

FICHTENBLATT

Minimal leben, maximal fühlen – Jugend zwischen Smartphone, Auslandsjahr und Umweltschutz

Selbstfindung,
Motivation,
Praktikum in der 10.



Reportage von
Leonie und Frishta, 9d

Motivation

Der Schlüssel zum Erfolg

„Du musst nicht spitze sein, um anzufangen, aber du musst anfangen, um spitze zu sein.“

„Später möchte ich einmal Astronaut werden.“

„Wenn ich groß bin, möchte ich Polizistin werden.“

Dein ganzes Leben lang setzt du dir Ziele. Der Antrieb für diese Ziele kann von vielen verschiedenen Seiten kommen: von dir selbst, von Freunden oder der Familie. Es kann zum Beispiel der Herzenswunsch deiner Oma sein, dass du dein Abitur machst oder der Traum von dir und deiner besten Freundin gemeinsam an einer Universität zu studieren. Um diese Ziele zu erreichen, gibt es viele verschiedene Wege: Fleiß, Disziplin, Leidenschaft, Pflichtgefühl und eben Motivation.

Motivation ist der Oberbegriff für alle verschiedenen Beweggründe oder Motive, die einen antreiben. Zu diesen Beweggründen gehören beispielsweise Lust, Geld, Anerkennung und Spaß. Es mag überraschend klingen, aber das Verhalten aller Menschen ist zielstrebig. Wir brauchen nur einen Anreiz und echtes Interesse.

Warum stehe ich morgens überhaupt auf? Diese Frage stellen wir uns zumindest jeden Montagmorgen. Tust du es um deine Freunde zu sehen? Oder freust du dich auf deine Lieblingsstunden? Motivation ist der Grund. Es ist klar, dass nicht alle Schüler*innen jedes Fach lieben und mit Begeisterung in jede Unterrichtsstunde gehen. Schließlich interessieren wir uns alle für unterschiedliche Dinge. Gerade in höheren Klassen, in denen selbstverantwortliches Lernen eine größere

Rolle spielt, ist die Lernmotivation ein entscheidender Faktor für den Lernerfolg. Dieser Auslöser ist der Grund Nr.1, warum Schüler*innen gute oder schlechte Noten schreiben. Wenn dich einmal der Ehrgeiz packt, ist die Motivation wie eine persönliche Droge, dich ständig verbessern zu wollen.

Allerdings kann man Motivation in zwei Kategorien unterteilen: die langfristige und die kurzfristige. Letztere hält nicht lange an. Die langfristige wirkt zwar erst nach einer Weile, ist dafür aber wirkungsvoller und nachhaltiger. Beide Arten sind wichtig, jedoch sollte die kurzfristige nur als „Retter in der Not“ genutzt werden. Dies lässt sich am Beispiel des Geldsparens gut erkennen. Wenn man beispielsweise 500 Euro spart und sich davon ein Handy kauft, ist der Effekt bzw. das Glücksgefühl sofort spürbar. Langfristig gesehen ist es jedoch enttäuschend, da das Ersparte bereits ausgegeben wurde und für etwas Größeres nun wieder länger gespart werden muss.

Sich selbst zu motivieren ist ein andauernder Prozess, der sich stetig weiterentwickelt. Wenn man die für sich individuell passenden Motivationsstrategien findet, gelingt es einem besser, seine Lebensziele zu verfolgen und dabei Freude zu empfinden. Fehler und Misserfolge gehören dazu. Wir lernen aus ihnen und wissen, wie wir es das nächste Mal besser machen können.



Motivation lässt sich trainieren. Mögliche Methoden und Tipps sind:

1. **Ändere deine Einstellung zu dir Selbst.**
Lerne, dich selbst zu akzeptieren und zu lieben, so wie du bist. Akzeptiere deine Schwächen, ohne sie zu bewerten. Denke optimistisch, dabei helfen positive Erinnerungen und Glaubenssätze, zum Beispiel: „Ich schaffe das. Ich habe meine Ziele im Blick und werde sie erreichen.“ Dazu sagt man auch „Selftalk“: Wie du mit dir selbst sprichst, spielt eine große Rolle und beeinflusst dich enorm. Es ist sehr wichtig zu wissen, dass du nicht deine Ergebnisse bist. Du bist nicht die schlechte Note, die du schreibst.
2. **Suche dein „Warum“.**
Das ist die Sache die dich am stärksten motiviert, das kann zum Beispiel dein Berufswunsch sein. Du solltest dir realistische Ziele setzen, um auch eine Chance zu haben, sie zu erreichen, ohne enttäuscht zu werden.
3. **Nutze Belohnungssysteme und kleine Erfolge.**
Ein Beispiel dafür kann sein, dass du ein Eis mit Freunden essen gehst.
4. **Teile deine Aufgaben die du dir vornimmst in Etappen ein.**
Erstelle dir dazu einen Lernplan und auf diese Weise Routinen, die dir Struktur im Alltag geben.
5. **Lege Pausen ein.**
Baue diese am besten direkt in deinen Lernplan ein.
6. **Wechsel deinen Lernplatz bzw. Lernort.**
Dies hilft sich besser zu konzentrieren.

7. **Reduziere dein Stresslevel.**
Reduziere dazu dein Tempo, setze Prioritäten, schlafe genug und mache ausreichend Sport.

8. **Nutze Lern-Apps.**

Diese Strategien können in Bezug auf die Schule sehr hilfreich sein. Aber auch im Alltag, bringen sie einen voran und helfen, bessere Leistungen zu vollziehen.

von Pamina Losen und Maria Brücker

Auslandsjahr mal anders!

