

Jahresbericht 2020



Inhalt

5	Vorwort der Geschäftsführung	42	Alumni: Berufseinstieg & Karriere Drei Beispiele
6	Förderprogramm & Angebote für StipendiatInnen	43	Berufseinstieg Kinderärztin: Tätigkeit in einer Gemeinschaftspraxis
7	Stipendienprogramm	44	Berufseinstieg Mathematik: Von der Wissenschaft in die Industrie
12	Ideelles Förderprogramm	45	Berufseinstieg Polizei: Kommissarin im Landeskriminalamt
14	Mentoring-Programm	46	Institutionen & Zusammenarbeit Gemeinsam mehr erreichen
17	Forum "Sprungbrett Studium – Beruf"	48	Marie Pfungst-Heim: Im Gespräch mit einer langjährigen Bewohnerin
18	HochschulbotschafterInnen	50	Schülercafé VIVA
22	Peter Fuld Stiftung & Dr. Arthur Pfungst- Stiftung: Bildungsangebote gemeinsam realisieren	52	Kita-Fantasia: Kindliche Entwicklung fördern und unterstützen
24	Persönlichkeitsentwicklung bei Studierenden fördern & stärken	53	Expertisekreis Alumniarbeit des Bundesverbandes Deutscher Stiftungen
26	"Wer Ziele hat, kommt an" – Das Persönlichkeitsmodell Enneagramm	56	Gemeinsam für mehr Chancengerechtigkeit: Zusammenarbeit mit der Stiftung Waisenhaus
28	Web-Seminar "Stressmanagement"	56	Gesellschaft im Umbruch: Frankfurter Stiftungstag 2020
30	StipendiatInnen: Einblicke in den Studienalltag	58	Impressum
31	Hochschulalltag in Zeiten von Corona	59	Werden Sie Stipendienpate/-in Bildungschancen verschenken
36	Klimaschutz & Nachhaltigkeit: StipendiatInneninterview		
38	Betreuung von Covid-19-PatientInnen		
40	Studienprojekt: Bauen mit Eis		





Vorwort der Geschäftsführung

2020 war ein Jahr mit vielen Herausforderungen, Einschränkungen und Unsicherheiten, aber auch ein Jahr des kreativen Umdenkens, Neuorientierens und der Besinnung auf das Wesentliche.

Wir sind sehr froh, dass wir uns in diesem Jahr trotz der Beschränkungen weiterhin für mehr Bildungschancen einsetzen und den Kontakt und Austausch mit unseren StipendiatInnen, Alumni, Projekt- und KooperationspartnerInnen über neue Formate fördern konnten. Und auch die HochschulbotschafterInnen der Dr. Arthur Pfungst-Stiftung haben sich in diesem Jahr wieder stark dafür gemacht, Studierende aus Nichtakademikerfamilien unterstützend zur Seite zu stehen.

Das ideale Förderprogramm stand 2020 im Fokus unserer Bildungsarbeit. Unter dem Motto "Alumni unterstützen StipendiatInnen" kommen im Rahmen des Mentoring-Programms und Forums "Sprungbrett Studium – Beruf" StipendiatInnen und Alumni zusammen und bilden ein starkes Netzwerk. Alumni geben ihren Erfahrungsschatz weiter und unterstützen Studierende und AbsolventInnen bei ihrem Einstieg in den Beruf.

Mit der Peter Fuld Stiftung haben wir zudem einen Partner gefunden, mit dem wir gemeinsam Angebote wie (Web-) Seminare und Workshops für StipendiatInnen beider Stiftungen anbieten können. So können wir diese noch umfassender in ihrer Persönlichkeitsentwicklung fördern.

In unseren diesjährigen Newsletterausgaben war es uns zudem ein Herzensanliegen, StipendiatInnen zu aktuellen Themen wie der Corona-Pandemie sowie Klimaschutz und Nachhaltigkeit zu Wort kommen zu lassen und ihre Erfahrungen zu teilen. Einen Auszug daraus finden Sie in diesem Bericht.

Auch für das kommende Jahr haben wir uns bereits einiges vorgenommen. Wir möchten den Austausch zwischen den StipendiatInnen weiter festigen, gemeinsame Workshops mit unseren Partnern fortsetzen und das Alumni-Netzwerk und Mentoring-Programm weiter ausbauen.

An dieser Stelle danken wir ganz herzlich für all die Unterstützung, die wir in diesem Jahr, trotz vieler durch Corona bedingten Hürden, erfahren durften. Seien Sie auch weiterhin begeistert für Bildung – so wie wir es sind. Denn Bildung bewegt uns alle.

Maximilian Graeve

Förderprogramm & Angebote für StipendiatInnen





Stipendienprogramm

Die Dr. Arthur Pfungst-Stiftung verfolgt seit 1918 das Ziel, **BILDUNGSCHANCEN zu ERMÖGLICHEN** und fördert den Zugang zu Bildung durch die Vergabe von Stipendien für begabte und bedürftige Studierende, denen es ohne finanzielle Unterstützung nicht möglich wäre, ein ihrer Begabung entsprechendes Hochschulstudium zu absolvieren. Gefördert werden Studierende bundesweit in allen Fachrichtungen.

Bewerbungsvoraussetzungen für ein Stipendium:

Für ein Stipendium können sich deutsche und ausländische Studierende bewerben,

- die an einer staatlichen Hochschule in Deutschland innerhalb der Regelstudienzeit studieren (Bachelor-, Master- und Staatsexamensstudiengänge aller Fachrichtungen).
- die sehr gute bis gute Studienleistungen nachweisen können.
- die finanziell bedürftig sind (Nachweis der BAföG-Berechtigung (deutsche Studierende) bzw. Einkommensnachweise der Eltern (ausländische Studierende)).
- die zielgerichtet und geradlinig im Hinblick auf den gewählten Studiengang und den Studienabschluss studieren.
- die zum Zeitpunkt der Bewerbung bereits erste Leistungsnachweise vorlegen können.
- die ihren Lebensmittelpunkt in Deutschland haben und über gute Deutschkenntnisse verfügen.
- die noch mindestens ein Jahr Studienzeit vor sich haben.

Bewerbungsfristen/-zeitraum:

Es gibt keine Bewerbungsfristen. Die Bewerbung kann jederzeit erfolgen.

Eine Förderzusage vor Aufnahme des Studiums ist leider nicht möglich. Bewerbungen sind für alle Studiengänge bis vor Beginn der beiden letzten Semester innerhalb der Regelstudienzeit möglich. Masterstudierende können sich bereits vor Studienbeginn mit der Immatrikulationsbescheinigung (für das erste Mastersemester) und ihrem Bachelorzeugnis bewerben.

Fördermittel müssen nicht zurückgezahlt werden, sofern die Fördervereinbarungen erfüllt werden.

Weitere Informationen zur Bewerbung um ein Stipendium finden Sie unter:

www.pfungst-stiftung.de/stipendium

Von der Förderung ausgeschlossen sind:

- Zweitstudien, wenn bereits ein Studium abgeschlossen wurde (Masterstudiengänge in gleicher oder ähnlicher Fachrichtung wie das Bachelorstudium gelten als Erstausbildung)

Studien an privaten Hochschulen / Einrichtungen sowie Teilzeitstudiengänge

- Auslandsstudien, (Auslands-) Praktika, Abschlussarbeiten sowie Promotionen
- Studien nach Fachrichtungswechsel (nach mehr als zwei Semestern Studienzeit)

StipendiatInnen
2020

43

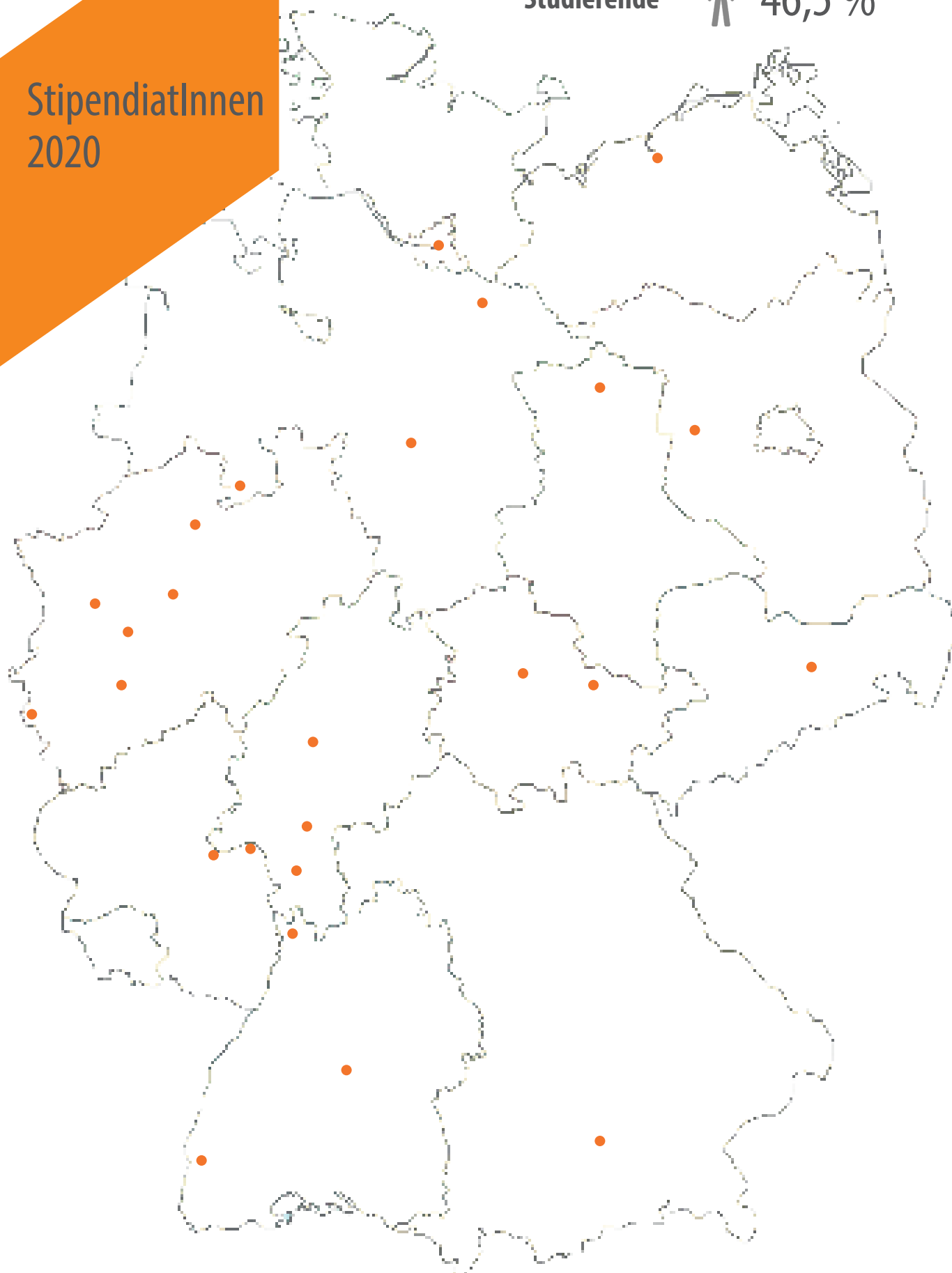
Studierende



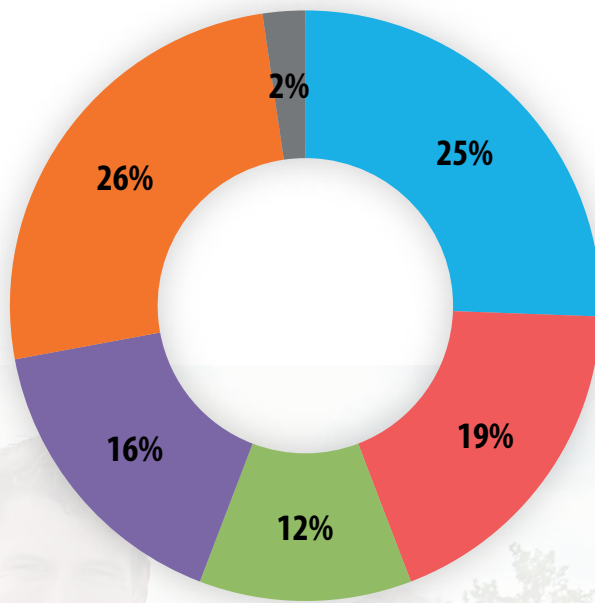
53,5 %



46,5 %



Geförderte Fachrichtungen



- Rechts-, Wirtschafts- und Sozialwissenschaften
- Mathematik, Naturwissenschaften
- Kunst, Kunstwissenschaft
- Ingenieurwissenschaften
- Humanmedizin/Gesundheitswissenschaften
- Geisteswissenschaften

Angestrebter Abschluss

35 % Master

33 % Bachelor

32 % Staatsexamen

Staatsangehörigkeit

20
andere Nationalitäten

23
deutsch



- tunesisch
- syrisch
- serbisch
- russisch
- portugiesisch
- libanesisch
- jordanisch
- iranisch
- georgisch
- deutsch
- chinesisch
- bulgarisch
- britisch
- albanisch

BewerberInnen 2020

175
Studierende

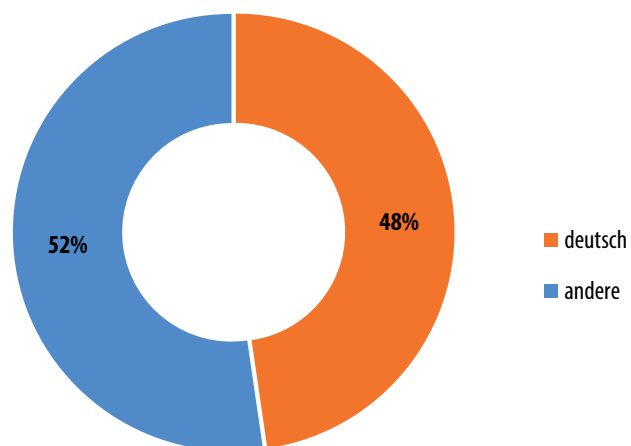


53 %

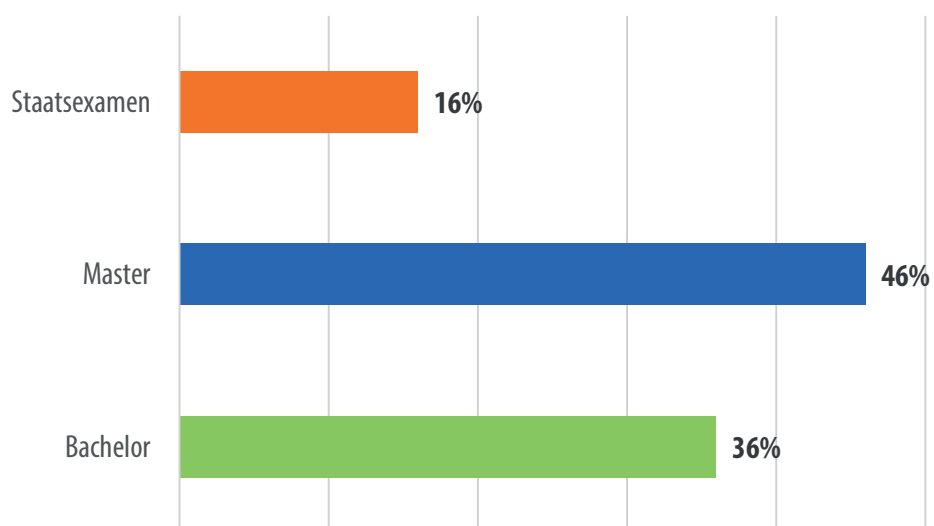


47 %

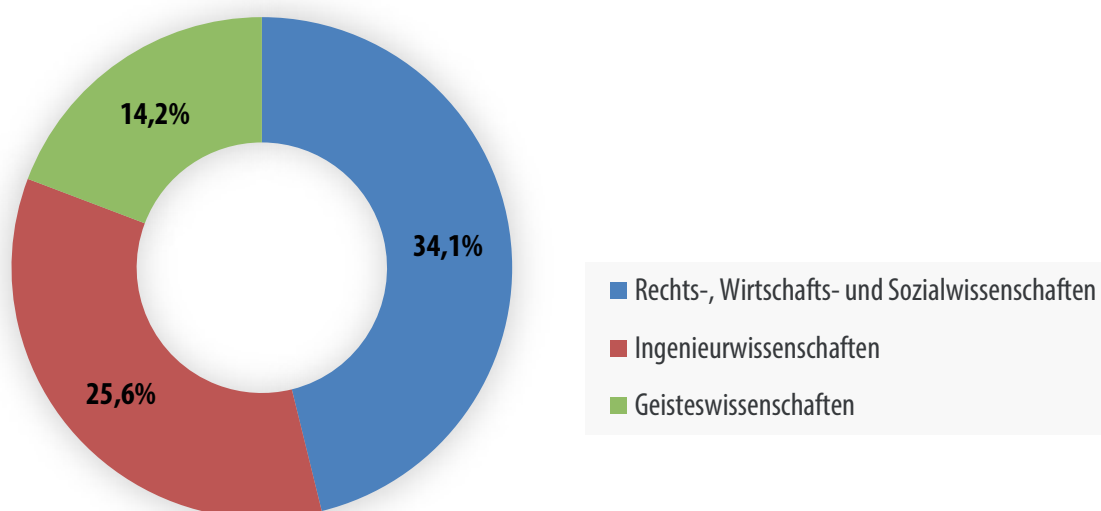
Staatsangehörigkeit



Angestrebte Abschlüsse



Häufigste Studienrichtungen



Ideelles Förderprogramm



Angebote für StipendiatInnen:

Neben der finanziellen Förderung Studierender fördert die Dr. Arthur Pfungst-Stiftung ihre StipendiatInnen auch ideell, um jungen Menschen eine ganzheitliche Bildung zu ermöglichen. Hierbei sind die Förderung und Stärkung der Persönlichkeitsentwicklung sowie Hilfestellungen für den Berufseinstieg im Fokus.

Im Rahmen der ideellen Förderung stehen als Förderbausteine das Mentoring-Programm, das Forum "Sprungbrett Studium – Beruf" und das Angebot "HochschulbotschafterInnen" zur Verfügung. Ergänzt wird das Förderprogramm um Workshops und Seminare. Zur Komplementierung des Angebots gibt es gemeinsame Netzwerktreffen mit StipendiatInnen und Alumni.

- **Mentoring-Programm**
Alumni unterstützen StipendiatInnen beim Übergang vom Studium in den Beruf
- **Forum "Sprungbrett Studium – Beruf"**
Von ihren Erfahrungen berichten Alumni und geben Tipps zur Berufsfindung und zum Berufseinstieg
- **HochschulbotschafterInnen**
StipendiatInnen setzen sich an den Hochschulen für mehr Bildungschancen ein und informieren und beraten andere Studierende zu Unterstützungsmöglichkeiten während des Studiums
- **Workshops und (Web-) Seminare**
Zu Themen wie Persönlichkeitsentwicklung, Stress- und Zeitmanagement, Work-Life-Balance, Stressprävention, Ressourcenarbeit, Zielfindung und Zielerreichung, Kommunikation etc.

