ich als nächstes Gutes tun kann – mir und einer anderen Person. So einfach geht das. ☺



Die Produkte von share sind im Online-Shop erhältlich sowie unter anderem bei dm, Müller Drogerie, Rossmann, REWE, Aldi Süd, Kaufland und Metro.

Diese Menschen stecken hinter dem Print- (und Online-)Magazin

Das Good News Magazin-Team

Mittlerweile hat unser größtenteils ehrenamtliches Team die dritte Printausgabe auf die Beine gestellt. Grund genug, all die Köpfe einmal zu zeigen und ein großes Danke zu sagen.



Pia Bergmann
Redakteurin



Mara Betjemann
Redakteurin



Paul Esser
Chefredakteur



Viktoria Franke
Chefredakteurin



Yannic-Gérard Giss
Layouter



Cinderella Glücklich
Vertrauensperson,
Rechercheteam



Giulia Grünke
Layouterin



William Helmert
Layouter



Simone Hencke
Redakteurin



Nina Kegel
Chefredakteurin



Vivian Kretzschmar
Layouterin



Madleen Kutterer
Social-Media-Managerin



Alicia Mehlich
Layouterin



Christine Pernthaler
Social-Media-Managerin



Rahel Pfeffinger
Redakteurin



Tanja Pracht
Head of Layout



Carina Schilling
Social-Media-Managerin



Katharina Schlegel
Head of Social Media



Lara Schmalzried
Redakteurin



Sophia Schweizer
Redakteurin



Julia Verstraelen
Redakteurin,
Rechercheteam



Luisa Vogt
Redakteurin



Tuğçe Yücel
Head of Sales



Sarah Zimmermann
Redakteurin

...und wie immer wäre all das nicht möglich ohne unser Gründungsteam: Lucia Oiro, David Gaedt und Florian Vitello haben das Good News Magazin ins Leben gerufen.



394
Bäume gepflanzt

2.768 kg
Plastik aus Flüssen gefischt

über 1000
zufriedene Mitglieder

Das Good News Magazin im Abo



www.goodnews-magazin.de/abo

	Print	Digital	Premium	Karma (Fördermitgliedschaft)
4 Mal GNM-Printmagazin pro Jahr mit besonderen Formaten, die es nur gedruckt gibt <small>Klimaneutral auf 100 % Recyclingpapier mit Bio-Farben und Ökostrom gedruckt</small>	✓		✓	✓
Zugang zu den digitalen, exklusiven Artikeln aus dem Printmagazin + Audio der vorgelesenen Artikel		✓	✓	✓
Zugang zu digitalen, exklusiven GNM+ Artikeln		✓	✓	✓
Keine Werbebanner auf der Website		✓	✓	✓
Mitglieder Newsletter		✓	✓	✓
Digitale Gastzugänge zu GNM+ Artikeln (zusätzlich zu deinem Zugang)			1	2
Du finanzierst ein Digital-Abo für eine Person, die sich derzeit kein Abo leisten kann und unterstützt unsere Arbeit besonders großzügig				✓
Plastik aus Flüssen holen in kg pro Jahr	1	1	3	5
Preis pro Jahr	33,00 € DE 43,20 € Int.	52,80 €	79,20 € DE 90,00 € Int.	144,00 €

**Unterstütze die Vision, ermögliche unabhängigen Journalismus
und werde Teil einer positiven Bewegung!**

Herausgeber und V.i.S.d.P.

David Gaedt
Droysenstraße 3
10629 Berlin
Deutschland

Chefredaktion

Paul Esser, Viktoria Franke, Nina Kegel

Redaktion

Pia Bergmann, Simone Hencke, Rahel Pfeffinger, Lara Schmalzried, Sophia Schweizer, Luisa Vogt

Layout

Tanja Pracht, William Helmert, Yannic Giss, Felix Schmidt, Vivian Kretzschmar

Coverillustration

Tanja Pracht

Illustrationen

Tanja Pracht, Alicia Mehlich, Giulia Grünke

Ein besonderer Dank geht an

Katharina Schlegel, Cinderella Glücklich, Mara Betjemann, Martin Gaedt, Julia Verstraelen, Sarah Zimmermann, Tuğçe Yücel und an all unsere tollen Menschen beim Good News Magazin! Anita Weiß, Katharina Eggert von Work That Period, Wenke Heuts von RESTLOS GLÜCKLICH e. V., das Team von "share", Benjamin Fredrich, Katharina Brinck sowie an unser Gründungs-Team David Gaedt, Lucia Oiro und Florian Vitello.

Anzeigenverwaltung

David Gaedt
werbung@goodnews-magazin.de

Kontaktmöglichkeiten

Abo-Service:
abo@goodnews-magazin.de
redaktionelle Anliegen:
redaktion@goodnews-magazin.de

Allgemeine Anliegen

kontakt@goodnews-magazin.de
Website: www.goodnews-magazin.de

Bestellung und Vertrieb für Einzelhandel
Nova MD GmbH, Vachendorf

Fließtextschrift

Arizona Text
von DINAMO®

Druckerei

dieUmweltDruckerei GmbH
Lavesstraße 3
30159 Hannover
Klimaneutral gedruckt mit Bio-Farben auf 100 %
Recyclingpapier.