Giraffen vor der Schule, surfen als Schulfach oder doch die typische High school Erfahrung, all das geht bei einem Auslandsjahr. Dabei kommen einem zu aller erst die typischen Länder wie die USA, Spanien, Frankreich, Australien, Neuseeland und vielleicht Kanada in den Kopf, aber woran niemand denkt sind außergewöhnliche Ziele wie afrikanische Länder wie Namibia, Ägypten oder Südafrika und asiatische Länder wie Japan, China, Sri Lanka oder sogar Bali.

Bei exotischeren Ländern könnte es schwieriger werden eine Organisation zu finden die einem finanziell hilft, da ein Auslandsjahr schnell sehr teuer werden kann. Deswegen haben wir hier ein paar Organisationen für euch rausgesucht.

Organisationen:	Für welche Länder:
Kulturwerke Deutschland	Finnland, Schweden, Norwegen, Australien, UK, USA, Kanada, ...
Stepin	Irland, England, Neuseeland, Australien, ...
AFS	Costa Rica, Argentinien, Brasilien, Ecuador, Griechenland, Hongkong, ...
Austauschjahr.de (zeigt dir viele Organisationen)	Südkorea, Japan, Vietnam, Thailand, Indien, China, Hongkong, ...

Falls euer Interesse an einem Auslandsjahr geweckt wurde, dann schaut euch doch gerne mal auf Auslandjahr.de an welche möglichen Ziele es gibt.

Wer sein Auslandsjahr selbst organisiert, kann schnell auf ein Problem stoßen: Für das

Visum braucht man eine Schulzusage und die Schule will oft ein Visum sehen. Ohne das eine bekommt man das andere nicht. Daher muss man vorab abklären, ob bei dem Visumsantrag auch eine Einladung der Schule vor Ort reicht.

Einem weiteren Problem begegnet man bei der Frage des Aufenthaltes, da minderjährige einen festen Wohnort brauchen. Lösungen für das Problem bieten Gastfamilien, Internate oder Freunde und Bekannte bei denen man für die Zeit wohnen kann.

Außerdem solltet ihr immer einen Notfallplan bereit haben, der euch hilft in Situationen wie Unzufriedenheit mit deiner Unterkunft oder deiner Schule. Der Notfallplan kann auch sinnvoll sein, wenn man einfach eine Ansprechperson braucht.

Die Frage ob man auf eine öffentliche oder private Schule gehen möchte, begegnet jedem der ein Auslandsjahr macht. Wir raten euch zu recherchieren, ob das Schulsystem des Landes gravierende Unterschiede aufweist zwischen privat und öffentlicher Schule und ob es sich tatsächlich lohnt auf eine Privatschule zu gehen, da sie mehr Geld in Anspruch nehmen.

Ein Auslandsjahr ist viel mehr als nur Unterricht im Ausland. Es ist ein Abenteuer, das den eigenen Horizont erweitert, Selbstständigkeit fördert und lebenslange Erinnerungen schafft.

Traut euch – die Welt wartet auf euch!

Grüner Teller- gesünder leben, nachhaltiger essen, Zukunft retten?

Inwiefern trägt eine vegetarische oder vegane Ernährung zur Bekämpfung von Umweltproblemen bei und welche gesundheitlichen Vor- bzw. Nachteile ergeben sich daraus?

Bist du vegetarisch oder vegan? Diese Frage begegnet uns oft, und die Antwort wird schnell verurteilt. Wenn man nicht vegetarisch oder vegan lebt, ist man ein Tiermörder und unethisch, doch ist man auf der anderen Seite nicht auch ein gesünderer Mensch?

Viele Menschen, auch Fleischessende, setzen sich für den Klimaschutz ein. Doch Fleisch ist eines der klimaschädlichsten Nahrungsmittel: Bei der Produktion von einem Kilo Rindfleisch werden 28 Kilo Treibhausgase verursacht. Pflanzliche Produkte schneiden hinsichtlich ihrer Klimabilanz besser ab. Bei der Produktion von Obst und Gemüse entstehen weniger als ein Kilo dieser klimaschädlichen Gase. Das spricht eher für eine vegetarische oder vegane Ernährung.

Die Welternährungsorganisation (FAO) hat bereits 2006 deutlich gemacht, dass die Tierwirtschaft und somit der Konsum tierischer Produkte zu den Hauptursachen der aktuellen Klima- und Umweltkrise gehören. Gründe dafür sind der Verlust von Böden bei der Tierwirtschaft und die Entstehung von Treibhausgasen bei der Herstellung der Produkte. Wie bereits erwähnt, ist der Verlust von Böden bei der Tierwirtschaft ein großes Problem, da die meisten Flächen, die für den Anbau von Nahrungsmitteln genutzt werden könnten, für Nutztiere und Weideland genutzt werden – insgesamt 83 Prozent. Diese Nutzung der Flächen ist extrem ineffizient. Es wäre viel ressourcenschonender, die angebauten Pflanzen direkt als Nahrungsmittel für Menschen zu nutzen anstelle von Tierfutter.

Aufgrund der vielen Argumente gegen den Konsum tierischer Produkte greifen viele Menschen auf Fleischersatzprodukte zurück, da diese nachhaltiger und klimafreundlicher sind. Zwar ist die Klimabilanz von Ersatzprodukten besser, doch zu berücksichtigen ist, dass diese Produkte gesundheitlich nicht vorteilhaft sind, beispielsweise aufgrund vieler Zusatzstoffe.