„Im Rahmen des Stipendiums habe ich erfahren, welche hilfreichen Angebote – z.B. das Mentoring-Programm zur Unterstützung der StipendiatInnen auf dem Weg ins Berufsleben, Stipendiatentreffen zum Networking untereinander oder auch zahlreiche Seminare zur persönlichen Weiterentwicklung – zur Verfügung stehen.“

Marion Fros

Stipendiatin | Biomedizinische Wissenschaft,
Universität Reutlingen



„Die finanzielle und ideelle Förderung hilft mir, trotz meines schwierigen familiären Hintergrunds, den von mir angestrebten Bildungsweg zu beenden, um so meinen Wunschberuf ausüben zu können.“

Alexander Böttcher

Stipendiat | Architektur,
HafenCity Universität Hamburg



„Das Stipendium bietet neben der finanziellen Entlastung auch die Möglichkeit, neue Menschen kennenzulernen und neue Perspektiven zu entwickeln. Durch die verschiedenen Veranstaltungen und Programme offeriert die Stiftung ein vielfältiges persönliches Entwicklungspotenzial für jeden Einzelnen.“

Kim-Mona Güse

Stipendiatin | Psychologie, Universität Bielefeld



Mentoring-Programm



Der Übergang vom Studium in den Beruf stellt für HochschulabsolventInnen oft eine Hürde dar und ist nicht selten mit vielen Unsicherheiten verbunden.

Im Rahmen des ideellen Förderprogramms unterstützt die Dr. Arthur Pfungst Stiftung StipendiatInnen bei diesem Schritt mit ihrem Mentoring-Programm. Dabei bringt die Stiftung ihre StipendiatInnen mit Alumni zusammen, die ihnen mit gezielten Tipps und Hilfestellungen Orientierung für ihren Berufseinstieg bieten.

„Aus eigener Erfahrung weiß ich, wie wichtig und hilfreich die Unterstützung eines Mentors beim Übergang ins Berufsleben sein kann. Durch regelmäßige Treffen und offene Gespräche mit meiner Mentorin habe ich den richtigen Weg für mich gefunden. Da ich nun erfolgreich im Berufsleben angekommen bin, fungiere ich jetzt selbst als Mentorin.“

Sonja Gomez Perez
Alumna & Mentorin | Diplom-Humanbiologin, Manager Medical Affairs



Alumni unterstützen StipendiatInnen

Im Rahmen des Mentoring-Programms können StipendiatInnen mit ihrer/ihrer MentorIn ganz konkrete Fragen rund um den Berufseinstieg besprechen und einzelne Themen und Bereiche vertiefen. So können MentorInnen beispielsweise StipendiatInnen gezielte Hilfestellungen bei Bewerbungsprozessen geben und stehen ihren Mentees mit ihrem Wissens- bzw. Erfahrungsschatz zur Seite.

StipendiatInnen lernen im Rahmen des Mentorings ihre eigenen Stärken und Schwächen besser kennen und einzuschätzen. Sie können mit ihrer/ihrer MentorIn Ideen für die Berufsfindung und Mut zur eigenen Karriere entwickeln und diese zielstrebig verfolgen sowie ein Netzwerk aufbauen, das neue Impulse und konkrete Hilfe bieten kann (Praktika, Stellenangebote etc.).

Als MentorInnen trainieren Alumni soziale und kommunikative Kompetenzen, erhalten Einblicke in die aktuelle Forschung sowie neue Ideen und Impulse für den eigenen Berufsalltag. Zudem können sie qualifizierten Nachwuchs für das eigene Unternehmen / die eigene Institution aufbauen und rekrutieren.

„Eine Karriere ist wie eine Mauer: Man setzt einen Stein auf den anderen. Niemand wird über Nacht zum Experten. Der soziale Hintergrund bestimmt zwar den Startpunkt und die Startbedingungen, man kann sich aber darüber hinaus weiter entwickeln – mit ein bisschen Motivation, Disziplin und Unterstützung. AbsolventInnen sollten sich UnterstützerInnen suchen, z.B. ProfessorInnen oder MentorInnen und sich mit Fragen nicht zurückhalten, egal wie banal sie scheinen.“

Nathalie Baumgart

Alumna & Mentorin | Juristin und Promovendin im Bereich
Menschenrechte und Minderheitenschutz



Forum "Sprungbrett Studium – Beruf"

Das Forum "Sprungbrett Studium – Beruf" gewährt StipendiatInnen konkrete Einblicke in die Berufswelt. Die wichtigsten Akteure sind dabei die Alumni, die ihre Erfahrungen und Tipps an StipendiatInnen weitergeben und mit ihnen Fragen zum Berufseinstieg erörtern.



In Gesprächen erfährt die Dr. Arthur Pfungst-Stiftung immer wieder, dass viele StipendiatInnen Fragen zur Bewältigung des Berufseinstiegs beschäftigen. Dabei taucht die Frage auf:

„Wie haben ehemalige StipendiatInnen den Berufseinstieg gemeistert?“

Aus diesem Bedarf heraus wurde das Forum "Sprungbrett Studium – Beruf" ins Leben gerufen. Hier berichten Alumni aus den unterschiedlichsten Berufsbereichen bzw. Branchen von ihren Erfahrungen beim Übergang vom Studium in den Beruf sowie ihrer Berufstätigkeit. Das Forum bietet somit die Möglichkeit, dass StipendiatInnen von den Erfahrungen der Alumni lernen und miteinander ins Gespräch kommen können.

Fragen, die StipendiatInnen beschäftigen und Alumni erörtern, sind zum Beispiel:

- Wie bewerbe ich mich?
- Wie gestaltet sich ein Bewerbungsprozess und welche Erfahrungen wurden gemacht?
- Zu welchem Zeitpunkt sollte man sich um den Einstieg ins Berufsleben kümmern?
- Wie finde ich den passenden Berufsbereich für mich, der mit meinen Stärken und Schwächen kompatibel ist?
- Welche Hilfestellungen wurden genutzt und welche Rolle spielten dabei Netzwerke?
- Wie motiviere ich mich selbst, Entscheidungen zu treffen und meine Ziele zu verfolgen?
- Welche Hürden wurden erfolgreich überwunden?
- Welche Qualifikationen (z.B. Sprachkenntnisse, Praktika, Auslandserfahrungen, Soft Skills etc.) sind hilfreich?
- Promotion vor dem Berufseinstieg ja oder nein?
- Wie findet man eine(n) ProfessorIn für seine Promotion, die/der auch menschlich zu einem passt?



HochschulbotschafterInnen



Noch immer entscheidet in Deutschland die sozioökonomische Herkunft über Bildungschancen. Dies bestätigen zahlreiche Forschungsergebnisse. Mit Hilfe der HochschulbotschafterInnen möchte die Dr. Arthur Pfungst-Stiftung bedürftige Studierende bei ihrem Hochschulstudium unterstützen und AbiturientInnen aus Nichtakademikerfamilien zu einem Studium ermutigen.

Wer könnte die Bildungsarbeit der Dr. Arthur Pfungst-Stiftung besser repräsentieren als die StipendiatInnen selbst? Durch ihre eigenen Erfahrungen ist es ihnen möglich, (angehende) Studierende auf einer ganz persönlichen Ebene zu begegnen. Ihre Geschichten und ihr Weg zur Studienentscheidung und Studienfinanzierung können andere Studierende motivieren und dabei helfen, ein Hochschulstudium erfolgreich abzuschließen.

Viele AbiturientInnen und Studierende gehen davon aus, dass sie ein Stipendium nur erhalten, wenn sie ein politisches oder gesellschaftliches Engagement nachweisen können, durchweg sehr gute Noten erbringen und über eine bestimmte Nationalität oder Konfession verfügen. Auf Hochschulveranstaltungen, Bildungsmessen sowie im Studienalltag können die HochschulbotschafterInnen (angehende) Studierende darüber aufklären, dass es auch andere Stipendien, wie beispielsweise die der Dr. Arthur Pfungst-Stiftung gibt, die nicht an derartige Kriterien geknüpft sind. Sie können dadurch Studierende zur Stipendienbewerbung ermutigen, über die konkreten Bewerbungsvoraussetzungen informieren und bei der Stipendienbewerbung behilflich sein. Als HochschulbotschafterInnen können StipendiatInnen anderen Studierenden aus Nichtakademikerfamilien auf ihrem Bildungsweg unterstützend zur Seite stehen, sich austauschen, Netzwerke schaffen und gemeinsam mit der Dr. Arthur Pfungst-Stiftung zu mehr Bildungsgerechtigkeit beitragen – mit dem Ziel, zukünftig noch mehr Bildungschancen zu ermöglichen.

„Auch heute noch gibt es viele Menschen, denen es nach wie vor an einem Zugang zu Bildung fehlt. Selbst wenn Kinder aus Nichtakademikerfamilien formal Zugang haben, werden ihnen oft Steine in den Weg gelegt. In Deutschland ist es teilweise immer noch sehr schwer, aus benachteiligten Milieus durch Bildung aufzusteigen.“

Stiftungsgeschäftsführer Maximilian Graeve

Kinder aus Nichtakademikerfamilien, die es an die Hochschule geschafft haben, sind dort vor weiteren Herausforderungen gestellt. Sie müssen ihr Studium finanzieren und sich oft alleine mit dem akademischen Alltag zurecht finden. Ihren Nichtakademikereltern fehlen eigene Erfahrungswerte, die sie an ihre Kinder weitergeben können. Auch hier unterstützen die HochschulbotschafterInnen der Dr. Arthur Pfungst-Stiftung.

Aufgaben der HochschulbotschafterInnen:

- **Sie motivieren** Studierende, die finanzielle Unterstützung zum erfolgreichen Absolvieren ihres Studiums benötigen, zur Stipendienbewerbung bei der Dr. Arthur Pfungst-Stiftung, informieren über die Bewerbungsvoraussetzungen und unterstützen bei der Erstellung der Bewerbungsunterlagen.
- **Sie beraten** andere Studierende hinsichtlich Informations- und Unterstützungsmöglichkeiten an den Hochschulen.
- **Sie berichten** von dem eigenen Weg zur Studienentscheidung und Studienfinanzierung, vom Studium selbst und den Studieninhalten und welchen studien- und entwicklungsfördernden Nutzen der Erhalt eines Stipendiums haben und wie entlastend diese Art der Studienfinanzierung sein kann.
- **Sie präsentieren** bei Hochschulinformationstagen/-veranstaltungen, Stipendien-Infotagen, Bildungsmessen etc. die Bildungsarbeit der Dr. Arthur Pfungst-Stiftung und stehen für Fragen zur Verfügung.

„Durch die Dr. Arthur Pfungst-Stiftung wird ein Stück meines Wunsches zur Realität. Viel zu oft habe ich in meinem Leben an eigener Haut spüren müssen, dass Bildung von den finanziellen Umständen abhängig ist. Das sollte aber niemals ein Hindernis für den Traumberuf sein.“

Sharra Elango
Stipendiatin | Zahnmedizin,
Universität Frankfurt am Main



„Wir machen uns stark für mehr Bildungschancen“

Denise Reichardt
Hochschulbotschafterin an der
Hochschule Magdeburg-Stendal



Was hat Sie dazu motiviert, Hochschulbotschafterin zu werden?

Ich habe Spaß daran, meinen Mitmenschen Inhalte zu vermitteln, helfende Hand zu sein und bei Fragen als Ansprechpartnerin zur Seite zu stehen. Die Stiftung ist in meiner Region nahezu völlig unbekannt, was ich sehr schade finde, da die Werte, die sie vertritt, in der Form von kaum einer anderen Stiftung so verkörpert werden. Es stehen nicht die Leistungen im Vordergrund, sondern der Mensch mit seiner Persönlichkeit und seinen Zielen. Wenn ich durch meine Arbeit dazu beitragen kann, die Stiftung ein wenig bekannter zu machen, dann tue ich das gerne und bin mit Spaß dabei. Für mich war von Anfang an klar, dass ich der Stiftung für ihre Unterstützung auch etwas zurückgeben möchte.

Was ist Ihnen als Botschafterin wichtig?

Aus eigener Erfahrung weiß ich, wie fordernd der Spagat zwischen Studium, Nebenjob und Freizeit ist. Als Hochschulbotschafterin möchte ich die Stiftung mit ihrer so wichtigen Arbeit unterstützen und Ansprechpartnerin für StudentInnen sein, welche auf der Suche nach einem passenden Stipendium sind. Ganz nach dem Motto der Stiftung „Bildung ist kein Privileg, sondern ein Grundrecht“ ist es mir wichtig, dass junge Menschen mit einem klaren Ziel vor Augen das Erreichen der eigenen Wünsche und Träume nicht durch den Mangel an finanzieller Sicherung erschwert oder gar unmöglich gemacht wird, sondern die Möglichkeit auf bedarfsgerechte Unterstützung erfahren.

Welche Erfahrungen konnten Sie bisher als Hochschulbotschafterin sammeln?

Mir ist aufgefallen, dass der Bedarf groß und die Stiftung (noch) unbekannt ist. Im Juni 2019 durfte ich die Stiftung das erste Mal bei einer offiziellen Veranstaltung, der Studienfinanzierungsmesse in Magdeburg, vertreten. Hier kamen viele hilfesuchende StudentInnen auf mich zu, welche verwundert waren, auf eine Stiftung zu treffen, die nach dem individuellen Bedarf handelt. Überrascht und erfreut zugleich war ich von der hohen Anzahl an anderen Organisationen, die das Gespräch mit mir suchten. So hat sich unter anderem das Studentenwerk Magdeburg sehr gefreut, die Dr. Arthur Pfungst-Stiftung kennenzulernen und diese auch mit in das Beratungsangebot für Studierende aufnehmen zu können.



Filip Sladoje
Hochschulbotschafter an der
Universität Mainz

Was hat Sie dazu motiviert, Hochschulbotschafter zu werden?

Hochschulbotschafter bin ich geworden, weil ich die Dr. Arthur Pfungst-Stiftung bei Ihrer so wichtigen Arbeit unterstützen möchte. Außerdem möchte ich dabei helfen, an meiner Universität ein lokales Netzwerk zu schaffen und unser Stiftungsnetzwerk damit noch enger zu knüpfen.

Was ist Ihnen als Botschafter wichtig?

Für besonders wichtig erachte ich, dass ich die Stiftung angemessen repräsentiere und das Ideal, welches hinter der Arbeit der Stiftung steckt, unverfälscht zur Geltung bringe. Nicht zuletzt möchte ich auch zeigen, dass sich Engagement lohnt und man vielen Menschen dadurch helfen kann.

Was sollte sich ändern, um den Zugang zu Bildung gerechter zu machen?

Zunächst ist es wichtig, Aufklärungsarbeit in alle Richtungen zu leisten. Sehr viele Menschen sind sich dieser so wichtigen Problematik nicht bewusst. Darüber hinaus sollte gerade in Schulen mehr auf dieses Problem hingewiesen werden und die Schüler umfassend über verschiedene Bildungswege informiert werden.

Was ist für Sie Bildung?

Bildung ist für mich die Entfaltung der geistigen Fähigkeiten eines jeden Menschen. Meiner Ansicht nach kann es kein „zu viel“ an Bildung geben, nur ein zu wenig. Bildung sollte jedem Menschen offenstehen, unabhängig von Einkommen, Herkunft oder Konfession und dieses Vorhaben zu verwirklichen, gehört zu den großen Aufgaben unserer modernen Gesellschaft.

Was möchte Sie erreichen bzw. welche Ziele verfolgen Sie als Hochschulbotschafter?

Zunächst einmal möchte ich die Stiftung für Studierende bekannter machen und Interessenten umfassend informieren. Als nächsten Schritt würde ich gerne eine noch engere Vernetzung der StipendiatInnen unserer Stiftung erreichen wollen.

Peter Fuld Stiftung & Dr. Arthur Pfungst-Stiftung: Bildungsangebote gemeinsam realisieren

Geschäftsführer Dr. Kenan Önen und Maximilian Graeve im Interview



„Die Arbeit beider Stiftungen weist viele Schnittpunkte auf und der Austausch über gemeinsame Themen ist ein Gewinn für beide Stiftungen.“

Maximilian Graeve | Dr. Arthur Pfungst-Stiftung



„Wir erhoffen uns, dass wir durch gemeinsames Handeln voneinander lernen und die eigene Arbeit auf eine höhere Qualität heben können.“

Dr. Kenan Önen | Peter Fuld Stiftung

Was bzw. welche Begegnung gab den Impuls für die gemeinsame Kooperation?

Dr. Kenan Önen: Wir hatten unsere befreundete Stiftung zum 50-jährigen Jubiläum eingeladen und vereinbart, dass wir uns unbedingt inhaltlich austauschen möchten. Beim Austauschgespräch waren wir uns schnell einig, dass wir beim Stipendienprogramm kooperieren möchten.

Förderlich war von Anfang an die gute persönliche Beziehung zwischen den verantwortlichen Personen. Dadurch entstand schnell eine Vertrauensbasis – die Grundlage dafür, erfolgreich gemeinsam zu denken und zu handeln. Es besteht die Bereitschaft, unterschiedliche Wissensschwerpunkte und vorhandene Erfahrungswerte beider Seiten zusammenzulegen. Im Idealfall entsteht eine Win-win-Situation für beide Stiftungen. Durch die Kooperation möchte die jeweilige Stiftung ihre Wirksamkeit insgesamt erhöhen.

Maximilian Graeve: Die gemeinsame Kooperation begann mit dem Austausch im Anschluss an das 50-jährige Stiftungsjubiläum der Peter Fuld Stiftung. Schnell wurde deutlich, dass die Arbeit beider Stiftungen viele Schnittpunkte aufweist und der Austausch über gemeinsame Themen ein Gewinn für beide Stiftungen sein könnte.

Hinzu kam ein grundlegend ähnliches Verständnis von Stiftungsarbeit. Im Mittelpunkt der Gespräche stand die Schaffung eines idealen Angebots für die Stipendiaten beider Stiftungen. Zielsetzung des entwickelten Angebots ist es, den jungen Menschen hilfreiche Methoden und Handwerkszeug an die Hand zu geben. Weiterhin möchten wir sie in ihrer Persönlichkeit stärken und durch die Angebote an die Stiftung(en) binden. So entstand schnell die Idee, im Jahr 2020 zwei gemeinsame Workshops für die Stipendiaten anzubieten.

Weshalb lohnt sich eine Kooperation?

Dr. Kenan Önen: Stiftungen können Zeit, Engagement und zum Teil auch finanzielle Mittel beisteuern. Es geht also um neue Impulse von außen und um die kontinuierliche Zusammenarbeit an spezifischen Themenschwerpunkten, wie zum Beispiel die nachhaltige Entwicklung. Wir erhoffen uns, dass wir durch gemeinsames Handeln voneinander lernen und die eigene Arbeit auf eine höhere Qualität heben können.

Maximilian Graeve: Eine Kooperation zwischen der Peter Fuld Stiftung und der Dr. Arthur Pfungst-Stiftung birgt für beide Stiftungen auf mehreren Ebenen Vorteile: Die Zielgruppen beider Stiftungen sind nahezu identisch. Durch die Zusammenarbeit lernen die jungen Menschen Gleichgesinnte einer befreundeten Stiftung kennen. Sie können sich austauschen sowie Netzwerke bilden und nutzen.

Beide Stiftungen haben ihren Sitz in Frankfurt und können durch den mit der Kooperation verbundenen Austausch, der keine langen Wege erfordert, voneinander lernen. Der Austausch bringt Anregungen und wirkt bei der Entwicklung neuer Ideen und Angebote wie ein Katalysator.

Aufgaben in der Durchführung lassen sich auf zwei Schultern aufteilen und damit ergeben sich Synergieeffekte. Dadurch lassen sich in der Umsetzung die Ziele schneller und effizienter erreichen. Auch die Kostenteilung ist für beide interessant.

Workshops und andere Veranstaltungen, die eine Stiftung aufgrund des Risikos geringer Teilnehmerzahlen, hoher Kosten oder auch wegen des Arbeitsaufwandes nicht durchführen würde, lassen sich so wunderbar realisieren.

Was schätzen Sie besonders an Ihrem Kooperationspartner?