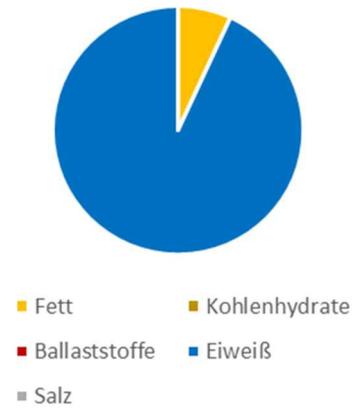
Auch die Welternährungsorganisation äußert sich dazu und stellt fest, dass Fleisch aus gesundheitlicher Sicht besser ist, da es keine Zusatzstoffe enthält und Vitamine liefert. Anhand der Nährwerttabelle kann man jedoch nicht erkennen, welche Zusatzstoffe Fleischersatzprodukte enthalten. Dafür muss man die Zutatenliste lesen (die unten dargestellten Kreisdiagramme stellen nur die Nährwerte dar und beinhalten keine Angaben zu Zusatzstoffen).

Zusammenfassend kann man niemandem vorschreiben, vegetarisch oder vegan zu sein, oder es sogar empfehlen. Ich denke, jeder muss für sich die Argumente abwägen und sich selbst hinterfragen, aus welcher Intuition heraus er beispielsweise Fleisch isst, und auch, in welchen Maßen.

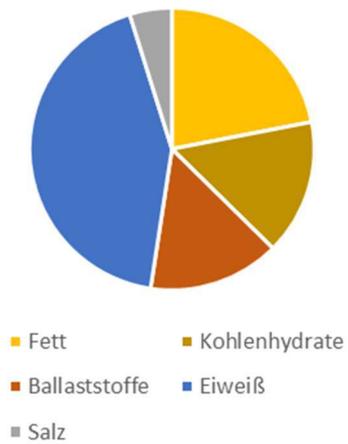
Veganes Geschnetzeltes



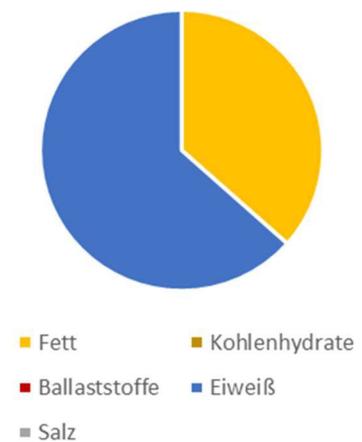
Hähnchengeschnetzeltes



Vegane Beef Strips



Rindfleisch



Sommeraktivitäten in Berlin

Stand up paddeln

Wenn die Sonne scheint und die Temperaturen steigen, zieht es viele Berliner*innen ans Wasser. Neben Schwimmen, Tretbootfahren und Kanufahren gibt es einen Sport, der in den letzten Jahren immer beliebter geworden ist – Stand Up Paddling, kurz SUP. Aber was genau ist das eigentlich? Und warum lohnt es sich, diesen Sport mal auszuprobieren – gerade für uns Schülerinnen?

Beim Stand Up Paddling steht man auf einem großen, stabilen Surfbrett – dem SUP-Board – und bewegt sich mit einem Stechpaddel fort. Das Ganze erinnert ein bisschen an Surfen, nur dass man dabei nicht auf die perfekte Welle wartet, sondern selbst bestimmt, wohin es geht. Dabei trainiert man Gleichgewicht, Kraft und Ausdauer – und hat gleichzeitig richtig viel Spaß auf dem Wasser!



Berlin ist die perfekte Stadt zum Stand Up Paddling. Mit der Spree, dem Wannsee, dem Tegeler See, dem Müggelsee und vielen kleinen Kanälen gibt es überall Möglichkeiten, aufs Board zu steigen. Und das Beste: Viele SUP-Verleihe bieten Schülerpreise an oder Rabatte für Gruppen. Ideal also für einen sportlichen Ausflug mit Freunden. Außerdem ist es sehr leicht zu lernen und wenn man schwimmen kann absolut ungefährlich.

Freiluftkino

Freiluftkino Friedrichshain, im Volkspark, Ernst-Zinna-Weg, 10249 Berlin

Ein lauer Sommerabend, ein guter Film und dazu frische Luft und Parkatmosphäre – das bietet das Freiluftkino Friedrichshain im Volkspark, direkt am Ernst-Zinna-Weg in Berlin. Von Mai bis September verwandelt sich dort eine große Wiese in einen stimmungsvollen Kinosaal unter freiem Himmel.

Das Filmprogramm ist abwechslungsreich: Es reicht von aktuellen Spielfilmen über preisgekrönte Produktionen bis hin zu Filmen in Originalsprache mit Untertiteln. Für Schüler*innen lohnt sich der Besuch besonders – mit Ermäßigung kostet der Eintritt nur etwa 7,50 €. Und: Eigene Getränke und Snacks dürfen mitgebracht werden, was den Abend besonders unkompliziert macht.



Es gibt verschiedene Sitzmöglichkeiten – von Holzbänken mit Lehne bis zu Plätzen auf der Wiese. Wer möchte, kann einfach eine Decke mitbringen und es sich bequem machen. Das Gelände ist barrierefrei und auch mit öffentlichen Verkehrsmitteln gut erreichbar.

Ob mit Freund*innen, der Familie oder der Klasse – ein Abend im Freiluftkino ist eine schöne Gelegenheit, gemeinsam draußen Kultur zu erleben. Wer im Sommer etwas Besonderes unternehmen möchte, ist hier genau richtig.

Eine Reportage von Anna und Maelle

Handy aus-Leben an!