Dr. Kenan Önen: Partnerschaftliche und verbindliche Zusammenarbeit. Wir identifizieren gemeinsame Handlungsfelder und setzen sie gemeinsam um. Unser gemeinsames Ziel ist es dabei, vorhandene Potenziale zu fördern und durch entsprechenden Know-how-Transfer zu einer erfolgreichen Entwicklung der ideellen Förderung beizutragen. Für das großartige Engagement bedanke ich mich herzlichst bei Herrn Graeve.

Maximilian Graeve: Die Kooperation hat von Anbeginn an sehr gut funktioniert. Sehr angenehm ist die unkomplizierte Zusammenarbeit, die von beiden Seiten durch die Ausrichtung auf das gemeinsame Ziel und gleichgelagerte Interessen geprägt ist. An dieser Stelle möchte ich die bislang sehr gelungene Kooperation hervorheben und Herrn Dr. Önen für die bisherige Zusammenarbeit herzlich danken.

Wie fiel das Feedback Ihrer Stipendiaten zu dem gemeinsamen Web-Seminar "Stressmanagement" und dem Workshop "Wer Ziele hat, kommt an" aus?

Dr. Kenan Önen: Hier zitiere ich gerne unsere Teilnehmer: „Besonders gut gefallen hat mir der interaktive Lehrvortrag und die Fallanalyse in Kleingruppen.“

„Ich habe Methoden erlernt, welche ich für ein effizientes Zeitmanagement einsetzen kann und mir für ein stressfreies Studieren hilfreich sind.“

„Ich bedanke mich bei der Peter Fuld Stiftung für die Möglichkeit, am Webinar teilnehmen zu können. Ich fand Herrn Kasper sehr freundlich und aufmerksam. Man merkte, dass er zuhört, wenn eine/-r etwas kommentierte.“

Maximilian Graeve: Die teilnehmenden Stipendiaten waren durchweg von den angebotenen Inhalten und der professionellen Durchführung begeistert. Auf sehr fruchtbaren Boden fiel, dass wir den Auftakt mit dem Workshop „Stressmanagement“ in der Hochphase der Corona-Pandemie als Webseminar durchgeführt haben. Diese Form ermöglichte selbst unseren Stipendiaten, die sich zu dem Zeitpunkt im Ausland aufhielten, daran teilzunehmen. Die haben sich darüber sehr gefreut.

Worin sehen Sie die zukünftigen Schwerpunkte der Kooperation?

Dr. Kenan Önen: Insbesondere weiterhin in der ideellen Förderung. Wir möchten auf die aktuellen Bedarfe unserer Stipendiaten reagieren, um gemeinsam herauszufinden, welche Seminarangebote gefragt sind. Ziel ist es, die erfolgreiche Allianz fortzusetzen und bedarfsorientiert zu fördern.

Maximilian Graeve: Die Fortsetzung gemeinsamer Workshops in 2021 ist bereits vorgesehen. Neben Workshops ist m. E. auch der Austausch über weitere Betätigungsfelder der Stiftungen sehr sinnvoll, z. B. Alumninetzwerke oder Mentoring-Programme. Denkbar ist durch die Bündelung von Ressourcen und Ideen in Verbindung mit der Fortsetzung der Kooperation eine gemeinsame Ideenschmiede für Stiftungsarbeit.

Die Peter Fuld Stiftung

Die Frankfurter Stiftung fördert junge Menschen, die mit schwierigen Startbedingungen konfrontiert oder aufgrund ihrer Herkunft benachteiligt sind. Mit ihren Stipendien und Projekten fördert sie SchülerInnen, Studierende und Auszubildende in ihrer Entwicklung und unterstützt und begleitet sie auf ihrem Bildungsweg. Ziel dabei ist es, diesen jungen Menschen eine erfolgreiche berufliche Zukunft zu ermöglichen.

Weitere Informationen finden Sie unter: www.peterfuldstiftung.de

Persönlichkeitsentwicklung bei Studierenden fördern & stärken

Institutionalisierte Bildung in Deutschland schließt die Entwicklung der eigenen Persönlichkeit in der Regel nicht gezielt mit ein. Auch im Hochschulstudium ist dafür kaum Raum. Die Vermittlung von Fachwissen steht hier im Vordergrund. Anke Fehring, Coach für Persönlichkeitsentwicklung, unterstützt Studierende in Workshops und Coachings dabei, sich besser kennenzulernen und ihre eigene Persönlichkeit auszubilden. Im Rahmen des ideellen Förderprogramms der Dr. Arthur Pfungst-Stiftung arbeitet sie auch mit StipendiatInnen. Wir haben mit ihr gesprochen.

Interview



Anke Fehring
Coach und Trainerin
für Persönlichkeitsentwicklung

Frau Fehring, was ist Ihnen bei Ihren Coachings und Workshops wichtig, den Studierenden zu vermitteln?

In meinen Workshops und Coachings sind meist zwei Fragen zentral: Wer bin ich und wo will ich hin? Diese Fragen haben bei jungen Menschen besondere Brisanz. Viele haben Angst, diese Fragen zu beantworten und quälen sich mit Selbstzweifeln. Ich möchte daher helfen, Studierende zu entlasten und ihnen das Gefühl vermitteln, dass sie gut sind, so wie sie sind.

In einem zweiten Schritt möchte ich dabei unterstützen, sich selbst besser kennenzulernen, sich seiner Stärken und Schwächen bewusster zu werden und Entscheidungen bewusster zu treffen. Die Arbeit mit Studierenden finde ich besonders interessant, da sie noch mitten im System stecken, viele Entscheidungen noch vor sich haben, sich vielem aber auch schon bewusst sind und auch schon mal *vor die Wand gefahren sind*. Im Coaching können sie ihre Persönlichkeit weiter kennenlernen und sind dann gestärkt, um für sich authentische Entscheidungen zu treffen und ihren Weg zu gehen. Ich finde es so schade, wenn junge Menschen, die so viel Potential haben, sich selbst im Weg stehen.

Sie arbeiten in Ihren Coachings und Workshops mit dem Persönlichkeitsmodell Enneagramm. Was ist das Besondere dabei und warum arbeiten Sie genau hiermit?

Jeder Mensch hat bestimmte Muster bzw. Automatismen, nach denen er handelt. Mit Hilfe des Enneagramms und seinen neun Typen lässt sich sehr gut veranschaulichen, was uns unbewusst antreibt oder im Weg steht. Daher eignet es sich so gut für das Coaching mit Studierenden, weil es so schön pragmatisch ist. Es geht bei der Typenzuordnung nicht darum, jemanden in eine Schublade zu packen, sondern darum, sich Muster erst einmal bewusst zu machen.

Im nächsten Schritt können wir dann daran arbeiten, diese Muster an den Stellen aufzubrechen, wo sie uns im Weg stehen.

Das Ziel kann natürlich nicht sein, dass niemand mehr *falsche* Wege und Umwege geht. Die gehören immer dazu. Aber je besser wir uns selbst und unsere Wünsche und Ziele kennen, desto leichter fällt es uns, an wichtigen Wendepunkten *gute* Entscheidungen für unsere Zukunft zu treffen. Und das macht das Enneagramm so wertvoll für mich: Es funktioniert wie ein Spiegel. Sobald wir uns in unseren typischen Mustern ertappen, kommen wir uns selbst ein großes Stück näher!

An der Universität Yale (USA) gibt es seit dem Semester 2017/18 den Kurs *Psychologie & das gute Leben*, wo es darum geht, glücklicher und resilienter zu werden, sich weiterzuentwickeln und Strategien kennenzulernen, um diese Ziele zu erreichen. Der Kurs zählt zu dem beliebtesten Angebot bei den Studierenden. Wundert Sie das? Was sind Ihre Erfahrungen bei der Arbeit mit Studierenden, beschäftigt das Thema Glück Studierende so?

Das überrascht mich gar nicht. Es passt zum aktuellen Zeitgeist, wo Themen wie Achtsamkeit, Berufung und Persönlichkeitsentwicklung verstärkt im Fokus stehen. Es ist aber auch fast schon so, dass es zum Druck für Studierende wird. Nach dem Motto: *Jetzt muss ich auch noch glücklich werden. Und dann soll ich auch noch meine Berufung finden und einen Beruf, der alles abdeckt*. Dadurch entstehen viele Unsicherheiten und Selbstzweifel bei den Studierenden – besonders wenn sie noch nicht wissen, was sie nach dem Studium machen wollen. Dieser Druck wird auch noch gesellschaftlich verstärkt, wenn Familie oder Freunde darauf entsprechend reagieren und sagen: *Was, du weißt immer noch nicht, was du machen willst?! Das solltest du aber langsam mal*.

Zudem steckt – vor allem hier in Deutschland – immer auch noch in den Köpfen, dass berufliche Entscheidungen, die man jetzt trifft, bis zur Rente unantastbar sind. Hier sind Studierende also auch noch mit komplexen und teilweise konträren Erwartungen konfrontiert: die beste Entscheidung zu treffen, die bis zum Rentenalter Gültigkeit hat, seine Berufung zu finden und ein glückliches Leben zu führen.

Personalleiter in Wirtschaftsunternehmen zeigen sich einer Studie des ifo Instituts zufolge, mit der Leistung von HochschulabsolventInnen im Arbeitsalltag, insbesondere von Master-AbsolventInnen, zunehmend unzufrieden. Die größten Defizite sehen die befragten Personalleiter u.a. bei der Selbstständigkeit und Problemlösungskompetenz.

Ist dies für Sie ein Indiz dafür, dass im Studium kaum Raum für die Entwicklung der eigenen Persönlichkeit ist und hier hinten runterfällt?

Das Studium ist durch die Einführung der Bachelor- und Masterstudiengänge sehr viel verschulter geworden als früher. Im Diplomstudium brauchte man als StudentIn sehr viel mehr Selbstverantwortung und man konnte sich noch ausprobieren, da es nicht so viele Vorgaben in der Lehre gab. Das System damals gab mehr Raum rechts und links zum Leben. Man konnte viele Praktika machen, Jobs nachgehen und einfacher für ein paar Semester im Ausland studieren. Dadurch konnten Studierende viel mehr Lebenserfahrungen sammeln, die einen Teil von Persönlichkeitsentwicklung ausmachen.

Wie stehen Sie zu der Forderung von Bildungsexperte Dr. Ernst Fritz-Schubert, Persönlichkeitsentwicklung als festen Bestandteil in der Hochschulbildung in Deutschland zu integrieren?

So ein Angebot fehlt schon an den Hochschulen und ich denke, dass sich jeder mit sich selbst auseinandersetzen sollte. Zumal das Studium die perfekte Zeit ist, sich bewusster zu werden und besser kennenzulernen, denn das System schützt sie zu dieser Zeit noch. Im Berufsleben ist es oft schwieriger, sich mit seinen Mustern auseinanderzusetzen. Wenn man das schon als StudentIn angegangen ist, fallen zukünftige Entscheidungen im Leben leichter und der eigene Weg lässt sich zufriedener gestalten.

An den Universitäten Köln und Stuttgart können Bachelor- und Masterstudierende ihre notwendigen „Soft Skills Credits“ zum Beispiel auch im Rahmen meiner dort angebotenen Persönlichkeitsworkshops erwerben. Ich bin mir nicht sicher, ob es gut wäre, dies als Pflichtkurs einzuführen, weil es doch sehr darauf ankommt, dass man sich auch wirklich in diesem Moment öffnen kann und will. Aber es sollte zumindest an allen Hochschulen ein solches Angebot für Studierende geben! Außerdem wäre mein Traum, dass an allen Hochschulen Coaches etabliert werden, damit Studierende in Einzelcoachings an ihren persönlichen Themen arbeiten können.

Wie ließe sich bei Studierenden die Persönlichkeitsentwicklung außeruniversitär fördern?

Zum einen spielt natürlich das private Umfeld eine große Rolle: Eltern, Freunde, Familie. Hier ist vor allem entscheidend, wie viel Raum und auch Vertrauen die jungen Menschen bekommen, um sich frei und ohne zu großen Erwartungsdruck ausprobieren und entfalten zu können.

Darüber hinaus fände ich toll, wenn wir offener gegenüber Beratungsangeboten wären. Coaches, Psychologen, Therapeuten – sie alle sind dafür ausgebildet, Menschen auf ihrem Weg zu unterstützen und zu begleiten. Aber es gibt gerade in Deutschland immer noch große Berührungängste. Das ist sehr schade, finde ich.

Ist es Ihrer Meinung nach wichtig, dass Bildungstiftungen junge Menschen auch in ihrer Persönlichkeit fördern und nicht nur finanziell?

Ich finde das enorm wichtig. Ideelle Förderungen sind eine Bereicherung und bieten gerade jungen Menschen viele Entwicklungsmöglichkeiten. Ich selbst war zu meiner Studienzeit Stipendiatin und habe von den Impulsen, Workshops und Projekten sehr profitieren können.



„Das Coaching mit Frau Fehring hat mir sehr geholfen und war wirklich super gemacht. Ich habe mich dadurch selbst viel besser kennengelernt, konnte mich von negativen Verhaltensmuster befreien und habe viele Anregungen erhalten, um weiter an meinem Selbstbewusstsein zu arbeiten. Es ist ein super Angebot von der Stiftung, vielen Dank dafür!“

Elli Norman
Stipendiatin | Arts & Sciences,
Universität Freiburg

Weitere Informationen zu Anke Fehring und ihrer Arbeit finden Sie unter: www.ankefehring.com

"Wer Ziele hat, kommt an" – Das Persönlichkeitsmodell Enneagramm

Ziel des Angebots "Wer Ziele hat, kommt an" ist es, dass Persönlichkeitsmodell Enneagramm kennenzulernen und damit eine neue Methode, sich authentische Ziele zu setzen und Kommunikation zielgerichteter zu gestalten. Stipendiatin Clara von Savigny berichtet von ihren Erfahrungen.

Erfahrungsbericht



Clara von Savigny

Stipendiatin | Humanmedizin,
Universität Frankfurt am Main

„Wer bin ich?“ und „Wo möchte ich hin?“

Eigentlich erscheinen diese beiden Fragen simpel und kurz und doch sind sie gleichzeitig so grundlegend, komplex und vielschichtig. Um diese beiden Fragen drehte sich das Coaching mit Anke Fehring. Wir StipendiatInnen sind mit zum Teil unterschiedlichen Erwartungen in dieses Coaching gegangen. Viele waren jedoch äußerst gespannt auf das Persönlichkeitsmodell Enneagramm mit seinen neun verschiedenen Persönlichkeitstypen und erhofften sich, den eigenen Persönlichkeitstyp herausfinden und besser kennenlernen zu können.

Für die meisten von uns hat sich diese Erwartung größtenteils bewahrheitet. Anke Fehring stellte uns die neun Persönlichkeitstypen mit dem jeweiligen Hauptmotiv, den Stärken und den Schwächen vor. Sie verdeutlichte uns die feinen Unterschiede zwischen den Typen anhand von Beispielen aus ihrem Umfeld und ließ uns untereinander über die Stärken und über die durch die Schwächen bedingten Herausforderungen diskutieren. Einige fanden sich ziemlich schnell in einem der Typen wieder, während es anderen durchaus schwerer fiel.

Für mich sehr eindrücklich war hierbei bereits die Feststellung, mit der Frage nach der eigenen Identität und nach dem eigenen Persönlichkeitsmuster nicht alleine zu sein. Vielmehr hat es mich und auch meine Mit-StipendiatInnen positiv überrascht und bestärkt, dass man mit der Suche nach dem Selbst, den Zielen und der Persönlichkeit nicht alleine ist. Die Erkenntnis, welche ich hieraus ziehe ist insbesondere die, dass man viel öfter mit den Mitmenschen über das Thema der Identität,

des Seins und der Persönlichkeit sprechen und sich in dem wahrscheinlich nie endenden Weg des Werdens gegenseitig unterstützen sollte.

Die Persönlichkeitstypen des Enneagramms sind wie eine Art Verhaltensmuster, das den individuellen Kern eines jeden Menschen mit seinen Leidenschaften, Vorlieben, Talenten und Interessen umgibt. Je nach Situation verfällt jeder mehr oder weniger stark in diese Muster und nutzt somit entweder seine Stärken oder aber sieht sich mit den Schwächen und Herausforderungen konfrontiert. Bedingt dadurch reagiert beispielsweise Typ 1 (Der Perfektionist) in genau derselben Situation anders als Typ 2 (Der Helfer).

Das Persönlichkeitsmodell Enneagramm

Das Enneagramm unterscheidet die Menschen in insgesamt neun Typen. „Sobald Du Dich in einem der neun Typen erkennst, siehst Du alles ganz klar vor Dir: Deine größten Stärken, Deine typischen Verhaltensmuster und den Weg, den Du gehen musst, um über Dich selbst hinauszuwachsen“, erläutert Coach Anke Fehring.

Die neun Persönlichkeitstypen:

- **Typ 1:** Der Perfektionist
- **Typ 2:** Der Helfer
- **Typ 3:** Der Performer
- **Typ 4:** Der Individualist
- **Typ 5:** Der Forscher
- **Typ 6:** Der Skeptiker
- **Typ 7:** Der Enthusiast
- **Typ 8:** Der Herausforderer
- **Typ 9:** Der Vermittler

Und welcher Typ sind Sie?

Einen Selbsttest und weitere Informationen finden Sie unter:
<https://www.ankefehring.com/enneagramm>

Was konkret ziehe ich aus dieser Erkenntnis?

Für mich selbst heißt das, meinen Typen mit seinen Stärken besser kennenzulernen und diese anzuwenden und gleichzeitig um die sich aus den Schwächen ergebenden Herausforderungen zu wissen. Ziel ist es, zu beobachten und zu erkennen, wann man die Verhaltensmuster nutzen und wann man jene bewusst nicht verwenden möchte. Man stärkt somit buchstäblich das eigene Selbst-Bewusstsein.

Wie oben bereits angeklungen, reagieren die Persönlichkeitstypen in gleichen Situationen unterschiedlich, woraus ich eine weitere wichtige Erkenntnis für mich gezogen habe: Meiner Ansicht nach sollten wir die Vielfalt unseres Daseins nicht vergessen, sondern uns mit ihr auseinandersetzen. Für einen besseren Zusammenhalt in unserer Gesellschaft ist es unabdingbar, den Mitmenschen mit Toleranz und Respekt zu begegnen und sie nicht vorschnell zu verurteilen, nur weil sie eventuell in einer Situation anders reagiert haben als man es selber getan hätte.

Wie ich am eigenen Leib erfahren durfte, hat jene Offenheit und die Neugier des „Sich-Auseinandersetzens“ und „Sich-mit-diesem-Thema-Befassens“ etwas sehr Klärendes. So habe ich den Persönlichkeitstest nach dem Seminar zu Hause direkt mit einem meiner Brüder und mit meiner besten Freundin gemacht, da es mich brennend interessierte, welchem Persönlichkeitstyp sie entsprechen. Nicht nur für die beiden hat der Test zu mehr Selbsterkenntnis und einem Aha-Moment geführt, auch ich habe endlich Verhaltensweisen nachvollziehen können, die mir zuvor ein kleines Rätsel gewesen waren.

Beispielsweise habe ich verstanden, warum einer meiner Brüder immer Menschen um sich herum braucht, mit denen er Dinge unternehmen kann oder aber warum meine Freundin sich oftmals nicht gut zwischen zwei Optionen entscheiden kann und für beide Seiten Pro- und Contra-Argumente sucht.

Somit kann jeder durch mehr Toleranz, Offenheit und Respekt gegenüber seinen Mitmenschen und Wahrung der Individualität jedes Einzelnen einen wunderbaren, positiven Beitrag zum Zusammenhalt unserer Gesellschaft beisteuern.

Was möchte ich mit diesem neu erlernten Wissen und den wertvollen Erfahrungen des Seminars machen?

Zum einen möchte ich mich und mein Persönlichkeitsmuster jeden Tag ein bisschen besser kennenlernen. Ich möchte mir meiner eigenen Stärken bewusster werden und diese für etwas Gutes, Positives und Produktives einsetzen. Gleichzeitig werde ich die Herausforderungen annehmen, die ich durch die Schwächen meines Persönlichkeitstypen erfahre.

Zum anderen möchte ich jeden darin bestärken, sich mit sich selbst und dem eigenen Verhaltensmuster auseinanderzusetzen. Wahrscheinlich ist dies eine der wertvollsten Investitionen, die wir für uns selbst tätigen können, da wir der einzige Mensch sind, mit dem wir unser gesamtes Leben verbringen „müssen“.



Web-Seminar "Stressmanagement"

Stressmanagement ist für Studierende eine wichtige Ressource, um die vielfältigen Anforderungen im Hochschulalltag zu meistern. In dem Web-Seminar unter Leitung von Diplom-Psychologe Boris Kasper ging es sowohl um Wissensvermittlung als auch um Best Practice Tipps. Die Teilnehmenden standen hier im Fokus. Durch das digitale Format konnten zudem auch StipendiatInnen erreicht werden, die sich aktuell im Ausland befinden.

„Gemeinsam mit den Hochschulstudierenden konnten mein Team und ich individuelle Stressquellen analysieren und ermitteln, welche Strategien zur Stressbewältigung beim Thema Zeitmanagement bereits vorhanden sind“, erläutert Seminarleiter Boris Kasper.

Darüber hinaus wurden den StipendiatInnen Methoden vermittelt, welche für ein effizientes Zeitmanagement hilfreich sein können. „Nach drei Monaten, also im September diesen Jahres, werden wir im Follow-Up-Web-Seminar gemeinsam prüfen, wie sich die Strategien im Alltag bewährt haben“, erklärt Boris Kasper.

So könne eigenständig kontrolliert werden, ob eine nachhaltige Stresskompetenz erworben werden konnte und Stressoren bei den Teilnehmenden möglichst so verändert und entschärft wurden, dass Stress gar nicht erst entstehen kann. Hierzu gehören beispielsweise der Aufbau eines persönlichen Stresspuffers, etwa durch ein gutes Zeit- und Selbstmanagement, der Ausbau fachlicher und sozialer Kompetenzen sowie die Erweiterung eines starken sozialen Netzes.

„Gute soziale Beziehungen sind eine wichtige Ressource, die vor Stress schützen kann und seine Bewältigung erleichtert“, sagt der diplomierte Psychologe. Im Hinblick auf das neue Angebot der beiden Stiftungen begrüßt er, dass sich die Förderungen nicht nur auf materielle Zuwendungen für die StipendiatInnen beschränken, sondern durch Weiterbildungsangebote ergänzt wurden. „Das Thema Stressmanagement ist hier besonders gut gewählt, da die Herausforderungen im Studium hoch sind und ein verbessertes Zeitmanagement für ein stressfreieres Studieren hilfreich ist“, so Boris Kasper.

„Ich möchte mich für das hervorragende Angebot bedanken. Es ist eine tolle und sehr sinnvolle Sache, dass die Stiftung uns StipendiatInnen solche Web-Seminare anbietet.“

Laura von Rudno Restrepo
Stipendiatin | Klimaschutz & Klimaanpassung,
Technische Hochschule Bingen





„Der Glaube an mich, der mir durch die Stiftung geschenkt wird, ist eine mächtige Energiequelle und die Unterstützung ein Zeichen von höchster Dankbarkeit meinerseits.“

Besarta Rexhmati

Stipendiatin | Medizinmanagement,
Technische Hochschule Mittelhessen
Gießen



„Ich bin von dem Anspruch der Stiftung beeindruckt, Chancengleichheit in der Gesellschaft durch Förderung von Studierenden aus Familien mit kleinem Einkommen zu schaffen, für die eine finanzielle Unterstützung ihrer Kinder so gut wie nicht möglich ist.“

Philipp Richter

Alumnus | Apotheker und Dozent an einer
Berufsfachschule für pharmazeutisch-technische
Assistenten



„Die Dr. Arthur Pfungst-Stiftung hilft Studierenden wie mir, sich auf ihre Ausbildung konzentrieren zu können. Ich glaube, dass dieses Konzept genau richtig ist, um begabten Menschen den Weg in den Beruf zu ebnen.“

Daria Kalinina

Stipendiatin | Musiktheater/
Operngesang, Hochschule für Musik
und Theater München

StipendiatInnen: Einblicke in den Studienalltag



Hochschulalltag in Zeiten von Corona

StipendiatInnen berichten von ihren Erfahrungen

Die Corona-Pandemie stellt aktuell viele Bereiche vor Herausforderungen – auch die Hochschulbildung und den Alltag von Studierenden. Vorlesungen und Seminare können nicht stattfinden oder werden online abgehalten, Nebenjobs fallen weg oder werden gekürzt, Lernen und Prüfungen finden anders als gewöhnlich statt. Die Studienfinanzierung und Semesterplanung gestalten sich schwierig, ebenso die Anerkennung von Studienleistungen sowie die Handhabung mit BAföG-Leistungen und der Regelstudienzeit, da Veranstaltungsbesuche und der Erwerb von nötigen Leistungsnachweisen nicht planmäßig möglich sind oder Prüfungen verschoben werden.

Wir haben mit StipendiatInnen der Dr. Arthur Pfungst-Stiftung im Frühsommer 2020 gesprochen und gefragt, wie sie persönlich die Corona-Krise erleben, welche Folgen sich für ihren Hochschulalltag ergeben, welche (positiven) Erfahrungen sie machen, wie sie die Herausforderungen meistern und sich in dieser Zeit engagieren. Zwei von ihnen haben mittlerweile ihr Studium beendet.

Shuai Bao
Alumnus | Softwareentwickler



Linus Lloyd Melletat
Stipendiat | Soziale Arbeit,
Hochschule Hannover



Luka Obradovic
Stipendiat | Chemie,
RWTH Aachen



Janin Popa
Alumna | Psychologin & Mediatorin



Teresa Sales Rebordão
Stipendiatin | Gesang, Hochschule für
Musik und Tanz Köln (Standort Aachen)



Clara von Savigny
Stipendiatin | Humanmedizin,
Universität Frankfurt am Main



Diana Werner
Stipendiatin | Biomedizin,
Hochschule Reutlingen



Was hat sich seit Corona in Ihrem Hochschulalltag verändert?

Shuai Bao: Vor Beginn des Sommersemesters 2020 war die Situation wegen Corona schon schwierig, weswegen alle Klausuren von der TU München abgesagt wurden, die ansonsten Ende März stattgefunden hätten. Alle Lehrveranstaltungen des kommenden Semesters werden online gehalten. Der Campus und die Bibliotheken wurden zudem geschlossen. Da das Online-Lernen per Fernzugriff auf die Hochschulrechner für manche Studierenden schwierig und problematisch ist, hat meine Hochschule rücksichtsvoll entschieden, dass das Sommersemester 2020 nicht als Regelstudienzeit gewertet wird und die Anforderungen für die Studienleistungen nicht zählen.

Luka Obradovic: Was sich am meisten verändert hat ist die Form der Wissensvermittlung. Zurzeit sitzen die meisten Studierenden vor einem Bildschirm und folgen einem aufgenommenen Vorlesungsvideo. Mir gefällt die Tatsache, dass ich immer an die Stellen zurückgehen kann, wenn ich etwas nicht direkt verstanden habe.

Janin Popa: Neben der Tatsache, dass ich keinen realen Austausch mit KommilitonInnen und stattdessen digitale Seminare habe, muss ich nicht mehr zur Uni pendeln und kann von zu Hause aus arbeiten. Ich merke, dass ich mir meine Tage so stressfreier gestalten und mich mehr und langfristiger auf Aufgaben konzentrieren kann.

Teresa Sales Rebordão: Mein Hochschulalltag hat sich völlig verändert. Die Hochschule wurde geschlossen und der Unterricht begann online zu laufen. Wie Sie sich vorstellen können ist das für einen Musiker, wie ich es bin, alles andere als einfach.

Frau Rebordão, Sie haben aktuell Gesangsunterricht via Skype und Zoom. Wie erleben Sie diese neue Art des Unterrichts und was sind dabei die Herausforderungen?

Musik ist etwas, das man normalerweise miteinander macht. Wenig oder kein Kontakt mit anderen Menschen macht das Musizieren fast unmöglich. Und wir arbeiten hauptsächlich mit Klang. Über Skype oder Zoom geht davon viel verloren. Ich schätze in einem Online-Gesangsunterricht verliert man mindestens 60 % vom Klang. Da wir so abhängig vom Klang sind, ist es für den Professor extrem schwierig, den Studenten zu beurteilen und zu unterrichten. Trotzdem finde ich diese Art von Unterricht wesentlich für mein Studium. Für mich ist es sehr wichtig ein wöchentliches Arbeitsziel zu haben – auch gerade jetzt in dieser Zeit.

„Mein Hochschulalltag ist ohne persönlichen Gesangsunterricht zur Herausforderung geworden, aber das zwingt mich dazu, nach anderen Wegen zu suchen, um meine Ziele zu erreichen.“

Teresa Sales Rebordão

Ich versuche zudem Fähigkeiten zu entwickeln, die nicht direkt von der Gruppenarbeit abhängen, zum Beispiel meine Gesangstechnik. Es ist eine Herausforderung, dies ohne persönlichen Unterricht zu tun, aber es zwingt mich, nach anderen Wegen zu suchen, um meine Ziele zu erreichen.

Welche weiteren Schwierigkeiten ergeben sich für Ihr Studium?

Linus Lloyd Melletat: Besonders die Kommunikation mit Lehrenden ist sehr schwierig. Auch wenn sie erreichbar sein sollten, sind sie es nicht mehr so gut wie vor der Krise.

Janin Popa: Ich musste meine Abschlussarbeit nach knapp einem halben Jahr Vorarbeit noch einmal neu aufsetzen, wodurch sich nun auch die Abgabe verzögert. Sehr wichtig war für mich hierbei, trotzdem Schritt für Schritt wieder das Ruder zu übernehmen und weiterzumachen. Aufgeben ist für mich keine Option.

In meiner Arbeit und der dazugehörigen Studie geht es unter anderem um Fremdenfeindlichkeit. Diese wurde im Rahmen der Corona-Krise einmal mehr präsent. Sei es durch eine steigende Zahl von Diskriminierungen speziell von Menschen mit chinesisch ethnischen Hintergrund oder in Bezug auf die Debatte um die Auflösung von europäischen Flüchtlingslagern. Aktuell läuft eine Online-Umfrage und ich bin gespannt, welche Zusammenhänge sich ergeben werden.

Luka Obradovic: Nach meinen Klausuren bin ich in meine Heimat geflogen, noch bevor sich dann die Corona-Situation verschärft hatte. Eine Woche bevor ich zurück nach Deutschland fliegen wollte, wurde eine Ausgangssperre in Serbien angekündigt und die Grenzen wurden daraufhin geschlossen. Das bedeutete, dass ich mein Studium aus der Ferne erledigen musste. Als Chemiker ist das sehr schwierig, besonders wegen der Praktika. Ich habe mir viel Sorgen gemacht, ob ich in der Regelstudienzeit weiter studieren kann oder nicht. Nach zahlreichen Telefonaten und E-Mails wurde mir erlaubt, an den Praktika online teilzunehmen.

Shuai Bao: Was ich schwer finde ist die Konzentration und Selbstdisziplin beim Homeoffice. Zu Hause fehlt die Arbeitsatmosphäre und es gibt viele Ablenkungsmöglichkeiten. Am Anfang war meine Effizienz relativ schlecht. Nach einigen unproduktiven Arbeitstagen habe ich angefangen, mit Freunden zusammen in einem Online-Lernraum zu arbeiten. Wir haben ein Videomeeting gestartet und eine Lerngruppe gegründet. Wenn man sich so "gegenüber" sitzt und zusammen lernt, dann erlangt man die gewohnte Arbeitsatmosphäre zurück.

Frau von Savigny, die Goethe-Universität Frankfurt am Main, an der Sie studieren, hat ein ganz neues Angebot für Medizinstudierende geschaffen: das Wahlfach Covid-19.

Ja, genau. Während der Sommermonate, in denen die Vorlesungen stattfinden, weil die gesamte Vorlesungszeit von April bis Juli abgesagt wurde, waren eigentlich unsere Blockpraktika mit ersten ärztlichen Krankenhauserfahrungen geplant. Aus diesem Grund wurde uns die Option angeboten, dass wir uns für das - extra hierfür ins Leben gerufene - COVID-19-Wahlfach eintragen und dann vom Dekanat einem Krankenhaus zugeteilt werden, um dennoch zumindest erste ärztliche Krankenhauserfahrungen machen zu können. Ich habe mich für dieses Wahlfach direkt eingetragen als es Mitte März zu Beginn des Lockdowns in Deutschland an der Goethe-Universität eingeführt wurde.

„Um bei Bedarf auf uns Medizinstudierende zurückgreifen zu können, wurde an meiner Uni das Wahlfach Covid-19 eingeführt.“

Clara von Savigny

Welche Idee steckt hinter dem Wahlfach Covid-19 und wie bewerten Sie diese?

Clara von Savigny: Im Allgemeinen muss ich sagen, dass ich die Idee begrüße und das Angebot des Dekanats als sehr entgegenkommend bewerte. Die Idee hinter diesem Wahlfach ist einerseits das Zurückgreifen auf uns MedizinstudentInnen als Reserve, falls die Kapazitäten in den Krankenhäusern durch Corona ausgereizt und überstiegen werden, und andererseits auch die Option für uns MedizinstudentInnen trotz Corona die erforderlichen Praktika für das Studium im Krankenhaus ableisten zu können. Wie bei jeder Neuerung ist die Organisation durchaus noch ausbaufähig.

„Die Maßnahmen und Regeln der Regierung sowie die deutsche Demokratie haben bei mir einen starken Eindruck hinterlassen. Ich bin zuversichtlich, dass der Kampf gegen Corona gelingen wird.“

Shuai Bao

Erschwerend kommt und kam sicherlich hinzu, dass die Krankenhäuser selber von Anfang an gezwungen waren, die alltäglichen Kapazitäten herunterzufahren, um so im Falle eines Falles für Corona genügend Material und Personal zur Verfügung zu haben.

Einige von Ihnen gehen einem Nebenjob nach. Wie gestaltet sich hier momentan die Situation?

Janin Popa: Ich habe erst einmal gebangt, ob ich den Job behalten kann und wie es weiter geht. Die Schichten wurden dann aufgeteilt, verkürzt und mit Einzelpersonen besetzt. Ich finde, das ist eine sehr faire Lösung und ich schätze mich damit glücklich, denn das ist nicht selbstverständlich.

Linus Lloyd Melletat: Ich habe glücklicherweise noch eine Stelle als wissenschaftlicher Mitarbeiter an der Universität Hannover gefunden und darf seitdem die Webseite des Instituts für Turbomaschinen und Fluid-Dynamik neu konzeptionieren und gestalten. Dank VPN-Verbindung klappt das auch super von zu Hause aus.

Clara von Savigny: Glücklicherweise arbeite ich in einem kleinen Bioladen, der wegen Corona nicht schließen musste. Ganz im Gegenteil war vor allem in der Anfangszeit des Lockdowns sehr viel mehr im Laden los und man hatte allerhand zu tun. Dennoch sind mir insbesondere die Lieferschwierigkeiten und die damit verbundenen Versorgungsengpässe sehr viel stärker aufgefallen. Zeitweise mussten wir Toilettenpapier, Hefe, Mehl und Eier im Lager behalten und pro EinkäuferIn rationieren.

Allgemein hat sich die Lage wieder entspannt, da die Menschen doch gemerkt haben, dass sie nicht am Verhungern sind und unser Laden weiterhin für sie geöffnet hat.

„Aufklärungsarbeit in der aktuellen Krise ist wichtiger denn je. Anders als Fehlinformationskampagnen vermitteln wollen, machen die WissenschaftlerInnen besonders in Deutschland einen hervorragenden Job.“

Linus Lloyd Melletat

Frau Werner, Sie absolvierten ein praktisches Studiensemester am Fraunhofer Center for Coatings and Diamond Technologies in Michigan (USA) und arbeiteten dort an einem ganz besonderen Corona-Test. An was genau haben Sie geforscht?

Durch die Corona-Krise hat sich jede Forschungseinrichtung der Fraunhofer-Gesellschaft verpflichtet gefühlt, mit den ihnen möglichen Mitteln, an der Corona bezogenen Forschung mitzuwirken. So entstand das Projekt, welches sich mit einem Biosensor für SARS-CoV-2 beschäftigt. Hierfür werden die vom Institut in Michigan hergestellten Diamanten durch komplexe Behandlungen biofunktionalisiert und können somit den Virus innerhalb von Sekunden delektieren.

Da das Institut sich hauptsächlich mit Diamanten und ähnlichen Beschichtungen beschäftigt, findet man hier keine Biologen und Mediziner. Somit durfte ich mich als Biomedizinstudentin um den biologischen Teil des Projektes kümmern. Hierzu gehört die Auswahl der erforderlichen Materialien für die Biofunktionalisierung der Oberfläche und die Durchführung der Experimente. Ich habe somit die hergestellten Biosensoren getestet und anhand der Ergebnisse optimiert. Es war eine enorme Verantwortung, welche ich hier tragen durfte und musste, die man so als Studentin in Deutschland absolut nicht gewohnt ist.

Wie haben Sie die Corona-Krise in den USA erlebt?

Diana Werner: Michigan war sehr stark von Corona betroffen. Im Vergleich zu anderen Staaten hat die Gouverneurin hier schnell reagiert und die Gesundheit der Menschen definitiv über den Kapitalismus gestellt. Dies wurde hier aber sehr kritisiert und es kam zu einigen bewaffneten Demonstrationen, welche allerdings größtenteils friedlich vor sich gingen.

Aus deutscher Sicht ist dies unverständlich, aber sobald man die amerikanische Kultur verstanden hat, ist es nachvollziehbarer. Wir in Deutschland haben das Privileg, gut abgesichert zu sein – der Staat sorgt grundlegend für einen.

Hier ist das Gegenteil der Fall. Die Menschen leben von Krediten, da die meisten hohe Schulden für Studiengebühren haben. Meist kommen dann noch andere Kredite für Haus und Auto hinzu. Man versucht die Kredite so schnell wie möglich abzubezahlen, weshalb die meisten keine Rücklagen bilden können. Somit können sich viele Menschen, die hier ihre Arbeit verloren haben, kaum über Wasser halten. Viele Läden sind bereits insolvent gegangen und mussten schließen. Die Situation sorgt für viel Verzweiflung und Verunsicherung in der Bevölkerung.

„Meine aktuelle Corona-Forschungsarbeit in den USA kann ich noch beenden. Danach muss ich jedoch mein Auslandspraxissemester frühzeitig abbrechen, da die Umstände hier teils sehr schwierig sind.“

Diana Werner

Engagieren Sie sich speziell jetzt in der Corona-Krise?

Janin Popa: Ich habe für das Projekt #LeaveNoOneBehind gespendet. Die Hilfen kommen dem Stiftungsfonds der zivilen Seerettung zugute und sollen in den Flüchtlingslagern die medizinische und alltägliche Versorgung sowie Hygiene sichern, so lange die Menschen gezwungen sind in den Lagern auszuhalten. Ein bisschen was kommt ja gerade in Bewegung und mehr europäische Länder wollen geflüchtete Menschen aufnehmen, das geht aber meiner Meinung nach viel zu langsam.