Eine Woche ohne Handy-für viele erst einmal unvorstellbar. Selbst in der Schule nutzen 60% der Schüler*innen ihr Handy gegen Langeweile, davon 14% sogar mehr als zwei Stunden (Das Deutsche Schulportal, Stand 2022). Ist dies notwendig oder gibt es nicht mehr Alternativen als das Handy? Wir haben versucht uns in die Situation hineinzusetzen.

Morgens, der Handywecker klingelt, ich schalte den Flugmodus aus und sehe wie viele neue Benachrichtigungen ich über die Nacht bekommen habe, normalerweise würde ich jetzt noch mindestens 15 Minuten in meinem Bett liegen bleiben und mir diese ansehen und beantworten. Heute jedoch schalte ich es nach dem klingeln aus und lege es in den Schrank-die Woche ohne Handy geht los!

Auf dem Weg zur Schule nehme ich eigentlich jedes Mal den Bus, doch als ich heute bei meiner Bushaltestelle ankomme, sehe ich nur die Anzeige, auf welcher steht: „Auf Grund eines Polizeieinsatzes fällt diese Linie heute unbefristet aus.“ Zum Glück bin ich heute etwas zu früh losgegangen und habe es gerade noch rechtzeitig zu Fuß geschafft. Hätte ich mein Handy dabei gehabt, hätte ich meine Mama anrufen können, dann hätte sie mich mit dem Auto bringen können.

In der Schule wollte ich einige Male zu meinem Handy greifen aber habe dann immer eine andere Lösung wie zum Beispiel mit Leuten, mit denen ich normalerweise nicht so viel mache zu reden oder Basketball zu spielen.

Sobald ich Zuhause war wollte ich direkt an mein Handy um meine Nachrichten zu checken aber erinnerte mich an meine Challenge. Stattdessen fing ich nach Monaten an das Buch zu lesen welches meine Oma mir geschenkt hat und es hat erstaunlich viel Spaß gemacht. Auch nicht die ganze Zeit erreichbar zu sein tat mir ziemlich gut.

Im Laufe der Woche gab es immer wieder Momente, in denen ich an mein Handy gehen wollte, sei es aus Gewohnheit oder Langeweile. Immer wieder habe ich es aber hinbekommen und neue Dinge ausprobiert wie Spazieren gehen oder Tagebuch zu schreiben, Dinge auf die ich sonst niemals gekommen wäre.

In der Schule fühlte ich mich teilweise ein bisschen ausgeschlossen, da die meisten Mitschüler*innen am Handy waren. Dadurch merkte ich wie viel Zeit wir heutzutage sogar während der Schulzeit am Handy verbringen und wie gut es tut, das Telefon einfach mal wegzulegen.

Am Ende der Woche war ich überrascht, wie gut ich ohne Handy zurecht gekommen bin. Natürlich freue ich mich darauf, es wieder zu benutzen, aber ich habe gelernt, dass es nicht immer nötig ist, ständig online zu sein.

Manchmal ist es schön einfach mal im Moment zu leben.

Eine Reportage von Carlotta, Qadria, Sophie T.

Minimalismus in der Federtasche

Kennst du das auch? Drei Bleistifte, fünf Kugelschreiber und jede Menge Marker in der Federtasche - aber braucht man das wirklich? Dein Kleiderschrank platzt vor unnötigen Klamotten und du ziehst eigentlich gar nichts mehr davon an, aber kannst dich einfach nicht trennen. Minimalismus - ein Thema, das uns auch in der Schule begegnet, aber was ist das überhaupt? Welche Vorteile kann Minimalismus haben? Mit welchen Methoden kann man effektiv ausmisten?



Minimalismus ist die bewusste Beschränkung auf das Notwendigste, wobei der Fokus auf dem Maximieren von Sinn und Wert liegt. Es bedeutet, das Leben auf das Wesentliche zu reduzieren und sich von überflüssigem Besitz zu befreien. Diese Gegenstände werden dabei verschenkt, gespendet oder entsorgt.

Wusstet ihr, dass auch Lehrer und Lehrerinnen das Konzept des Minimalismus im Unterricht nutzen? Es geht nicht darum, auf Qualität oder pädagogische Prinzipien zu verzichten, sondern den Fokus bewusst auf das Essenzielle lenken und das Unnötige wegzulassen - um den Lernprozess zu vereinfachen und Ressourcen gezielt einzusetzen.

Aber noch interessanter ist, was die **Lehrer unserer Schule** über Minimalismus denken...

Herr Schönfeld: „Was ich von Minimalismus halte? „Meh... das wäre jetzt eine minimalistische Antwort.“

Frau Schwarz: „ Ich finde, dass Minimalismus ein sehr hilfreiches Mittel ist, in unserer wahnsinnig viellebigen oder schnellebigen Zeit einfach auch mal runterzufahren, zu sich zu finden und achtsamer zu leben. Ich finde es sehr wichtig, das auch mal auszuprobieren. Ich habe das auch schon ausgetestet und bin auch noch dabei. Work in Progress quasi.“

Aber was sind denn genau die **Vorteile** von Minimalismus?

Zunächst ist Minimalismus natürlich umweltfreundlich, denn man konsumiert weniger, wodurch man zusätzlich auch Geld sparen kann. Außerdem muss man mit weniger Besitztümern auch weniger aufräumen, organisieren oder ordnen, und man hat mehr Platz.