Linus Lloyd Melletat: Ich bin im Kirchenvorstand tätig und habe in der Corona-Zeit angefangen eine Konzeptplanung für eine Umgestaltung des Kirchenaußengeländes zu schreiben. Noch im Mai wurde zusammen mit Jugendlichen unter Einhaltung der Sicherheitsvorgaben angefangen, die ersten Arbeiten zu erledigen und um so der Langeweile zu entfliehen.

Luka Obradovic: Einige Kommilitonen von mir haben es nicht geschafft, alle Klausuren innerhalb des letzten Semesters zu bestehen und haben wegen Corona nicht den üblichen Nachholtermin erhalten. Mit dem neuen Semester müssen sie sich jetzt mit dem neuen Stoff beschäftigen und zusätzlich die verpassten Klausuren nachholen. Ich helfe ihnen bei der Vorbereitung und bei der Wiederholung der Kenntnisse aus dem vorherigen Semester. Da ich schon die Klausuren bestanden habe, stelle ich ihnen Übungsaufgaben zur Verfügung, damit sie den Lernstoff des vorangegangenen Semesters auffrischen können.

„Die Corona-Zeit hat mich daran erinnert, was für eine große Rolle die Familie spielt. Zusammenhalten macht uns stärker!“

Luka Obradovic

„Ich habe das Gefühl, dass bisher blinde Flecken im gesellschaftlichen System durch Corona stärker hinterfragt werden und das soziale Miteinander stärker in den Fokus rückt.“

Janin Popa

Welche positiven Erfahrungen haben Sie außerhalb Ihres Studiums in der Corona-Zeit bisher gemacht?

Janin Popa: Jede/r versucht auf eine eigene Art und Weise mit dieser Situation umzugehen. Ich finde es toll und bewundere es, wie schnell Nachbarschaftshilfen, Gabenzäune oder andere Spendenaktionen eingerichtet wurden.

Linus Lloyd Melletat: Kinder in meiner Stadt haben Rätsel für andere Kinder und Erwachsene gestaltet und einigen Menschen damit ein Lächeln auf die Lippen gezaubert. Die Kreativität der Menschen wird sichtbar.

Teresa Sales Rebordão: Die innere Klangvorstellung eines Sängers unterscheidet sich sehr von der, die der Zuhörer hört. Die aktuelle Situation gibt mir die Gelegenheit, meinen kritischen Sinn dafür zu entwickeln und meinen Klang besser zu beurteilen – unabhängig von externem Feedback. Diese Autonomie ist notwendig, da ich als Sängerin nicht mein ganzes Leben lang regelmäßigen Unterricht haben kann. Ich denke, dass die Quarantäne eine ausgezeichnete Möglichkeit war, diese individuelle Arbeit ohne den Druck des parallelen Arbeitens zu erfahren.

Shuai Bao: Die Corona-Krise kann jeder einzelne kaum ändern. Aber wir können unsere eigene Lern- und Denkweise ändern. Anstatt sich über ein unerwartetes Problem zu beklagen, kann man schauen, was man aktiv tun kann, um die Situation positiv zu gestalten. Gerade diese Zeit jetzt ist kostbar, um eigene Interessen zu entwickeln oder ein Hobby zu entdecken. Diese Chance sollte man nutzen.

Klimaschutz & Nachhaltigkeit: StipendiatInneninterview

Das Thema Klimawandel ist allgegenwärtig und alarmierend angesichts der wissenschaftlichen Prognosen. Nachhaltige Lösungen und wirkungsvolle Maßnahmen rücken verstärkt in den Fokus gesellschaftlicher Debatten. Aktiver Klimaschutz und verantwortungsbewusstes Handeln sind gefragt. Die Stipendiatinnen Ella Norman und Laura von Rudno Restrepo sind aktiv geworden – für den Klimaschutz und mehr Nachhaltigkeit. Wir haben mit ihnen gesprochen.

„Verantwortungsbewusster mit unserem Essen umzugehen, bedeutet in gewisser Weise verantwortungsbewusster mit der Umwelt umzugehen.“

Ella Norman
Stipendiatin | Arts & Sciences,
Universität Freiburg



„Es ist einfach unglaublich, wie atemberaubend unsere Welt sein kann, und wie schnell wir Menschen diese gleichzeitig zerstören.“

Laura von Rudno Restrepo
Stipendiatin | Klimaschutz &
Klimaanpassung, Technische
Hochschule Bingen



Frau Norman, Sie engagieren sich neben Ihrem Studium ehrenamtlich in einem Foodsharing Verein in Freiburg im Breisgau. Was hat Sie dazu motiviert?

Schon in der Schule war ich schockiert von dem Ausmaß der Lebensmittelverschwendung – jedes Jahr landet mehr als ein Viertel der produzierten Lebensmittel im Müll. In Industriestaaten sind circa 40% davon noch vollkommen genießbar. Zu diesem Zeitpunkt wusste ich noch nicht genau, was man konkret dagegen tun kann, außer natürlich selbst kein Essen wegzwerfen. Als ich in Freiburg auf Foodsharing aufmerksam geworden bin, eine Organisation, die durch Kooperationen mit Supermärkten und anderen Lebensmittelgeschäften Essen vor der Tonne rettet, war ich natürlich sehr begeistert, meldete mich als Foodsaver an und machte meine ersten „Abholungen“.

Frau Norman, was sind Ihre Aufgaben in dem Verein und welche Ziele verfolgen Sie zusammen?

Foodsharing hat das Ziel, alle Lebensmittel zu retten, die sonst in der Mülltonne landen würden. Bei der Produktion von Lebensmitteln werden viele Ressourcen und Rohstoffe verbraucht. Das bedeutet, dass Foodsaving nicht nur das Essen selbst rettet, sondern auch Energie, Wasser, Landfläche und CO₂ reduziert.

Durch Kooperationen mit Betrieben in Freiburg (Supermärkte, Bäcker, Märkte, Restaurants etc.), können Teams von Foodsavern das Essen von den Betrieben abholen und dann weiterverteilen, entweder privat oder durch einen sogenannten ‚Fair-Teiler‘ – Orte in der Stadt, an denen sich alle Menschen kostenlos am geretteten Essen bedienen dürfen. Ich mache circa zwei Abholungen pro Woche. Zusätzlich zu den Kooperationen mit Betrieben organisiert Foodsharing z.B. Aktionen während der Erntezeit, wo wir Obst und Gemüse, das den strengen ästhetischen Standards der Supermärkte nicht entspricht, sammeln und weiterverteilen.

Frau von Rudno Restrepo, Sie sind sogar so weit gegangen, dass Sie Klimaschutz und Klimaanpassung studieren. Was hat Sie dazu bewegt?

Nach dem Abitur habe ich mich dazu entschlossen, ein Freiwilliges Soziales Jahr (FSJ) in Brasilien zu absolvieren. Dabei wurde ich von der bezaubernden Natur Brasiliens überwältigt. Es ist einfach unglaublich, wie atemberaubend unsere Welt sein kann, und wie schnell wir Menschen diese gleichzeitig zerstören.

In dieser Zeit wurde mir klar, dass ich etwas studieren möchte, mit dem ich Verantwortung für unsere Umwelt übernehmen kann. Somit begann ich das Studium an der Technischen Hochschule Bingen mit dem Studienfach Umweltschutz. Nach zwei Semestern stellte ich allerdings fest, dass Umweltschutz zwar ein sehr interessanter Studiengang ist, mit dem man vor Ort viel bewegen kann, jedoch auf globaler Ebene relativ eingeschränkt ist. Da der Klimawandel aber globale Auswirkungen hat, wechselte ich zu Klimaschutz, um mich auch auf internationaler Ebene einsetzen zu können.

Frau von Rudno Restrepo, mit welchen konkreten Inhalten beschäftigen Sie sich in Ihrem Bachelorstudium?

Die ersten drei Semester meines Studiums haben sich um Grundlagenfächer wie Mathematik, Biologie, Chemie, Physik etc. gedreht. Ab dem vierten Semester haben wir tatsächlich angefangen, uns mit klimatologischen Inhalten auseinanderzusetzen. Hierzu gehören Treibhausgase, erneuerbare Energien, Klimaszenarien und Modelle, Wechselwirkungen von Ökosystemen mit dem Klimawandel, Klimaschutz und Klimaanpassungsmethoden sowie einige rechtliche Aspekte zum Klimaschutz.

Was möchten Sie mit Ihrem Studium bzw. Engagement erreichen?

Laura von Rudno Restrepo: Mein Studium ist sehr vielfältig. Ich habe am Ende des Studiums die Möglichkeit, Kommunalen Klimaschutz zu betreiben, in die Forschung zu gehen, in die Politik oder doch eine ganz andere Richtung einzuschlagen. Bei der Wahl des Studiums war mir wichtig, dass ich etwas studiere, dass mich tatsächlich interessiert. Eine Sache, bei der ich das Gefühl habe, einen positiven Beitrag für die Gesellschaft leisten zu können.

Ella Norman: Mit meinem Engagement bei Foodsharing möchte ich dazu beitragen, Lebensmittel mehr wertzuschätzen und andere darauf aufmerksam machen, wie viel „gutes“ Essen ohne uns in der Tonne landen würde. Heutzutage sind wir so distanziert von der Herstellung unserer Nahrungsmittel, dass wir den Respekt und die Wertschätzung dafür verloren haben. Verantwortungsbewusstsein mit unserem Essen umzugehen bedeutet in gewisser Weise, verantwortungsbewusstsein mit der Umwelt umzugehen. Man hat nur alle paar Jahre die Möglichkeit, seine Politiker zu wählen, aber man hat dreimal am Tag die Wahl, seine Mahlzeiten umweltfreundlich und nachhaltig zu gestalten.

„Seit 2013 wurden allein in Freiburg im Breisgau 613 Tonnen Lebensmittel vor der Tonne gerettet.“

Wie sieht Umwelt- und Naturschutz konkret in Ihrem Alltag aus, welchen Beitrag leisten Sie hier?

Ella Norman: Da die Herstellung von Fleisch sehr belastend für die Umwelt ist, ernähre ich mich seit Jahren vegan, und um meinem Plastikkonsum zu reduzieren, kaufe ich regelmäßig im Unverpackt-Laden in Freiburg ein. Wo möglich kaufe ich Second-Hand statt neu, damit weniger neu produziert werden muss; auf Reisen nehme ich den Zug statt zu fliegen. Allerdings würde ich sagen, dass Umweltschutz bei mir eher eine Einstellung bzw. ein Bewusstsein ist als eine Liste mit Regeln, von denen so viele wie möglich erfüllt werden sollen. Ich versuche bei Entscheidungen immer auf die Auswirkung für die Umwelt zu achten, denn im Endeffekt hat fast alles, was wir tun, eine Konsequenz für unsere Welt.

Laura von Rudno Restrepo: Dem kann ich nur zustimmen. Für mich bedeutet Natur-, Umwelt- und Klimaschutz im Alltag, dass ich einen möglichst nachhaltigen Konsum an den Tag lege. Dazu gehören all die Dinge, die Ella genannt hat. Zudem achte ich darauf, nur das zu kaufen, was ich wirklich brauche.

Wie kann Klimaschutz Ihrer Meinung nach gelingen, was sind Ihre Forderungen?

Laura von Rudno Restrepo: Ich bin überzeugt, dass Klimaschutz nur gelingen kann, wenn Regierungen, Verantwortliche und die Bevölkerung der einzelnen Länder unter Berücksichtigung ihrer kulturellen Eigenheiten mit dem Thema konfrontiert werden.

Ein kollektives Umdenken in den Köpfen der Menschen in Bezug auf den Konsum wäre notwendig. Zudem müssten die Menschen anfangen, nicht nur an den eigenen Vorteil zu denken, sondern auch an die anderen und die nächste Generation. Wir müssten anfangen, uns als eine Gemeinschaft zu sehen und nicht als Länder, die nur den eigenen Vorteil in den Vordergrund stellen.

Ella Norman: Ich habe den Eindruck, dass wir grundlegende Veränderungen brauchen und zwar in der Art und Weise, in der wir die Umwelt betrachten und darüber denken. Gesellschaftliche Normen und die Einstellungen von Menschen sind stark vom politischen, wirtschaftlichen und rechtlichen System beeinflusst, die teils nicht mehr zeitgemäß sind. Die Umwelt hat keine Stimme im Parlament; das Wirtschaftssystem berücksichtigt nicht die Endlichkeit der natürlichen Ressourcen; Umweltzerstörung ist im Rechtssystem nicht als Straftat anerkannt. Wir fühlen uns dementsprechend distanziert vom Wohlergehen der Umwelt und legen wenig Wert darauf. Änderungen in den genannten Bereichen wären eventuell eine Möglichkeit, die gesellschaftliche Denkweise zu verändern.

Die Corona-Krise zeigt zum Beispiel, dass wir es tatsächlich können. Wir können auf internationaler, nationaler und individueller Ebene Verhalten drastisch ändern. Die Gefahr einer Krankheit für die menschliche Gesundheit ist jedoch weitaus greifbarer als die Gefahr von voranschreitendem Klimawandel, trotz der Tatsache, dass es, wenn es der Umwelt nicht gut geht, es den Menschen auch nicht gut geht. Ich glaube, die Herausforderung unserer Zeit besteht darin, die Dringlichkeit der Situation den Menschen bewusst zu machen, dass sie ihre Einstellung und dementsprechend ihr Verhalten der Umwelt gegenüber ändern können.

Was ist Ihre Vision für eine „bessere Welt“?

Ella Norman: Eine Welt, wo Menschen ihre Abhängigkeit von ihrer Umwelt erkennen. Eine Welt, in der Foodsharing nicht mehr benötigt wird, da die Ressourcen der Erde geschont bzw. klug eingesetzt werden. Eine Welt, in der wir unser Bedürfnis nach Konsum und unendlicher Wahl durch die Wertschätzung der Natur und der Elemente des Lebens ersetzt haben.

Laura von Rudno Restrepo: Gegenseitiger Respekt und kein Ausnutzen einer stärkeren Position.

Betreuung von Covid-19-PatientInnen

Stipendiatin der Humanmedizin berichtet von ihren Erfahrungen



Ruba Al Shonikat
Alumna | Humanmedizin,
Universität Hamburg

In der Corona-Krise sprechen Medien öfters von „Helden des Alltags“ – Menschen, die sich selbstlos und couragiert für andere einsetzen, "die Stellung halten" und in den unterschiedlichsten Bereichen dafür Sorge tragen, dass unser öffentliches Leben aufrechterhalten bleibt. Wir haben mit einer dieser HeldInnen gesprochen. Die ehemalige Stipendiatin Ruba Al Shonikat betreute im Rahmen ihres Praktischen Jahres als Medizinstudentin auch PatientInnen, die sich mit Covid-19 infiziert haben.

Frau Al Shonikat, wie kam es dazu, dass Sie als Medizinstudentin auch PatientInnen behandeln, die an Covid-19 erkrankt sind?

Im Rahmen meines Praktischen Jahres, das ich seit Anfang März in der Chirurgie verbringe, betreue ich Patienten, die zu operativen Eingriffen stationär aufgenommen werden. Einige von ihnen haben sich während des Krankenhausaufenthalts entweder mit dem neuartigen Virus SARS-CoV-2 infiziert oder hatten Kontakt mit Infizierten und müssen deshalb in stationärer Quarantäne bleiben bis die Abstriche erfolgen. Natürlich müssen diese Patienten, unabhängig von ihrer Infektion, weiterhin chirurgisch betreut werden. Es hat sich im Rahmen meiner Tätigkeit daher so ergeben, dass ich auch diese Patienten betreue. Die Zahl der Covid-19-PatientInnen in unserer Klinik sinkt zum Glück, sodass ich hier aktuell keine Berührungspunkte mehr habe.

Wie sah Ihr erster Kontakt mit den PatientInnen aus?

Der Stationsarzt und ich führten unsere tägliche Visite durch und im Anschluss haben wir auf der Quarantäne-Station der Allgemeinchirurgie weitergemacht, wo wir bei einem Patienten eine postoperative Untersuchung durchführten. Im Grunde war das eine normale Visite, aber mit besonderer Vorsicht und erforderlicher Schutzkleidung.

Welche Gedanken sind Ihnen dabei durch den Kopf gegangen?

In dem Moment habe ich mich nur auf das Gespräch mit dem Patienten konzentriert. Beim ersten Kontakt ging alles so schnell, dass ich nicht die Zeit hatte, mir das noch mal zu überlegen. Erst als ich nach Hause kam, sind mir Gedanken durch den Kopf gegangen. Ich realisierte dann, wie nah das Ganze und wie hoch nun die Wahrscheinlichkeit ist sich anzustecken. Angst vor der Infektion bzw. der Krankheit selbst hatte ich dabei nicht, ich habe mir nur Gedanken darüber gemacht, wie mein Leben aussähe, wenn ich mich anstecken würde. Dabei war meine größte Sorge, lange in Quarantäne bleiben zu müssen und daraufhin vieles von meinem Praktischen Jahr zu verpassen.

Wie hat sich Ihr persönlicher Alltag durch Ihre Arbeit verändert?

Direkt an dem ersten Tag, an dem ich Kontakt mit Covid-19-Patienten hatte, habe ich mit der sozialen Distanzierung begonnen. Von Anfang März bis Ende Mai habe ich mich mit keinem Menschen privat getroffen, um den Virus nicht unabsichtlich zu verbreiten. Die größte Veränderung hatte ich jedoch während meiner häuslichen Quarantäne. Diese war eine komplette Umstellung und ich hatte zu Anfang Schwierigkeiten damit klarzukommen. Es war nicht einfach, 14 Tage mit absolutem Kontaktverbot in seinen vier Wänden zu verbringen, aber ich bin froh, dass es mir währenddessen ganz gut ging. Zudem habe ich die Zeit für meine Doktorarbeit investiert und wurde von meinen Freunden mit Einkäufen gut versorgt.

Warum war die häusliche Quarantäne erforderlich?

Die Quarantäne hatte ich wegen des Kontakts mit einem Patienten, den ich an dem Tag seiner stationären Aufnahme präoperativ untersuchen musste und der dann am Folgetag auf Covid-19 positiv getestet wurde. Der Kontakt am Vortag war demnach ohne Schutzkleidung, sodass ich dann vorsorglich in Quarantäne musste. Nach 14-tägiger häuslicher Isolierung wurde ich getestet und zum Glück war der Test negativ und ich konnte wieder zur Arbeit.

Haben Sie Ihre Entscheidung, auch Covid-19-PatientInnen zu betreuen, bisher schon mal in Frage gestellt?

Das war ja nicht nur meine Entscheidung, dennoch hätte ich mich alleine auch nicht anders entschieden. Ich habe diese Entscheidung kein einziges Mal bereut – trotz der Tatsache, dass ich damit meine Mutter nicht zufriedenstellen konnte. Sie ist, wie jede andere Mutter vermutlich auch, sehr beschützend und sorgt sich um ihre Kinder. Irgendwann war die Angst bei ihr größer als der Stolz, sodass sie mir zu Beginn der Pandemie empfahl, ein Semester auszusetzen, bis die Krise vorbei ist. Ich habe ihr immer wieder versucht zu vermitteln, dass mein Job nicht gefährlicher ist als andere und wie gern ich ihn mache.

Welche weiteren Erfahrungen haben Sie bisher in Ihrem Praktischen Jahr sammeln können?

Jeder Medizinstudent kennt die berufsbezogene Angst als ständigen Begleiter in diesem Job. In welcher Weise mit dieser umgegangen wird, habe ich jedoch erst jetzt in der Praxis gelernt. Auch wie man als junger Assistenzarzt eigenverantwortlich schwere Entscheidungen treffen muss und wie neue Herausforderungen trotz noch weniger Erfahrungswerte gemeistert werden können, sind wichtige Erfahrungen, die mir meinen Start ins Berufsleben leichter machen werden.

Gibt es etwas, was Sie anderen Menschen in dieser schwierigen Zeit mit auf den Weg geben möchten?

Es gibt im Englischen einen Spruch, mit dem ich bisher immer gut durch schwierige Zeiten gekommen bin: "This too shall pass". Ob gute oder harte Zeiten, sie werden alle vorübergehen. Auch diese schwierige Zeit jetzt werden wir überstehen. Wichtig ist, dass wir uns alle weiterhin angemessen verhalten, bis wir in unsere Normalität zurückkehren können. Und immer daran denken: es muss uns nicht immer besser gehen, wenn es uns gut geht!

Studienprojekt: Bauen mit Eis

Projekterfahrungen eines Architekturstudenten

Ein Gebäude aus Schnee bauen – dieser Herausforderung stellte sich Stipendiat Alaa Lebbah. Im Rahmen seines Master-Architekturstudiums an der RWTH Aachen hat er das Wahlfachmodul „Landscaping on Ice“ am Lehrstuhl Landschaftsarchitektur besucht, welches im Rahmen einer Exkursion nach Österreich stattfand. Von dem Projekt und seinen Erfahrungen berichtet er im nachfolgenden Interview.



Herr Lebbah, was ist das Ziel des Master-Wahlfachmoduls "Landschaftsarchitektur"?

Hauptsächlich die Wahrnehmung von Räumen: Was ist ein Raum und wie funktioniert unsere Raumwahrnehmung? Was sind Landschaftsräume und welche Kategorien gibt es hier? Eine Landschaft zeichnet sich in ihrer Qualität zum Beispiel als schön, natürlich, malerisch oder idyllisch aus. Der Raum, der uns umgibt, konstituiert sich als Umweltkategorie (z.B. auf der Makroebene als Landschaft, als Stadt, als Architektur) mit Qualitäten oder Defiziten erst durch unsere Wahrnehmung. Neben dem geometrisch erfassbaren Raumbegriff geht es um die Erfassung eines gestaltbaren Raumes (architektonisch, landschaftlich) zwischen Umwelt und Betrachter.

Was hat Sie dazu motiviert, mit Eis bauen zu wollen?

Mich hat besonders motiviert, etwas Praktisches auszuüben. An der Uni lernen wir überwiegend Theorie. Durch das Erleben der Bauphase kann man als Architekt noch mehr Wissen erlangen. Mit diesem Wissen lassen sich eventuelle Probleme schon beim Planen besser vermeiden. Ein Architekt entwirft nur und gibt die Pläne weiter. So kommt es manchmal zu Missverständnissen; die Abstimmung zwischen Architekten und Ausführenden ist nicht immer einfach. Das Bauen in der Arbeitswelt dauert monatelang, mit Schnee zu bauen nur einige Tage. Wir konnten so direkt sehen, wenn unsere Pläne nicht so umzusetzen waren und diese entsprechend korrigieren.

Wie lief die Exkursion ab?

Am ersten Tag sind wir auf einen Berg gefahren. Dort oben hatte wir folgende Aufgaben: Skizzen von der Bergwelt und der Umgebung zu machen, die spezielle Raumatmosphäre der alpinen Winterlandschaft aufzuspüren und uns von dieser Schnee- und Eiswelt inspirieren zu lassen. Am ersten Abend haben wir dann die Bilder vorgestellt. Es folgte an den Tagen zwei bis fünf die Umsetzung, die wir jeweils in einer 6er-Gruppe bewerkstelligt haben. Am letzten Abend haben dann alle Gruppen bei Kerzenschein ihre Bauobjekte präsentiert.

Worin bestand genau die Aufgabe bei dem Bauprojekt und welches haben Sie umgesetzt?

Die Aufgabe bestand darin, nach einem eigens erstellten Bauplan einen architektonischen Phantasieort aus Schnee zu bauen, der von

der Schneelandschaft vor Ort inspiriert ist. Unsere Gruppe hat eine mittelalterliche Stadtwache ausgewählt. Um dies umzusetzen, haben wir zunächst eine Bauskizze gefertigt, also das gezeichnet, was wir gerne bauen möchten. Wir haben ein Stadteingangstor gezeichnet mit Mauern rechts und links davon und hinter der Mauer Stufen erschaffen, auf denen man sitzen konnte. Von hier aus war auch ein höher gelegener Wachturm zu erreichen, von dem man einen guten Ausblick über die fiktive Stadt hatte. Der Radius des Turms betrug circa 2 Meter.

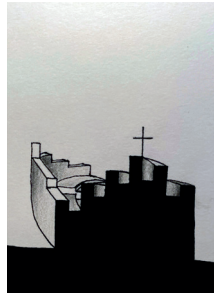
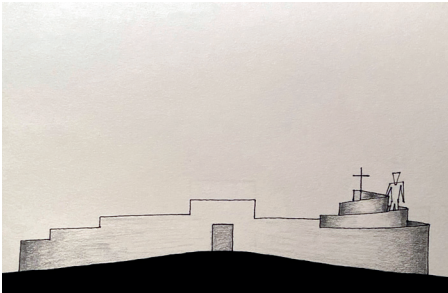
Worin bestanden die Schwierigkeiten beim Bauen?

Zum einen bei der konkreten Umsetzung unserer Skizzen. Um diese tatsächlich bautechnisch umsetzen zu können, mussten wir einige Änderungen bzw. Anpassungen in unserem Bauplan vornehmen. Eine andere Herausforderung war der Regen am letzten Tag und der Temperaturanstieg auf +6 °C. Das hatte eine große Auswirkung: viele errichtete Mauern der anderen Gruppen sind eingestürzt. Bei uns blieben zum Glück alle stabil, da wir sie richtig fest gebaut hatten. Doch das von uns gebaute Stadttor ließ sich anfangs nicht wie geplant öffnen. Aufgrund des Regens und aus Angst vor einem Einsturz haben wir es dann anstatt den geplanten 2x1 Meter auf 1,2m x 0,7m verkleinert gebaut und so ließ es sich dann am Ende auch öffnen.

Was nehmen Sie für sich von der Exkursion und dem Bauen mit Eis mit?

Ich nehme besonders die Vielfalt mit. Und, dass man in seinen Denkweisen offen bleiben sollte, da die Wahrheit meistens mehrere Gesichter hat. Wir müssen manchmal nur um uns gucken. Deshalb war und ist für mich das Erleben, Probieren und Entdecken sehr wichtig. Zudem war es sehr interessant zu sehen, wie unterschiedlich die Oberfläche und die Dichte von Schnee aussehen kann – je nachdem ob es schneit, regnet, die Sonne scheint oder Wind weht ist er hart, weich, leicht oder schwer. Und bei Kontakt mit Wasser kann er je nach Wetter entweder schmelzen oder noch fester und härter werden. Das zu erleben und Unterschiedliches mit Schnee auszuprobieren, fand ich sehr lehrreich. Und es war für mich persönlich auch ein ganz besonderes Erlebnis, denn zum ersten Mal war ich auf einem beschneiten Berg und habe etwas aus Schnee und Eis gebaut.

Vorbereitung: Skizzen zeichnen



Ansicht der Stadtwache: Der Eingang zur Stadt erfolgt durch eine kleine Öffnung in der Stadtmauer. Der schneckenartige Turm ist der höchste Aussichtspunkt der Stadt. Von hier aus kann der Wachende die gesamte Stadt und Umgebung überblicken.

Dritter Tag



Am dritten Tag arbeiteten wir weiter an dem Turm und der Wand und stellten die Treppe fertig, indem wir den Schnee platt traten. Die Arbeiten an der Wand und am Turm waren für uns zur Routine geworden: Kisten mit Schnee befüllen, den entstandenen Schneeblock positionieren und die Lücken mit "Schneemörtel" füllen.

Erster Tag



Die Aufgabe des ersten Tages bestand darin, die Lage und Größe unseres Entwurfs vor Ort zu bestimmen. Wir „zeichneten“ die Länge und Breite der Wand und der angrenzenden Treppen sowie die Größe des Turms in den Schnee.

Ergebnispräsentation am letzte



Am Ende unseres Baus hatten wir alles, was wir uns vorgenommen hatten, abgeschlossen. Die Mauer, der Eingang, die Treppe und der Turm waren fertig und entsprachen genau dem, was wir uns vorgenommen hatten. Die Mauer war solide und für einen Besucher der „Stadt“ bestand quasi keine Möglichkeit, sie zu umgehen. Der Turm, der nur über die Treppe zugänglich war, war der perfekte Aussichtspunkt für die Stadt und ihre Umgebung.

Zweiter Tag



Eisblöcke werden vorbereitet und geformt und an der Mauer positioniert. Nachdem die erste Ebene der Blöcke gelegt wurde, arbeiteten wir an der Konstruktion des Turms. Dabei wurde im Bereich der ersten

Blockschicht Schnee gestapelt, der Schnee abgeflacht und die Ziegel so platziert, dass sich eine Spirale bildete. Die Spiralform des Turms erleichterte den Transport der Blöcke zu den höheren Ebenen des Turms. Die Wand, die wir neben dem spiralförmigen Weg zur Spitze des Turms verlegten, hat die Dicke eines Blockes, im Gegensatz zu der eigentlichen Wand, die zwei Blöcke dick ist.



Stadttor und Turm, am Abend mit Illumination



Alaa Lebbah ist glücklich über das Endergebnis.

Alumni: Berufseinstieg & Karriere

Drei Beispiele



Berufseinstieg Kinderärztin: Tätigkeit in einer Gemeinschaftspraxis

Stefanie Augenschein arbeitet in einer kinder- und jugendärztlichen Gemeinschaftspraxis in Oberbayern. Ihr ist es ein Herzensanliegen, die Gesundheit von Kindern zu fördern. Die Entwicklungsdiagnostik ist einer ihrer Schwerpunkte.



Dr. med. Stefanie Augenschein

Alumna | Fachärztin der Kinder- und Jugendheilkunde

Welche „Bildungsstationen“ haben Sie nach Ihrer Zeit als Stipendiatin durchlaufen?

Nach Abschluss meines Studiums der Humanmedizin an der Universität Regensburg im Dezember 2013 begann ich meine Assistenzarztzeit an der Kinderklinik Dritter Orden in Passau. Dort durchlief ich im Rahmen meiner Facharztausbildung die verschiedenen Stationen der Klinik, inkl. der Notaufnahme. Nebenbei konnte ich erfolgreich meine Doktorarbeit an der Uniklinik Regensburg vollenden. Außerdem absolvierte ich meine für den Facharzt vorgeschriebene Zeit auf der Intensivstation. Ab Herbst 2017 war ich als Weiterbildungsassistentin für ein Jahr in einer Kinderarztpraxis in meinem Heimatort tätig, bevor ich für den Abschluss meiner Facharztzeit für ein weiteres Jahr an die Kinderklinik Passau zurückkehrte.

Welcher Tätigkeit gehen Sie heute nach und was sind dabei Ihre Aufgaben?

Seit Herbst 2019 bin ich nun als fachärztliche Sicherstellungsassistentin einer kinder- und jugendärztlichen Gemeinschaftspraxis in Altötting angestellt, wo ich die gesamte Bandbreite der ambulanten Pädiatrie genießen kann, von Impfungen über die Behandlung akuter Erkältungskrankheiten bis hin zu den Vorsorgen. Als Besonderheit werden in dieser Praxis auch entwicklungsdiagnostische Tests (z.B. IQ-Test) durchgeführt, worin ich nun ebenfalls Erfahrungen sammeln kann. Darüber hinaus bin ich derzeit auch in der Mutter-Vater-Kind-Kurklinik am Chiemsee angestellt, wo ich die Aufnahme- und Zwischenuntersuchungen mit den Familien durchführe und die individuellen Therapiepläne für den Kuraufenthalt erstelle.

Was motiviert Sie an Ihrer aktuellen beruflichen Tätigkeit?

Mich begeistert an der Pädiatrie die Vielseitigkeit des Faches und ich genieße jeden Tag die Arbeit mit den Patienten jeder Altersstufe, vom Neugeborenen bis hin zum Teenager. Es ist faszinierend zu sehen, wie die Kinder heranwachsen und sich auf die unterschiedlichste Art und Weise entwickeln und ich freue mich, sie auf diesem Weg ein Stück weit als ihre betreuende Kinderärztin begleiten zu können. Es ist ein tolles Gefühl, wenn die Kinder gerne zu einem in die Praxis kommen, weil sie Vertrauen gefasst und die Erfahrung gemacht haben, dass sie vor der Untersuchung oder der Impfung keine Angst zu haben brauchen und deshalb bin ich motiviert, jeden Tag aufs Neue meine Methode des möglichst „stressfreien“ Arztbesuches für die Kinder zu optimieren. Ich bin zudem froh, durch meine tägliche Arbeit in der Kinderarztpraxis einen positiven Beitrag für unsere Zukunft leisten zu können, nämlich in die Gesundheit unserer Kinder zu investieren.

Was sind Ihre weiteren beruflichen Ziele?

Nach erfolgreichem Abschluss meiner Facharztprüfung möchte ich nun vornehmlich meine Kompetenzen in der ambulanten Versorgung der Kinder- und Jugendmedizin ausbauen und vom Erfahrungsschatz meiner routinierten PraxiskollegInnen lernen. Besonders in der Naturheilkunde würde ich mich gerne intensiver fortbilden, um mit dieser Ergänzung zur klassischen Schulmedizin meine kleinen Patienten noch besser versorgen und behandeln zu können. Hierbei ist mir meine derzeitige Tätigkeit in der Kurklinik behilflich, wo u.a. auch viel mit Homöopathie, naturheilkundlichen Wickeln und dem Kneipp-Verfahren gearbeitet wird. Ab April werde ich zudem an der Überarbeitung der MFED (Münchner funktionellen Entwicklungsdiagnostik – ein standardisiertes Verfahren zur Überprüfung der Entwicklung von Kindern im Alter von 0-4 Jahren) im Rahmen eines Studienprojekts teilnehmen.

Berufseinstieg Mathematik: Von der Wissenschaft in die Industrie

Raphael Hohmann arbeitet als Entwickler in der Automobilbranche. Ihm gefällt besonders die analytische Denkweise für ein praktisches Umfeld nutzbar zu machen.



Dr. Raphael Hohmann

Alumnus & Mentor |
Mathematiker & Entwickler bei
einer Softwareentwicklungsfirma
im Automobilbereich

Wie gestaltete sich Ihr Berufseinstieg nach der Dissertation, wie haben Sie Ihre jetzige Tätigkeit gefunden und was sind dabei Ihre Aufgaben?

Gegen Ende meiner Arbeit an der Dissertation hatte ich mich auf ein gutes Duzend Stellen als Softwareentwickler beworben und habe im April 2020 eine Stelle bei der Vector Informatik GmbH in Stuttgart angenommen. Das Unternehmen ist hauptsächlich für seine Tools für die Steuergeräte-Entwicklung im Automobilbereich bekannt.

Bei der Suche nach einer geeigneten Anstellung habe ich die gängigen Jobportale wie Indeed oder Stepstone sowie die Karrierenetzwerke Xing und LinkedIn als Startpunkt gewählt. Daraus haben sich einige Bewerbungsgespräche ergeben, mein aktueller Arbeitgeber wurde mir jedoch schließlich von jemandem aus meinem persönlichen Umfeld empfohlen, der in seinem Arbeitsalltag die dort entwickelte Software einsetzt. Dadurch konnte ich im Vorfeld etwas über die Werte und Produkte des Unternehmens erfahren und mich so relativ gut auf das Bewerbungsgespräch vorbereiten. In meiner Abteilung dreht sich alles um Themen aus der Kfz-Diagnose. Unser wichtigstes Produkt ist eine Software, mit der Kraftfahrzeughersteller die Diagnosefunktionalitäten ihrer Steuergeräte spezifizieren können. Damit legen sie etwa fest, welche Informationen die MechanikerInnen in der Autowerkstatt auslesen können, wenn sie ein Diagnosegerät an ein Kraftfahrzeug anschließen, um eine Störung zu beheben. Meine Hauptaufgabe besteht dabei darin, ein in die Jahre gekommenes Datenkonvertierungsmodul von Grund auf neu zu implementieren. Diese Arbeit bereitet mir viel Freude, da ich einerseits zu großen Teilen selbstständig arbeiten und mich tiefgehend mit der Software beschäftigen kann, andererseits aber auch ins Tagesgeschehen der Abteilung eingebunden bin.

Welche Erfahrungen haben Sie bezüglich des Berufseinstiegs und des Übergangs vom Wissenschaftsbetrieb in die Industrie gemacht?

Meine Beobachtung ist, dass ein Großteil der Promovenden auf dem Weg von der Wissenschaft in die Industrie bereit sein muss, die mit der Promotion eingeschlagene Richtung wieder zu verlassen.

Wie gestaltete sich Ihr Berufseinstieg nach der Dissertation, wie haben Sie Ihre jetzige Tätigkeit gefunden und was sind dabei Ihre Aufgaben?

Ich persönlich konnte mir lange nicht vorstellen, nach der Promotion nicht als Mathematiker zu arbeiten, bis ich erkannt habe, dass mir nicht nur die Mathematik an sich, sondern die typische analytische Denkweise, die man dafür benötigt, gefällt. Beim Schreiben der Bewerbungen stand für mich daher die Frage im Mittelpunkt, welchen Beitrag ich mit diesen doch eher abstrakten Fähigkeiten bei meinem potentiellen neuen Arbeitgeber leisten kann. Wenn ich beim Schreiben dann jedoch das Gefühl hatte, ich müsste mich verbiegen, um diese Frage aus Arbeitgebersicht zufriedenstellend zu beantworten, habe ich die entsprechende Bewerbung nicht weiter verfolgt. Nach den ersten beiden Bewerbungsgesprächen, die vermutlich aufgrund meiner fehlenden Erfahrung nicht wirklich gut gelaufen sind, konnte ich meine eigenen Wünsche und Ansprüche an die Stelle immer besser vertreten und die Bewerbungsgespräche wirklich als solches – und nicht als einseitiges Verhör – wahrnehmen. Was ich bezüglich der konkreten Stelle, die ich dann tatsächlich angenommen habe, interessant finde ist, dass meine Vorgesetzten von einer Einarbeitungszeit von zwei Jahren für neue Kollegen ausgehen. Diese Aussage hat mir geholfen, die Fehler, die mir unterlaufen, im richtigen Licht zu sehen und nicht zu hart mit mir selbst zu sein.

Welche Aussage würde Ihren Berufseinstieg am besten beschreiben?

Ich würde sagen, dass die Corona-Pandemie gerade für Berufseinsteiger eine sehr unkonventionelle Herausforderung darstellt, an die man sich sicher noch lange erinnern wird. Als ich meine Anstellung in der Hochphase der Kontaktbeschränkungen im April 2020 aus dem Home-Office heraus angetreten bin, konnte ich meine Kolleginnen und Kollegen nur rein virtuell kennenlernen. Diese haben sich sehr viel Mühe gegeben, mich trotz der ungewohnten Situation gut einzuarbeiten, aber natürlich gestaltet sich das durch die wegfallenden kurzen Kommunikationswege und fehlende spontane Flurkontakte schwieriger. Mittlerweile kann ich jedoch etwas öfter im Unternehmen sein und einzelne Kollegen nach und nach persönlich kennenlernen. Den Umständen entsprechend bin ich sehr froh und dankbar, dass mein Berufseinstieg trotz der Pandemie so gut funktioniert hat, und dass mir bewusst ist, dass andere Absolventen mit weitaus größeren Schwierigkeiten zu kämpfen hatten und haben.

Berufseinstieg Polizei: Kommissarin im Landeskriminalamt

Helen Jahn arbeitet beim polizeilichen Staatsschutz des Landeskriminalamtes Brandenburg. Die Terrorismusbekämpfung und Gefährdungsbewertung sind seit 2015 ein wesentlicher Teil ihrer Arbeit.