Andererseits hat Minimalismus auch einige **Nachteile**. So kann man sich von Sozial Media oder sich selbst unter Druck gesetzt fühlen, nur wenig zu besitzen. Außerdem kann eine Wohnung ohne Deko trostlos wirken, und es kann sehr zeitaufwendig sein, ständig auszusortieren. Das fordert mitunter viel Disziplin.

So wird man minimalistisch:

1. 1-Jahres Regel: alles was man innerhalb eines Jahr nicht benutzt hat, kommt weg
2. 20-20 Regel: Alles was in 20 Minuten für weniger als 20 Euro ersetzen kann, kommt weg.
3. Wenn man etwas kaufen möchte (ausgenommen Lebensmittel, etc.) wartet man eine Woche und erst wenn man es dann immer noch haben möchte, kauft man es.
4. Aussortieren: Fang in deiner Federtasche an. Brauche ich wirklich drei Bleistifte und zig Marker oder reicht auch von allem ein bisschen?
5. Versuche beim Aussortieren möglichst wenig wegzuschmeißen und stattdessen mehr zu verkaufen, verschenken oder zu spenden. So fällt dir das Trennen leichter und es ist umweltfreundlicher.
6. Wichtig: Du entscheidest, wie viel du besitzen möchtest, damit du dich wohl fühlst. Lass dich nicht von Sozial Media beeinflussen.
7. Schreibe eine Nicht-To-Do-Liste: Was brauche ich nicht?

Hier zwei **Meinungen** von der Website „Gute Frage“ zu Minimalismus:

„Ich persönlich lebe Minimalismus überhaupt gar nicht, fahre einen fetten SUV, habe ein eigenes, recht großes Haus, mein Job ist nicht hektisch, bin auch in keinem Hamsterrad und bin sehr glücklich dabei. Das alles macht mich keineswegs "unfrei" :-). Aber vielleicht denkt man mit 50 oder älter, ganz anders darüber.“

„Minimalismus ist anstrengend, weil man immer entscheiden muss, ob man etwas "wirklich " braucht, statt einfach zu kaufen oder auch nicht zu kaufen. Es raubt Zeit. Es gibt wichtigere Dinge im Leben als sich ständig mit Verzicht zu beschäftigen. Es gibt Liebe, Freundschaft, Hobbys, Wohltätigkeit, Kunst... Minimalismus ist genauso materialistisch, wie Streben nach Reichtum.“

Schlussendlich sollte jeder für sich selbst entscheiden, ob man minimalistisch leben möchte oder nicht. Man kann auch erst einmal nur damit anfangen, seine Federtasche

auszusortieren oder seinen Kleiderschrank zu ordnen, um zu schauen, ob es zu einem passt.



Ein Artikel von Tiana Dolležal

Das Praktikum der 10. Klasse – was zu beachten?

Im Februar ist es so weit: Das Betriebspraktikum des aktuellen 9. Jahrgangs beginnt. Schon jetzt heißt es: sich bewerben, denn die Plätze sind begrenzt und nicht jeder Betrieb nimmt Praktikanten auf. Das liegt daran, dass es die Betriebe Zeit und Personal kostet, um die Schüler zu beaufsichtigen. Des Weiteren lohnt es sich kaum, so viel Zeit in Schüler zu investieren, die anschließend wieder in die Schule zurückkehren und nicht direkt eine Ausbildung oder eine Stelle in dem Betrieb beginnen.

Letztes Jahr im November 2024 trat der jetzige 10. Jahrgang sein Praktikum an. Es gab alle möglichen Praktika – vom Kindergarten bis zum SPD-Generalsekretariat. Die Zehntklässler haben gekocht, gekellnert, genäht, Reden geschrieben, mit Kindergartenkindern gespielt, Tiere verarztet, Artikel geschrieben und vieles mehr ... allerdings auch geputzt oder Pakete gepackt. Trotzdem gefiel den meisten Zehntklässlern ihr Praktikum sehr gut, und es wurden nur wenige schlechte Erfahrungen gemacht.

Am besten bewirbt man sich mehrfach, um seine Chancen zu erhöhen, schnell einen guten Praktikumsplatz zu erhalten. Es gibt leider kaum Websites im Internet, auf denen verschiedene Betriebe vorgestellt werden, bei denen man sich bewerben könnte. Daher sollte man sich ein oder zwei Branchen aussuchen, für die man sich interessiert, und gezielt nach einem möglichen Praktikumsplatz in dieser Branche suchen.

Des Weiteren gibt es noch andere Dinge, auf die man bei der Praktikumsuche achten sollte. Die Zehntklässler hatten einige Tipps:

Es ist wichtig, dass man sich über den Betrieb, bevor man sich bewirbt, gut informiert – vor allem über die Praktikumsbedingungen, wie zum Beispiel die Arbeitszeiten und die Aufgaben, die man dort übernehmen darf. Außerdem sollte man sich früh bewerben, denn beliebte Betriebe beginnen früh mit der Auswahl der zukünftigen Praktikanten. Es sollte sich bei keinem Betrieb ohne Praktikumserfahrung beworben werden, um Komplikationen zu vermeiden. Man könnte auch bei unbekanntem Betrieben oder über persönliche Kontakte nach eventuellen Praktikumsplätzen fragen, da man dort wegen der geringeren Bewerberzahl meist eher angenommen wird. Vor allem aber sollte man sich etwas suchen, das nicht zu weit entfernt ist und einem Spaß macht.



Eine Reportage von Nisha, Clara, Nina

Gossip kann Jeder!

Ich bin die Sache, die in der Schule am meisten gebraucht wird. Und mein Benutzer wechselt ständig. Manchmal ist er größer, manchmal kleiner. Na..., was bin ich? Okay, ich gebe euch noch einen Tipp. Ich bin der Gegenstand, auf den ihr jeden Tag rauf furzt. Ja, das ist echt unangenehm aber man gewöhnt sich dran. Und... habt ihr es jetzt? Richtig! Ich bin ein Stuhl. Ein langweiliger Stuhl und ich möchte euch gerne mal zeigen, was für eine wichtige Arbeit meine Freunde und ich (das Smartboard und die Uhr) jeden Tag für euch leisten. Und da sind sie auch schon. Das Smartboard wird hochgefahren und auch die Uhr fängt an laut zu ticken. So... Zeit für Gossip.

Hallo, ich bin das Smartboard. Man kann auch sagen, dass ich das Vorzeigeobjekt der Digitalisierung an Schulen bin. Ob das wirklich so gut funktioniert, das ist ein anderes Thema. Tag für Tag glotzen mich die Schüler mit ihren müden und genervten Gesichtern an und denken nicht einmal daran, mich anzulächeln. Obwohl, manchmal wenn ich ihnen ein bisschen YouTube zeige, dann geht immer so ein kurzes, freudiges Raunen durch die Klasse. Ich kann nur von Glück reden, dass ich mich hier in der Klasse nicht alleine zu Tode langweilen muss, sondern auch einige absurde Geschichten mit meinen Freunden, Stuhl und Uhr, erlebe. Ah, da sind sie ja... Zeit für Gossip.

Jeder von euch kennt mich. Meine Verwandten sind überall. An Bahnhöfen, Handgelenken und in der Küche. Und eben auch in der Schule. Ich bin eine Uhr. Eine von so vielen. Wir sind an ganz unterschiedlichen Orten mit ganz unterschiedlichen Funktionen: die einen funktionieren durch die Sonne, bei den anderen schaut jede Stunde ein Kuckuck heraus. Doch eins haben wir alle gemeinsam: Wir alle zeigen die Zeit an – das, was die Menschen so essenziell finden und wonach sie so viel richten und planen. Aber mal unter uns gesagt, so wichtig komm ich mir gar nicht vor. Ich habe ein ziemlich langweiliges Leben. Jeden Tag ab acht, schauen mich Jugendliche genervt und enttäuscht an. Ich sehe so oft diese sehnsüchtigen Blicke und den Wunsch, dass ich schneller mache, mich schneller drehe und schneller ticke. Aber sorry Leute, das kann ich einfach nicht. Ich sollte euch aber nicht nur von meinen Klagen erzählen, denn so schlecht geht es mir gar nicht. Klar bin ich schon ein bisschen neidisch auf die große, blaue Uhr unter den Giebeln vom Hauptgebäude der Fichte, aber dafür sind im Klassenzimmer meine beiden, tollen Freunde das Smartboard und der Stuhl direkt bei mir. Mit ihnen ist es superwitzig, denn zusammen haben wir immer... Zeit für Gossip.

Stuhl: „Moin, moin mes amis.“

Smartboard: „Ey, kein Französisch! Wir haben später eh noch genug davon!“

Uhr: „Ist nicht heute Vokabeltest?“

Smartboard: „Ist ja klar, dass du dir das wieder gemerkt hast. Das ist ja für dich immer was ganz Besonderes.“

Uhr: „Natürlich! Zur Abwechslung wollen die Schüler mal, dass die Zeit langsamer vergeht. Und dann sieht man auch, warum

ich qualifizierter bin, als deine Smartboarduhr. Denn dann geht es um Sekunden und die kann nur ich ihnen zeigen!“

Smartboard: „Es gibt da so etwas, das nennt sich Internet. Hast du davon schon mal was gehört? Google nur nach einer Atomuhr und du bekommst sofort eine Uhr, die viel genauer ist als du mit deinem Sekundenzeiger. Nimm’s nicht zu persönlich, aber du bist voll out!“

Stuhl: „Hey, hey, hey jetzt regt euch mal ab. Noch vor 8:00 Uhr morgens sollte man sich nicht dissen. Drückt mir lieber mal die Daumen, dass der Junge von letzter Woche nicht wieder da ist.“

Uhr: „Ah, meinst du den, der die ganze Zeit gekipelt hat?“

Smartboard: „Ist der nicht auch einmal richtig umgeklatst?“

Stuhl: „Ja, und das tat auch nicht nur ihm weh, sondern auch mir! Aber ist ja klar, dass mal wieder nur nach den Kindern geschaut wird und nicht nach meinen neuen Kratzern.“

Smartboard: „Das ist natürlich echt doof, aber noch gar nichts gegen die Rumhackerei die ich hier jeden Tag erlebe. Alle wollen sie Digitalisierung aber wenn ich dann da bin, kommen sie nicht klar.“

Uhr: „Stimmt. Das ist schon lustig mit anzuschauen. Wisst ihr noch letztens, da hat dieser eine Lehrer auf Freeze gedrückt, das dann drei Sekunden später wieder vergessen und dann starke fünf Minuten wie verrückt, versucht irgendwas anzuklicken.“

Smartboard: „Wie könnte ich das vergessen, ich war schon kurz davor aus lauter Protest einfach abzuschalten. Dem kaputten Pixel trauere ich immer noch nach.“

Stuhl: „Kopf hoch, Smartboard! Du hast doch noch so viele.“

Smartboard: „Die Betonung liegt auf *noch*.“

Uhr: „Bevor es gleich losgeht und der Alltag beginnt, lasst uns mal zur Abwechslung über etwas Schönes reden.“