Helen Jahn

Alumna | Kriminalkommissarin im LKA Brandenburg, Bereich Staatsschutz / Terrorismusbekämpfung

Wie ging es für Sie nach Ihrem Studium weiter?

Ich habe im Dezember 2012 meinen Master in Archäologie mit Schwerpunkt Ägyptologie und Nebenfach romanische Sprachen an der Humboldt-Universität zu Berlin absolviert. Anfang 2013 bin ich bei Hays im Bereich des Recruitings eingestiegen. Nach einem Jahr bin ich dann ins Projektmanagement gewechselt. Primär war ich dabei für die Verhandlung der juristischen und kaufmännischen Konditionen verantwortlich. Zum April 2015 habe ich bei der Polizei Brandenburg als Polizeikommissaranwärterin angefangen.

Was sind Ihre Aufgaben als Kriminalkommissarin?

Der Schwerpunkt meiner Tätigkeit liegt im Sammeln, Erfassen, Auswerten und Analysieren von Daten und Informationen sowie dem Schreiben von Gefährdungsbewertungen. Als Beamtin im Landeskriminalamt nehme ich zudem die Schnittstellenfunktion zu anderen Bundesländern und dem Bundeskriminalamt (BKA) wahr und arbeite in einem inspirierenden Umfeld mit zahlreichen Absolventen des Studienganges Kriminalistik zusammen. Darüber hinaus nehme ich mehrmals im Jahr an Bund Länder-Besprechungen teil, wo mögliche Gefahren für die Sicherheit Deutschlands frühzeitig erkannt werden sollen und Arbeitsweisen diskutiert werden.

Wie kam es zu dem Wechsel zur Polizei, was hat Sie zu diesem Schritt bewogen?

Nach meinem Master wollte ich meinen Berufseinstieg in einen internationalen Konzern mit unbefristetem Arbeitsvertrag gestalten. Voraussetzung hierfür war es, wie bei den meisten Beratungsfirmen, dass ein Master, Diplom oder höherwertiger Abschluss vorliegt. Die Fachrichtung ist dabei eher irrelevant. So arbeitete ich in einem Team mit Wirtschaftswissenschaftlern, Diplomübersetzern und MBA Absolventen (*MBA steht für "Master of Business Administration"*). Jedoch kristallisierte sich für mich im Verlauf der beiden Jahre heraus, dass ich langfristig einen Beruf möchte, wo man Kopf und Hände benutzt. Zudem wollte ich einer Tätigkeit nachgehen, die für mich mehr noch mit einem weitreichenderen Sinn behaftet und abwechslungsreicher ist.

Archäologie und Kriminalistik weisen einige Parallelen auf. In beiden Bereichen versucht man aus den gegenwärtig vorliegenden Informationen ein Bild dessen, was war (bzw. in der Kriminalistik ebenso, was sein könnte) zu rekonstruieren. Meine ursprüngliche Motivation, Dingen auf den Grund zu gehen, Hintergründe zu erforschen und Fakten ans Tageslicht zu bringen, sind damit bis heute erhalten geblieben. Mein Studienabschluss war ein wesentlicher Faktor dafür, dass ich unmittelbar in dem Staatsschutz gehen konnte.

Was ist Ihnen an Ihrer aktuellen beruflichen Tätigkeit wichtig, was motiviert Sie?

Von großer Bedeutung für mich ist das Wissen, mit meiner Arbeit einen Beitrag zur inneren Sicherheit des (Bundes-)Landes zu leisten und eine Sinnhaftigkeit in meinem Berufsalltag zu sehen. Sowohl wichtig als auch motivierend sind das sehr angenehme Klima zwischen den Kollegen, die Wertschätzung meiner Arbeit durch Vorgesetzte sowie die großen Freiräume zur eigenen Gestaltung des täglichen Dienstes. Ebenso wichtig wie die Freude an der beruflichen Tätigkeit ist für mich jedoch auch der Aspekt, dass ich ausreichend Zeit für die Pflege privater Kontakte und die Wahrung meiner Hobbys habe.

Welche weiteren beruflichen Ziele haben Sie?

Ich möchte mich beruflich weiterentwickeln, zusätzliche Aufgaben und mehr Verantwortung übernehmen. Allerdings habe ich für mich noch nicht final die Entscheidung getroffen, ob ich lieber die Fach- oder Führungslaufbahn einschlagen möchte. Denkbar und reizbar ist für mich auch eine Tätigkeit im Innenministerium Brandenburg. Auch würde ich sehr gerne erneut temporär im Ausland arbeiten, wie es während meines Bachelor- und Masterstudiums des Öfteren der Fall war. Für Polizisten gibt es ein breites Spektrum an Möglichkeiten der Auslandsverwendung.

Welche Aussage würde Ihre bisherigen Berufserfahrungen am besten beschreiben?

Meine bisherigen beruflichen Erfahrungen haben mir gezeigt, dass zu einem erfüllten Leben sowohl berufliche als auch private Zufriedenheit gehören, entsprechend der Aussage, die ich einmal gelesen habe: „Mein Ziel ist es, ein Leben aufzubauen, von dem ich keinen Urlaub brauche.“ Zudem hat mir meine Berufserfahrung gezeigt, dass es oft eine diplomatische Herausforderung ist, den Erwartungen der Kollegen sowie den eigenen Vorstellungen zugleich gerecht zu werden und dass hierbei eine ruhige, sachliche Kommunikation oft zielführend ist.

Institutionen & Zusammenarbeit

Gemeinsam mehr erreichen



„Als Kooperationspartner schätze ich an der Dr. Arthur Pfungst-Stiftung besonders die partnerschaftliche und verbindliche Zusammenarbeit. [...] Dadurch entstand schnell eine Vertrauensbasis – die Grundlage dafür, erfolgreich gemeinsam zu denken und zu handeln.“

Dr. Kenan Önen
Geschäftsführer Peter Fuld Stiftung



Von dem gemeinsamen Angebot der ideellen Förderung profitieren StipendiatInnen beider Stiftungen.

Marie Pfungst-Heim: Im Gespräch mit einer langjährigen Bewohnerin

Das Marie Pfungst-Heim in Bad Homburg ist seit 1952 eine unselbstständige Stiftung innerhalb der Dr. Arthur Pfungst-Stiftung. Marie Pfungst, die Schwester von Arthur Pfungst, bestimmte in ihrem Testament, dass ihr Wochenendhaus in Bad Homburg unbescholtenen Damen, die nach langer Berufstätigkeit nur geringe finanzielle Mittel zur Verfügung haben, als Wohnheim zur Verfügung gestellt werden sollte, damit diese einen von Sorgen freien Lebensabend genießen können. Das Haus bietet elf moderne Appartements zu günstigen Mietkonditionen und nimmt Seniorinnen aus Bad Homburg und Frankfurt auf. Im November 2020 haben wir ein Interview mit der 88-jährigen Erika Freimuth geführt, die seit vielen Jahren im Marie Pfungst-Heim wohnt.

Frau Freimuth, Sie leben seit 14 Jahren im Marie Pfungst-Heim. Wie sind Sie hier hergekommen?

Ich hatte gehört, dass bei der Aufnahme durch die Stiftung auch besondere Schicksale berücksichtigt werden. Ich war bereits verwitwet und nachdem mich ein weiterer Todesfalls getroffen hatte, der Suizid meines zweiten Sohnes, wollte ich nun endgültig aus der großen Familienwohnung ausziehen, weil mich dort alles an ihn erinnerte. Ich hatte eine Bekannte, die schon im Marie Pfungst Heim wohnte, Frau Schmidt, und diese hat mich, als ich nach einer Kur gerade wieder nach Bad Homburg gekommen war, gleich benachrichtigt, dass eine sehr schöne Wohnung mit Balkon gerade frei geworden sei.

Ich habe noch am selben Tag mit Frau Wolf, der damaligen Geschäftsführerin der Dr. Arthur Pfungst-Stiftung, telefoniert und sie hat mich gleich am nächsten Tag ins Marie Pfungst Heim eingeladen und wir haben uns im Gemeinschaftsraum des Hauses getroffen. Nach drei oder vier Sätzen hat sie mir schon den Schlüssel rübergeschoben und ich durfte mir dann gleich noch einen Teppich für meine neue Wohnung aussuchen. Ich stand damals noch unter Schock, weil ich gerade meinen Sohn verloren hatte. Vielleicht hat das Frau Wolf auch bewogen, mich so schnell anzunehmen, das halte ich für möglich. Seit 2007 lebe ich jetzt im Haus und bin überaus dankbar eine so schöne Wohnung bewohnen zu dürfen.



Erika Freimuth in ihrer Wohnung im Marie Pfungst-Heim

Was haben Sie beruflich gemacht?

Ich bin ausgebildete Herren- und Damenschneiderin und habe 23 Jahre meines Berufslebens mit meinem Vater zusammen ein Schneideratelier in Bad Homburg geführt und drei Kinder großgezogen. Das Gymnasium konnte ich kriegsbedingt leider nur zwei Jahre besuchen.

Geboren bin ich Karlsbad im böhmischen Bäderdreieck, dort hatte mein Vater bereits ein Atelier. Nach dem Krieg mussten wir die Heimat verlassen, denn wir Deutschen wurden aus diesem Gebiet vertrieben. Wir kamen zunächst in ein Dorf nach Oberhessen, aber mein Vater wollte wieder in seinem Beruf arbeiten und dafür in eine Stadt ziehen. Durch einen befreundeten Arzt haben wir eine Wohnung in Bad Homburg vermittelt bekommen.

Das Atelier lag im heute denkmalgeschützten sogenannten Jacobi-Haus in der Dorotheenstraße in Homburg. Mein Vater hatte ganz, ganz tolle Kunden hier, damals gab es einen Kundenkreis, der auf Maßarbeit großen Wert legte. Wir hatten etwa den Graf Obersdorf und den Graf von Kageneck und das waren Jäger in Skandinavien. Mein Vater hatte sich auf Jagdanzüge spezialisiert und die Jagdanzüge waren für diese Leute wie ein Ritual. Es mussten zum Beispiel genau 23 Taschen dran sein. Das Atelier gab es bis 1973.

„In diesem Haus leben einige Frauen, die ein besonders hartes Schicksal hatten, auch zum Teil noch durch den Krieg bedingt. [...] Mit einigen Bewohnerinnen pflege ich eine schöne Gemeinschaft. Alle zwei Wochen Montags spielen wir im Gemeinschaftsraum zu viert Karten. Dann sitze ich immer gegenüber dem Bildnis von Marie Pfungst und freue mich, hier sein zu können.“

Erika Freimuth

Was ist für Sie das Besondere am Marie Pfungst-Heim?

Da muss ich mich sehr bemühen, mich kurz zu fassen: Ich bin rundherum so zufrieden, alldieweil ich ja überhaupt nicht verwöhnt war! Ideal! Ich kam da rein und sah, dass es zwei Balkone gibt, ich dachte, ich träume! Ich hatte zuvor eine Vier-Zimmer-Wohnung, die mir viel zu groß geworden war. Ich konnte mich in Ruhe einrichten und meine Sachen alle sortieren, und meine beiden Brüder und meine Tochter haben mir geholfen. Die Umstellung ist mir ganz, ganz leicht gefallen. Das war wie ein schöner Traum für mich. An dieser Einstellung habe

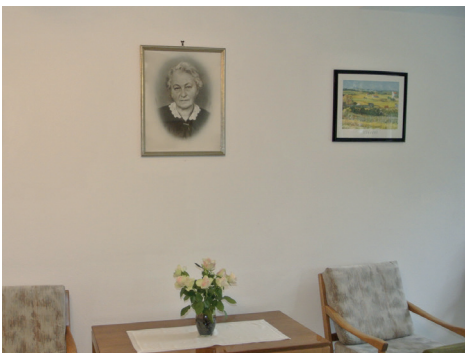


Bild von Marie Pfungst im Gemeinschaftsraum des Hauses.
Eine andere Bewohnerin stellt regelmäßig weiße Rosen auf.

ich bisher nichts eingeübt. Nur das Zwischenmenschliche kann manchmal etwas schwierig sein.

In diesem Haus leben einige Frauen, die ein besonders hartes Schicksal hatten, auch zum Teil noch durch den Krieg bedingt. Dieser ist zwar schon 75 Jahre vorbei, aber wirft immer noch seine Schatten und hat die Lebensentwürfe der Menschen ganz schön durcheinander gewürfelt. Mit einigen Bewohnerinnen pflege ich eine schöne Gemeinschaft. Alle zwei Wochen Montags spielen wir im Gemeinschaftsraum zu viert Karten. Dann sitze ich immer gegenüber dem Bildnis von Marie Pfungst und freue mich, hier sein zu können.

Wie erleben Sie die aktuelle Situation in dieser Zeit der Pandemie?

Die Lage dieses Hauses und meiner Wohnung ist ideal am Rand des Kurparks von Bad Homburg und seit dem Lockdown im Frühjahr bin ich dreimal am Tag mit meinen Stöcken raus zum Spazieren. Auf körperliche Betätigung hat schon mein Vater großen Wert gelegt als Ausgleich zur sitzenden Tätigkeit und das habe ich mir angewöhnt. Das ist mir jetzt während der Pandemie nun zugutegekommen.

Meine Enkel haben mich hier auch besucht und wir sind gemeinsam im Park spazieren gegangen. Da habe ich mich schon in einer ausgesprochen privilegierten Situation gefühlt. In der Wohnung hatte ich nur einmal Besuch, ich spiele sehr gerne und ich habe eine Freundin eingeladen auf meinen Balkon und dort wir haben gemeinsam Karten gespielt.

Ich habe mich bisher nicht abgeschieden gefühlt, obwohl ich schon weniger Kontakte als zuvor hatte. Donnerstags mache ich zum Beispiel regelmäßig Seniorengymnastik beim Roten Kreuz. Die Trainerin hat die Treffen nun umgewandelt in „Telefongymnastik“. Das sieht so aus, dass ich hier am Tisch sitze und rufe sie an und stelle das Telefon auf laut. Sie spult dann ihr Programm ab und ich kann hier alles machen: Übungen für den Rücken, dann sollen wir die Tischplatte drücken von unten und von oben, alles muskelstärkende Übungen, das geht wunderbar! In so einer Notsituation entstehen auch unglaubliche Möglichkeiten, neue Ideen, Menschen strengen sich an in eine andere Richtung zu denken.



Das Schülercafé des Christlichen Vereins Junger Menschen (CVJM) ist für Schülerinnen und Schüler der Integrierten Gesamtschule Herder in Frankfurt am Main eine wichtige Anlaufstelle. Dort verbringen Sie ihre Mittagspause und kommen miteinander ins Gespräch. Jugendreferent Joachim Muth stellt das Café VIVA näher vor und greift dabei auch die aktuelle Corona Pandemie auf, die ihn und sein Team vor besonderen Herausforderungen stellt. Die Dr. Arthur Pfungst-Stiftung unterstützt die Jugendarbeit mit der Bereitstellung von Räumlichkeiten, Sachmitteln und Spenden.

Angebote für Schülerinnen und Schüler

Im Jahr 1994 eröffnete der CVJM Frankfurt e.V. in Kooperation mit der IGS Herder (Integrierte Gesamtschule-Kulturschule-Ganztagsschule) das Café VIVA in Räumlichkeiten, die uns die Dr. Arthur Pfungst-Stiftung zur Verfügung stellt. In diesem verbringen SchülerInnen ihre Pausen und haben einen Ort für Gemeinschaft untereinander und Entwicklung ihrer Persönlichkeiten. Im Laufe der Jahre wurden verschiedene Angebote entwickelt, wie zum Beispiel Dartspielen, Tischkickerspielen oder Gesellschaftsspiele, welche bei den SchülerInnen sehr beliebt sind. Ebenso bietet der CVJM im Rahmen der außerschulischen Bildung wöchentlich ein Ganztagesangebot (GTA) für die Sechstklässler an. In diesem begegnen die Mitarbeitenden den Kindern in ihrer Lebenswelt, vermitteln anhand von erlebnispädagogischen Elementen Werte und fördern sie in ihrer Persönlichkeit.

Joachim Muth
Jugendreferent Café VIVA



Ein zweites GTA richtet sich an die Jahrgänge neun und zehn. Diese können sich in der sogenannten VIVA-Crew engagieren. Hier dürfen die SchülerInnen hinter der Theke mitwirken, das Essen vorbereiten und Getränke verkaufen. Darüber hinaus werden sie in regelmäßigen Crew-Treffen gefördert und können ihre Ideen mit einbringen. So identifizieren sie sich mit dem Café VIVA und bestimmen selbst, was dort passiert.

Die Gespräche mit den SchülerInnen sind ein wichtiger Teil der Arbeit im VIVA. Es ist das Anliegen des CVJM, die Kinder und Jugendlichen in ihrer persönlichen Entwicklung und als heranwachsende Persönlichkeiten zu begleiten und ihnen mit Wertschätzung zu begegnen. Deshalb begleiten wir sie in ihrer Lebenswelt, begegnen ihnen authentisch und vorurteilslos, unterstützen sie in ihren Talenten und Fähigkeiten und stellen uns gemeinsam ihren Fragen und Zweifeln.

Jugendarbeit unter Corona-Bedingungen

Aufgrund der aktuellen Situation stehen auch wir vor besonderen Herausforderungen. Das Café VIVA wurde im Sommer 2019 renoviert, um den Kindern- und Jugendlichen einen Ort zu bieten, der ihnen die Wertschätzung geben kann, welche sie verdienen. Hierbei wurde besonders auch die hohe Anzahl der BesucherInnen berücksichtigt (40-60 SchülerInnen pro Tag), indem die Räume komplett neu durchdacht und umgestaltet wurden. Durch die Corona-Pandemie können aufgrund der Auflagen jedoch nur noch neun SchülerInnen das Café VIVA mit Anmeldung besuchen. Vor Anfang der Pandemie war es für alle Schüler*innen der Jahrgänge neun und zehn möglich, ihre Mittagspause im VIVA ohne Anmeldung zu verbringen und sich dort Sandwiches und Getränke zu kaufen. Die Hygienemaßnahmen ermöglichen es momentan nicht, Sandwiches in der Küche zuzubereiten, sodass nur noch Getränke verkauft werden können. Auch nachmittags wurde die Arbeit mit den jüngeren SchülerInnen eingegrenzt, sodass nun lediglich ein einzelner Jahrgang der Klassen fünf bis acht kommen kann, um die einzelnen Jahrgänge nicht zu durchmischen.

Trotz der Einschränkungen durch die Pandemie erleben die SchülerInnen das VIVA als einen wertvollen Rückzugsort. Der CVJM Frankfurt sieht in der Arbeit mit weniger SchülerInnen die Chance, wesentlich spezifischer den Bedürfnissen der Kinder und Jugendlichen gerecht werden zu können. Dabei sind wir sehr dankbar dafür, dass durch die Unterstützung der Stadt Frankfurt und der Dr. Arthur-Pfungst-Stiftung die Öffnung weiterhin möglich ist, sofern die pandemiebedingten Auflagen dies zulassen!

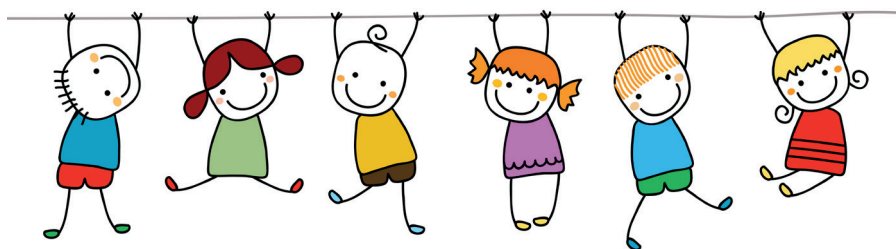
Das Café VIVA wurde 2019 mit großem Engagement und Hingabe durch viele helfende Hände renoviert. Wir würdigen die Arbeit der tatgräftigen UnterstützerInnen und zeigen einige Impressionen des Renovierungsergebnisses.