Stuhl: „Ohhh, da hab ich was! Zum Beispiel gestern mit den Abiturienten in der Klasse. Da ging’s voll ab!“

Smartboard: Und ich hab’s auch noch nie erlebt, dass du, Uhr, zur Musik so ausgetickt bist!“

Uhr: „Die Musik war ja schon geil und so wie deine Whiteboards zu Beat vibriert haben, konnte man auch nicht übersehen, dass du’s auch voll gefühlt hast.“

Smartboard: „Nur du, Stuhl, hast deine Chance zum Kippeln mal wieder nicht genutzt.“

Stuhl: „Kippeln ist halt nicht so meins, ich bekomme eh genug davon. Mir hat es schon gereicht, die Abiturienten in ihren coolen Kostümen auf den Tischen tanzen zu sehen. Die haben der angeberischen Tischgang neben den gezeichneten Tattoos noch ein paar hübsche Schuhabdrücke verpasst.“

Smartboard: „Das wird noch lange an ihrem Ego kratzen.“

Uhr: „Nur leider ist der Lehrertisch heil davongekommen.“

Smartboard: „Der leidet doch schon genug unter den Kaffeeflecken.“

Stuhl: „Apropos Kaffee, da ist ja auch schon die erste Lehrerin mit einer Tasse. Schnell, auf eure Plätze!“

Uhr: „Das sind wir doch eh den ganzen Tag.“

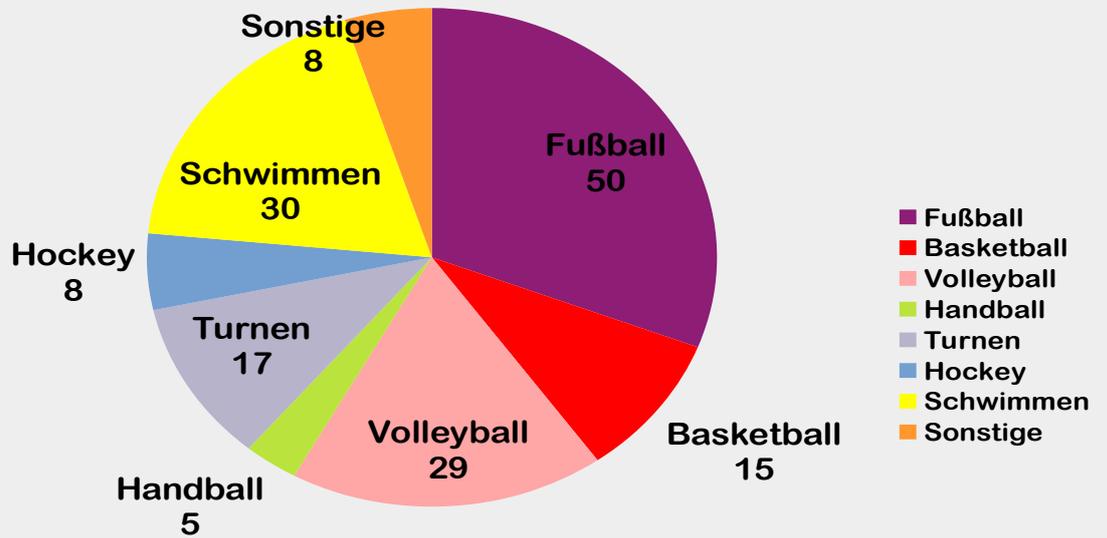
Smartboard: „Aber es stimmt schon. Jetzt geht es wieder los, ein neuer Tag...“

Uhr: „...voller nerviger Menschen.“

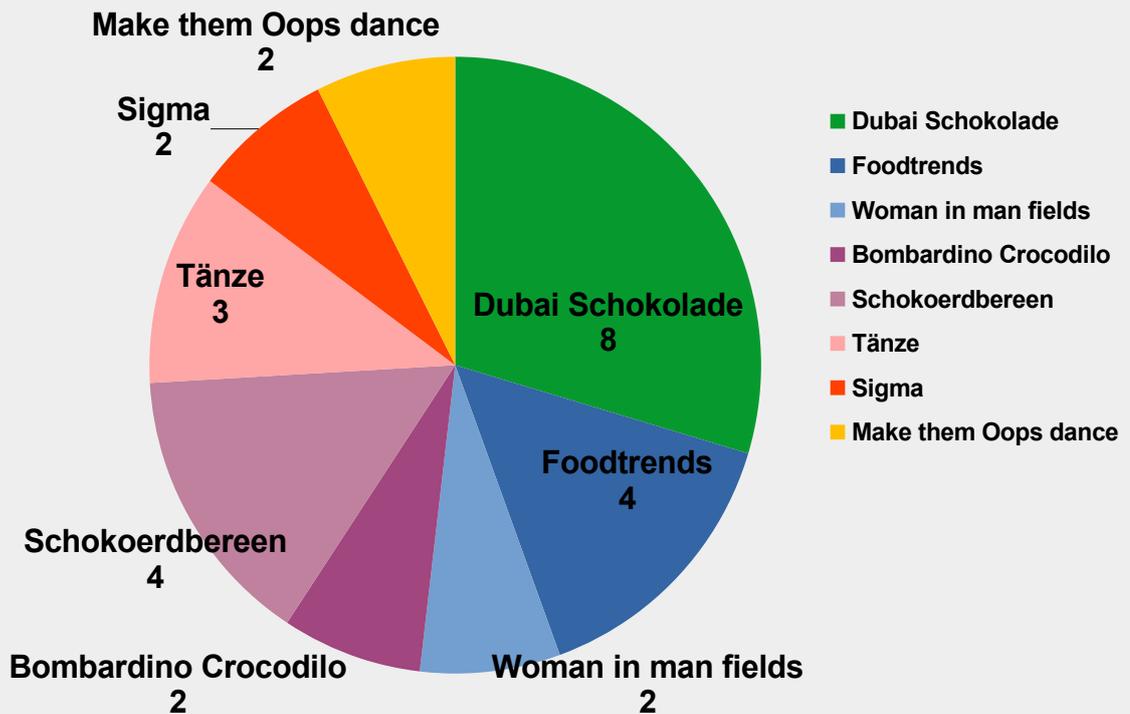
Stuhl: „... und gutem Gossip.“

Was ist deine Lieblingssportart?

162 / 20% haben abgestimmt



Virale Trends 2024



Eine Reportage von Sophie Tha. (9d)

Gedenkstättenfahrt nach Ravensbrück

Anfang Juli begab sich fast der gesamte 9. Jahrgang (9b, 9c und 9d) auf eine Bildungsreise zur Gedenkstätte Ravensbrück. Das ehemalige Konzentrationslager für Frauen liegt nördlich von Berlin und dient heute als Ort der Erinnerung und des Lernens, mit angeschlossenen Jugendherberge. Zwischen 1939 und 1945 waren dort über 120.000 Frauen und Kinder inhaftiert.



Tag 1: Anreise und erste Eindrücke

Am 1. Juli machten sich rund 100 Schüler*innen und Lehrkräfte mit den öffentlichen Verkehrsmitteln auf den Weg. Die Fahrt war lang und durch den überfüllten Schienenersatzverkehr auch anstrengend. Dennoch kamen alle erschöpft, aber zufrieden an. Nach dem Mittagessen bezogen wir unsere Zimmer. Untergebracht waren wir in Gebäuden, die früher von Aufseherinnen des KZs genutzt wurden – ein Umstand, der bei einigen ein mulmiges Gefühl auslöste.

Workshops und Erkundung

Im Vorfeld wurden wir in vier verschiedene Workshops eingeteilt, die sich über die gesamte Fahrt erstreckten. Viele begannen mit einer Erkundung des Geländes. Ein Workshop beschäftigte sich mit Zeichnungen ehemaliger Häftlinge und die Teilnehmenden versuchten, Orte auf dem Gelände wieder zu erkennen – was oft schwierig war, da nur wenige Originalstrukturen erhalten sind. Die ehemaligen Standorte der Baracken sind heute durch Vertiefungen im Schotterboden markiert.

Fichtenblatt

Zwei Schülerinnen erzählen, uns was sie auf der Fahrt beeindruckt hatte.

Karolina Leonhard (9d): *„Im dritten Workshop haben wir uns mit Zeichnungen von KZ-Häftlingen auseinandergesetzt. Es war sehr interessant zu sehen, wie sich die Künstlerinnen durch die Zeichnungen ausdrücken konnten und wie verschieden die Geschichten hinter den Personen waren. Besonders haben mir die Aufgaben gefallen, bei denen man das Gelände, wie zum Beispiel den Zellentrakt, erkunden konnte. In diesem befand sich eine sehr interessante Ausstellung, in der viele Länder jeweils einen eigenen Raum gestaltet haben.“*

Tiana Dolleal (9b): *„Besonders beeindruckend war für mich das Verwaltungsgebäude, weil es für mich den Übergang von Jugendherberge und Spaß zum KZ und grausamen Geschehnissen symbolisiert hat. Es war ein eindrucksvolles und bedrückendes Gefühl zugleich, über das Gelände des alten KZs zu laufen. Überall hingen Bilder und Gedenktafeln und es gab eine Ausstellung, die einen unglaublich großen Einblick in das Leben damals ermöglichte. Was jedoch schön war, war, dass von dem grausamen Ort durch Freizeitaktivitäten, wie Schwimmen, Fußball und Volleyball spielen aber auch durch die gemeinschaftliche Atmosphäre und unsere Workshops gut von den bedrückenden Geschehnissen abgelenkt wurde. Denn der Ort soll zwar erinnern, trotzdem soll man dort noch schlafen können!“*

Hitze und Abkühlung

Am 2. Juli war es so heiß, dass einige Workshops früher beendet wurden. Stattdessen nutzten wir die Gelegenheit, uns im nahegelegenen See abzukühlen – eine willkommene Pause, die auch Raum für Gespräche und Reflexion bot.

Kreative Auseinandersetzung und Gemeinschaft

Am dritten Tag war das Wetter angenehmer, und die Workshops konnten wie geplant stattfinden. Sie waren sehr abwechslungsreich: In einem Workshop wurde ein Podcast aufgenommen, in anderen getanzt, gezeichnet oder diskutiert.

Am Abend organisierten wir ein Volleyball- und Fußballturnier, bei dem sogar die Lehrkräfte mit-spielten. Da es unser letzter Abend war, durften wir etwas länger draußen bleiben.

Abreise und Fazit

Am Freitag, dem 4. Juli, traten wir nach dem Frühstück die Heimreise an. Trotz unterschiedlicher Abfahrtszeiten kamen alle Gruppen gleichzeitig wieder in Berlin an.

Viele von uns waren im Vorfeld skeptisch, was die Fahrt anging, doch am Ende waren wir positiv überrascht. Die Auseinandersetzung mit einem schwierigen, aber wichtigen Thema wurde durch kreative Workshops und gemeinsame Freizeit gut ergänzt. Insgesamt war es eine gelungene und eindrucksvolle Reise, die uns noch lange in Erinnerung bleiben wird.