Kita-Fantasia: Kindliche Entwicklung fördern und unterstützen

Für die Dr. Arthur Pfungst-Stiftung ist es, neben der Unterstützung von Studierenden, ein wichtiges Anliegen, auch die kindliche Entwicklung zu fördern. Bildung kann nicht früh genug stattfinden. Vor diesem Hintergrund unterstützt die Stiftung bis heute die Kindertagesstätte Fantasia, die über Jahrzehnte Betriebskindergarten der früheren NAXOS-UNION war und heute von einer Elterninitiative geführt wird. Wir haben mit der ehemaligen Personalvorständin Petra Meyer gesprochen.

„Eine große Organisation im Background zu haben, die sich für uns und mit Herzblut für Bildung einsetzt, bedeutet uns sehr viel.“



Frau Meyer, was ist das Besondere an der Arbeit in der KITA Fantasia?

Die KITA Fantasia hat sich für die Teilöffnung entschieden, da wir möchten, dass die Kinder frei wählen können, was, mit wem und vor allem wo sie spielen möchten, d.h. die Kinder starten beim Morgenkreis in ihren Gruppen, können aber danach in Absprache mit den Erziehern zwischen den unterschiedlichen Funktionsräumen (Bauraum, Bastelraum, Musikraum, Puppenspielraum, Lese-raum etc.) wählen. Dies stärkt Selbstbewusstsein und bietet viele Erfahrungsmöglichkeiten.

Die Kita Fantasia e.V. ist zudem ein sehr naturverbundener Kindergarten. Die außerordentliche Lage direkt am Feldrand lädt zu Spaziergängen ein und den Kindern steht ein großer Garten mit Kletterturm, Rutsche, Schaukeln, Sandkasten, Spielhäusern, Nestschaukel und viel Freiraum zum Toben und Rennen zur Verfügung. Ganz neu ist die Wasserspiel- und Matschanlage sowie die Erweiterung des „Rädchenplatzes“, wo die Kinder nun mehr Platz zum Rad- und Rollerfahren haben. Durch die vielen Möglichkeiten lernen die Kinder sich und ihre Fähigkeiten besser kennen, lernen Gefahren einzuschätzen, erlangen Sicherheit beim Klettern, Springen oder Laufen und entwickeln damit ihre Motorik. Gemüsebeete und Naschgarten werden gemeinsam gepflegt und abgeerntet. So entstehen Kürbissuppen und Marmeladen. Oft wird der Ertrag auch direkt an Ort und Stelle verzehrt.

Weitere wichtige Grundlagen des Konzepts sind die musikalische und naturwissenschaftliche Bildung – die Kita ist als Haus der kleinen Forscher zertifiziert – sowie die Gesundheitserziehung. Der Vormittag ist daher zuckerfrei. Schnecken und Fische werden als Haustiere von den Kindern liebevoll umsorgt.

Was zeichnet die KITA Fantasia als Elterninitiative aus?

Die KITA Fantasia ist klein und familiär, was den Kindern ein geborgenes Umfeld und den Eltern ein Gemeinschaftsgefühl gibt. Ein Kindergarten als Elterninitiative bedeutet viel Eigenarbeit, aber auch viel Raum, eigene Ideen einzubringen, mitzugestalten, kreativ zu werden. Die überschaubare Größe schafft kurze und direkte Entscheidungswege.

Was bedeutet für Sie die Unterstützung und Zusammenarbeit mit der Dr. Arthur Pfungst-Stiftung?

Eine große Organisation im Background zu haben, die sich für uns und mit Herzblut für Bildung einsetzt.

Wir schätzen uns übergelukkig, dass wir das Gebäude und Grundstück der Dr. Arthur Pfungst-Stiftung nutzen dürfen. Die einzigartige Lage und der große Garten bieten viel Platz zum Wohlfühlen, Entdecken, Forschen und Spielen!

Die Kita Fantasia e.V. sitzt damit als Teil der kindlichen bzw. frühkindlichen Bildung mit im Boot der Dr. Arthur Pfungst-Stiftung.



Der Vorstand der Kita-Fantasia e.V.: Markus Bastian (Schatzmeister), Petra Meyer (Personalvorständin bis Sommer 2020) & Bernhard Scherer (1. Vorsitzender; v.l.n.r.)

Expertisekreis Alumniarbeit des Bundesverbandes Deutscher Stiftungen

Welche Werkzeuge sind im Stiftungsfundraising erfolgsversprechend? Welche Faktoren beeinflussen Fundraisingprozesse in Organisationen? Wie können Alumni in die Stiftungsarbeit eingebunden werden? Und warum ist Friendraising wichtiger als Fundraising? Dazu diskutierte der vom Bundesverband Deutscher Stiftungen initiierte Expertisekreis Alumniarbeit in Frankfurt am Main. Mitglieder des Expertisekreises sind mehrere Stiftungen, die unter anderem in der Alumniarbeit tätig sind und sich regelmäßig austauschen. Gastgebende Stiftung des letzten Treffens war die Dr. Arthur Pfungst-Stiftung.



Tagungsrückblick: Fundraising und Alumniarbeit

Inhaltlich stand die Tagung unter der Überschrift "Fundraising und Alumniarbeit". Das Thema wurde aus vier verschiedenen Blickwinkeln beleuchtet und vermittelte wichtige Impulse für eine Professionalisierung des Fundraisings unter Einbeziehung des jeweiligen Alumni-netzwerks der einzelnen Stiftungen.

In die "Grundlagen des Fundraisings" führte *Ronald Menzel-Nazarov* (rechts im Bild) ein, Leiter Fundraising & Kommunikation der START-Stiftung gGmbH. Fundraising bedürfe intensiver Beziehungs- und Bestandspflege und erledige sich nicht nebenbei. Um Erfolg im Fundraising zu haben, benötigten Organisationen vor allem wirkungsvolle Werkzeuge, eine starke Marke mit hohem Imagetransfer sowie eine langfristig tragende Strategie. Er berichtete über Methoden aus seiner 10-jährigen Praxis.



Oliver Rohn, Justiziar beim Bundesverband Deutscher Stiftungen (links im Bild), zeigte die Grenze zwischen Fundraising und Sponsoring auf. Anhand von zahlreichen Beispielen veranschaulichte er, wann man von einer Spende und wann von Sponsoring spricht und dass eine solche Unterscheidung nicht immer ganz einfach ist.

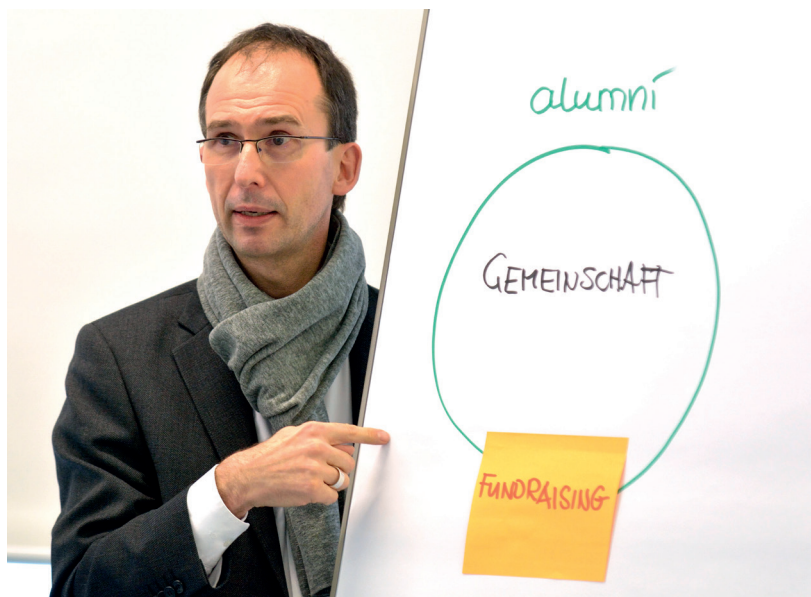




„Ich danke der Dr. Arthur Pfungst-Stiftung herzlich dafür, dass Sie uns in Hause willkommen heißen haben. Ich habe eine sehr gut vorbereitete und organisierte Veranstaltung erlebt. Hinzu kam eine außerordentlich offene Gesprächsatmosphäre. Besonders loben möchte ich die inhaltliche Fokussierung auf Fundraising und Alumni sowie die Beiträge der anderen Referenten.“

Markus F. Langer | Stiftung Universität Hildesheim, Leiter Friend- & Fundraising

„Bildung stiften!“ – Für ihre Fundraisingkampagne erhielt die Stiftung Universität Hildesheim 2018 den Deutschen Hochschulfundraisingpreis des Deutschen Hochschulverbandes (DHV). Markus F. Langer, Leiter Friend- & Fundraising der Stiftung Universität Hildesheim, stellte die Fundraisingstrategie der niedersächsischen Stiftungsuniversität Hildesheim vor und zeigte Beispiele erfolgreicher Netzwerkarbeit auf. Langer betonte, dass vor allem Vertrauen der zentrale Faktor für erfolgreiches Fundraising sei. Friendraising gehe vor Fundraising.



„Kann man Alumni über ein Engagement-Center besser binden und öffnet dies die Türen zu späteren Großspenden?“ Dazu referierte Ehrenfried Conta Gromberg, Geschäftsführer der Spendwerk GmbH. Er stellte vier Alumni-Strategien vor, unter anderem das Engagement-Center, durch das Alumni in die Stiftungsarbeit eingebunden werden können, zum Beispiel bei Kampagnen oder anderen öffentlichkeitswirksamen Aktivitäten. Dieses freiwillige Engagement schafft Bindung und Identifikation, auf das man später aufbauen kann.

„Herzlichen Dank an die Dr. Arthur Pfungst-Stiftung und den Bundesverband Deutscher Stiftungen für die Organisation und Ausrichtung des diesjährigen Expertise-kreis-Treffens. Es war ein inspirierender Tag in den hellen Räumen der Frankfurter Dr. Arthur Pfungst-Stiftung! Die Einblicke in Grundlagen und aktuelle Entwicklungen des Fundraising waren für alle hochinteressant und das Gespräch der StiftungsvertreterInnen untereinander wie immer eine Bereicherung.“

Christina de Graaf | Referentin Studienförderwerk Klaus Murmann



„Das Treffen war sehr anregend. Allen Referenten ein herzliches Dankeschön für die guten Impulse und den Kolleginnen und Kollegen aus den Stiftungen für den interessanten Austausch. Ich bin mit vielen guten Ideen abgereist. Und es war schön, dass wir bei der Dr. Arthur Pfungst-Stiftung zu Gast sein durften!“

Andreas Buschmann | Kölner Gymnasial- und Stiftungsfonds,
Leiter Bildungsförderung





Gemeinsam für mehr Chancengerechtigkeit: Zusammenarbeit mit der Stiftung Waisenhaus

Die Stiftung Waisenhaus in Frankfurt am Main engagiert sich seit ihrer Gründung im Jahr 1679 für Kinder und Jugendliche, die ohne Eltern aufwachsen oder deren Eltern nicht in der Lage sind, sie ausreichend zu fördern. Sie bietet ihren „Schützlingen“ Raum zur Entfaltung ihrer Persönlichkeit und setzt sich dafür ein, ihre Chancen in der Gesellschaft zu verbessern. Die persönliche, soziale und ökonomische Eigenständigkeit der Betroffenen zu stabilisieren, steht dabei im Vordergrund.

Nach teilweise langjähriger Förderung der Kinder und Jugendlichen durch die Stiftung Waisenhaus, verlassen diese optimalerweise mit abgeschlossener Schule und dem Eintritt ins Erwachsenenalter die stationären Wohngruppen.

Einige der jungen Erwachsenen nehmen ein Hochschulstudium auf. Aufgrund ihres familiären Hintergrundes und den fehlenden finanziellen Mitteln, gestaltet sich die Finanzierung eines Studiums im Einzelfall sehr schwierig und ist fast unmöglich zu bewältigen. Um diesen jungen begabten Menschen dennoch ein Hochschulstudium zu ermöglichen, unterstützt hier die Kooperation zwischen der Stiftung Waisenhaus und der Dr. Arthur Pfungst-Stiftung. Sofern die Fördervoraussetzungen der Dr. Arthur Pfungst-Stiftung für die Vergabe eines Stipendiums erfüllt sind, können diese Studierenden bis zum ersten erreichbaren Studienabschluss von der Dr. Arthur Pfungst-Stiftung gefördert werden.

Weitere Informationen zur Stiftung Waisenhaus finden Sie unter:
www.waisenhaus-frankfurt.org

Gesellschaft im Umbruch: Frankfurter Stiftungstag 2020

Unsere Gesellschaft erlebt starke Veränderungsprozesse. Wir sind Zeugen globaler Strömungen, die unser Alltagsleben beeinflussen und die Weltgemeinschaft prägen. Die Herausforderungen reichen unter anderem von der Digitalisierung über Migrationsbewegungen und Klimaschutz bis hin zur Covid19-Pandemie.

Wie können überwiegend lokal und regional arbeitende Stiftungen als gesellschaftliche Impulsgeber hierzu Beiträge liefern und Lösungen anbieten? Mit dieser Fragestellung beschäftigte sich der digitale Frankfurter Stiftungstag 2020.

Neben drei weiteren Themenblöcken analysierten in der Arbeitsgruppe zum Thema „Keine Gegensätze - Vielfalt und Zusammenhalt“ Pfarrer Dr. Michael Frase, Vorstand der Diakonie-Stiftung Frankfurt am Main und Leiter des Diakonischen Werks für Frankfurt und Offenbach (Fachbereich II), Michael Müller, Direktor der Stiftung Waisenhaus sowie Maximilian Graeve, Geschäftsführer der Dr. Arthur Pfungst-Stiftung, den Nutzen gesellschaftlicher Vielfalt und zeigten auf, wie Stiftungen zum sozialen Zusammenhalt beitragen können.

Im Anschluss an die Arbeitsgruppen folgte der Vortrag mit Diskussion zum Leitthema „Gesellschaft im Umbruch“ von Dr. Christoph Kucklick, Soziologe, Publizist und Leiter der Henri Nannen Schule. Oranisiert wurde die Veranstaltung von der Initiative Frankfurter Stiftungen. Die Moderation übernahm Friederike von Büнау, Geschäftsführerin der EKHN Stiftung, die eigenständige Kulturstiftung der Evangelischen Kirche in Hessen und Nassau.

Mehr zur Initiative Frankfurter Stiftungen finden Sie unter:
www.frankfurter-stiftungen.de

*„Nehmen Sie die Zukunft
ohne Nostalgie vorweg!
Stiftungen müssen Antreiber sein.“*

Dr. Christoph Kucklick

Bildung bewegt uns alle



Impressum

Herausgeber:

Dr. Arthur Pfungst-Stiftung
www.pfungst-stiftung.de

Redaktion:

Maximilian Graeve (V.i.S.d.P.), Nadine Zeidler

Texte und Gestaltung:

Nadine Zeidler

Mitarbeit:

Petra Matern

Bildnachweise:

Titelseite, Seite 6, 7, 9, 12, 14, 18, 21, 22, 25, 26, 29 (oben), 30, 31 (l. Bildreihe: zweites und drittes Bild von oben), 46 (r. oben, l. unten), 47, 53, 54, 57, 59: Dr. Arthur Pfungst-Stiftung/Gerd Scheffler; Seite 4: Kathrin Herold; Seite 8: EliElschi (Pixabay.com); Seite 10: StartupStockPhotos (Pixabay.com); Seite 14: garagestock (Shutterstock.com); Seite 13, 15, 16, 18, 19, 20, 23, 24, 28, 29 (Mitte & unten), 31 (l. Bildreihe oben & unten, r. Bildreihe oben, Mitte), 36, 38, 42, 43, 44, 45, 58: Privat; Seite 17: geralt (Pixabay.com); Seite 24: Stefanie Päßgen; Seite 27: Cherries (AdobeStock.com); Seite 31: Lexi Rogien (r. Bildreihe unten); Seite 40: Alaa Lebbah; Seite 41: (v.o.n.u. und l.n.r. in Reihenfolge des Projektverlaufs): Bild 1, 2: Sven Michels; Bild 3, 6, 7, 8, 10, 13: Maximilian Rönnebeck; Bild 4, 5: Elke Geiger; Bild 9, 11: Timur Tanpolat; Bild 12: Julia Gäckle; Seite 46 (l. oben), 50, 51: Joachim Muth; Seite 48, 49: Dr. Arthur Pfungst-Stiftung/Petra Matern; Seite 52: dip (AdobeStock.com), Kita-Fantasia e.V. (unten); Seite 55: Studienförderwerk Klaus Murmann/Die Hoffotografen (oben); Nola Bunke (unten); Seite 59 (Hintergrund): stokkete (AdobeStock.com)

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit schließt die männliche Form die weibliche Form im vorliegenden Text an einigen Stellen mit ein.

Werden Sie Stipendienpate/-in

Übernehmen Sie eine Patenschaft für eine(n) Studierende(n)



Die Dr. Arthur Pfungst-Stiftung fördert seit 1918 begabte und finanziell bedürftige Studierende, denen es ohne finanzielle Unterstützung nicht möglich wäre, ein ihrer Begabung entsprechendes Hochschulstudium zu absolvieren.

Mit einem Betrag von 300 Euro im Monat können Studierende erheblich von finanziellen Sorgen befreit werden und ihr Studium erfolgreich abschließen.

Helfen Sie uns fördern! Werden Sie Pate/-in

Sie übernehmen für eine Studierende/einen Studierenden oder mehrere Studierende(n) eine Förderung und unterstützen jeweils für mindestens ein Studienjahr (zwei Semester) mit:

- z.B. 150 Euro monatlich oder
- z.B. 300 Euro monatlich

Organisation & Abwicklung

Alle organisatorischen Aufwendungen tätigen wir für Sie, sodass Ihre Spende zu 100 % den Stipendiatinnen und Stipendiaten zugutekommt. Wir wählen unter Berücksichtigung unserer Förderkriterien eine(n) geeignete(n) Studierende(n) aus und machen Ihnen Vorschläge. Gerne versuchen wir, individuelle Wünsche zu berücksichtigen.

Investieren Sie in Bildung und in die Zukunft junger Menschen und unserer Gesellschaft!

Sie können die Studierenden bundesweit in allen Fachrichtungen im Bachelor-/Masterstudium sowie in Staatsexamensstudiengängen unterstützen. Ein persönlicher Austausch mit der/dem von Ihnen geförderten Stipendiatin/Stipendiaten ist möglich. Ihre Patenschaft können Sie bis zum Erreichen des Studienabschlusses der/des Studierenden jährlich verlängern.

Spenden an die Dr. Arthur Pfungst-Stiftung können Sie steuerlich geltend machen. Gerne stellen wir Ihnen eine Spendenbescheinigung aus.

Möchten auch Sie Stipendienpate/-in werden? Dann nehmen Sie Kontakt mit uns auf.

Ansprechpartner:

Maximilian Graeve (Geschäftsführer)

Tel.: 069 / 43 03 09

E-Mail: maximilian.graeve@pfungst-stiftung.de

Internet: www.pfungst-stiftung.de



Dr. Arthur Pfungst-Stiftung
Rechtsfähige Stiftung des bürgerlichen Rechts
Waldschmidtstraße 39
60316 Frankfurt am Main
Tel.: 069 / 43 03 09
Fax: 069 / 43 03 00
E-Mail: arthur@pfungst-stiftung.de
Website: www.pfungst-stiftung.de