

DAS LEBEN MIT ANDEREN



Sara ist eine von Neun.

Sie alle teilen sich einen Körper.

Die Diagnose: dissoziative Identitätsstruktur.

Eins vorab



TEXT MARIE GUNDLACH FOTO DANIELA ARNDT

Liebe Leser*innen,
In diesem Winter ist vieles anders – keine Weihnachtsmärkte, keine ausgelassenen Silvesterpartys, keine großen Familienfeiern. Das ist sicher in vielen Punkten schade, aber es bietet auch die Chance, sich auf das Wesentliche zu konzentrieren: Ruhe zu finden im kleinsten Kreis und diese Zeit umso intensiver wahrzunehmen. Für mich bedeutet das, mit meinen Eltern und meinen beiden Schwestern viel zusammensitzen, zu reden und zu spielen. Diese Tage mit meiner Familie sind mir besonders wichtig.

Was aber, wenn die leibliche Familie in Teilen plötzlich eine andere ist? Mit zwölf Jahren erfährt Julia, dass sie einen fremden Vater hat – einen anonymen Samenspender. Für sie beginnt eine lange Suche nach der Wahrheit, über die sie mit unserer Autorin Emilia gesprochen hat (Seite 6).

Wie eine Familie empfindet auch Sara die Menschen in ihrem Kopf. Sara, die in Wirklichkeit anders heißt, hat eine dissoziative Identitätsstruktur: Sie teilt sich einen Körper mit mehreren Persönlichkeitsanteilen. Ab Seite 12 könnt ihr nachlesen, wie sich das für sie anfühlt und wie es ihren Alltag beeinflusst.

Ich wärme auf jeden Fall schon mal meine Finger auf. Denn Weihnachten zuhause heißt bei mir auch: Kartenspielen bis zum Umfallen. Wenn ihr keine Lust auf Skat und Doppelkopf habt, ist vielleicht ein schönes Buch oder ein Film das Richtige für euch? Ein paar Empfehlungen für Sportfans findet ihr auf Seite 37. Egal, wie ihr die Zeit verbringt: Wir wünschen euch frohe Weihnachten, einen guten Rutsch und viel Spaß beim gemütlichen Lesen dieser Ausgabe.

Bleibt sicher.

Marie

Plastikmüll in den Weltmeeren ist ein Problem – und es beginnt auch im Dortmunder Hafen. Juri Schäffer will das ändern. In seinem kleinen Boot befreit er das Hafenbecken von Unrat. Und das soll erst der Anfang sein.

20



28 Als bei Nicola die Wehen einsetzen, freut sie sich noch auf die Geburt. Heute beschreibt sie die Entbindung als traumatisch. Sie hat Jahre gebraucht, um das Geschehen zu verarbeiten. Kein Einzelfall.

34

Marco hat lange auf seinen Brief aus Hogwarts gewartet. Als der nicht kam, machte er sich als Zauberer selbstständig. Als deutscher Vizemeister kommt er ganz ohne weiße Hasen und zersägte Jungfrauen aus.

Inhalt



4 **MOMENTE**
Früher war mehr Glühwein

6 **DATENBANK-DAD**
Julia sucht ihren Vater – einen Samenspender

12 **NEUN LEBEN**
Eine Studentin lebt mit dissoziativer Identitätsstruktur

19 **KURTS MITTEILUNG**
Bessere Corona-Hilfen für Studierende!

20 **PLASTIKSAMMELN IM HAFEN**
Ahoi, hier spricht der Kunststoff-Kapitän

26 **WER SOLL DAS BEZAHLEN?**
Fußballmuseum: Wie sich Stadt und DFB verzockten

28 **GEWALT BEI DER GEBURT**
Was viele Frauen bei der Entbindung erleben

33 **SAG MAL, PROF ...?**
Warum knirscht Schnee?

34 **WUTSCHEN UND WEDELN**
Ein Zauberer ohne Wenn und Aber-Kadabra

37 **KURT DAHEIM**
Profisport für Couch-Potatoes

38 **KURTS TRIP**
Zurück in die Vergangenheit

39 **IMPRESSUM**
Wer was wann wie gemacht hat und Rätsel

Glühwein to home

Tetra-Pak-Wein war gestern – wir machen unsere Weihnachtsgetränke selbst. Sogar mit ohne Alkohol. Obwohl den Unterschied im Videocall ja eh niemand riecht. Zutaten jeweils für vier Tassen.

FOTODANIELA ARNDT, MAGNUS TERHORST & LARA WANTIA



KURTS GLÜHWEIN

ZUTATEN

- 1 l Rotwein
- 50 ml Rum
- 2 Orangen, gepresst
- 2 Orangen, in Scheiben
- 7-8 Nelken
- 2 Zimtstangen
- 2 Sternanise
- 50 g Zucker
- 2 TL Kardamom

ZUBEREITUNG

- 1 Als erstes erhitzt ihr den Rotwein mit dem Rum, dem Orangensaft, sechs Orangenscheiben und den Gewürzen. Wenn Schaum entsteht, dreht ihr die Temperatur runter. Wichtig ist nur, dass die Flüssigkeit nicht kocht. Sonst verdampft der Alkohol und die Gewürze können ihren Geschmack verlieren.
- 2 Dann lasst ihr die Flüssigkeit auf niedriger Stufe etwa eine Stunde ziehen.
- 3 Vor dem Servieren nehmt ihr die Gewürze und Orangenscheiben raus und erhitzt den Glühwein eventuell nochmal kurz. Den fertigen Glühwein gießt ihr am besten durch ein Sieb in die Tassen. Mit den übrigen Orangenscheiben könnt ihr die Tassen garnieren.

TIPP

Wenn ihr Glühwein selbst macht, solltet ihr qualitativ guten Wein kaufen. Der schmeckt am besten und ihr wacht am nächsten Tag vielleicht ohne Kopfschmerzen auf. Am besten nehmt ihr einen trockenen oder halbtrockenen Rotwein. Wenn ihr den Glühwein mit etwas Rum macht, sollte der Alkoholgehalt bei maximal 12 bis 13 Prozent liegen. Für roten Glühwein eignen sich unter anderem die Sorten Dornfelder, Spätburgunder, Pinot Noir, Merlot, Bardolino oder Lemberger.

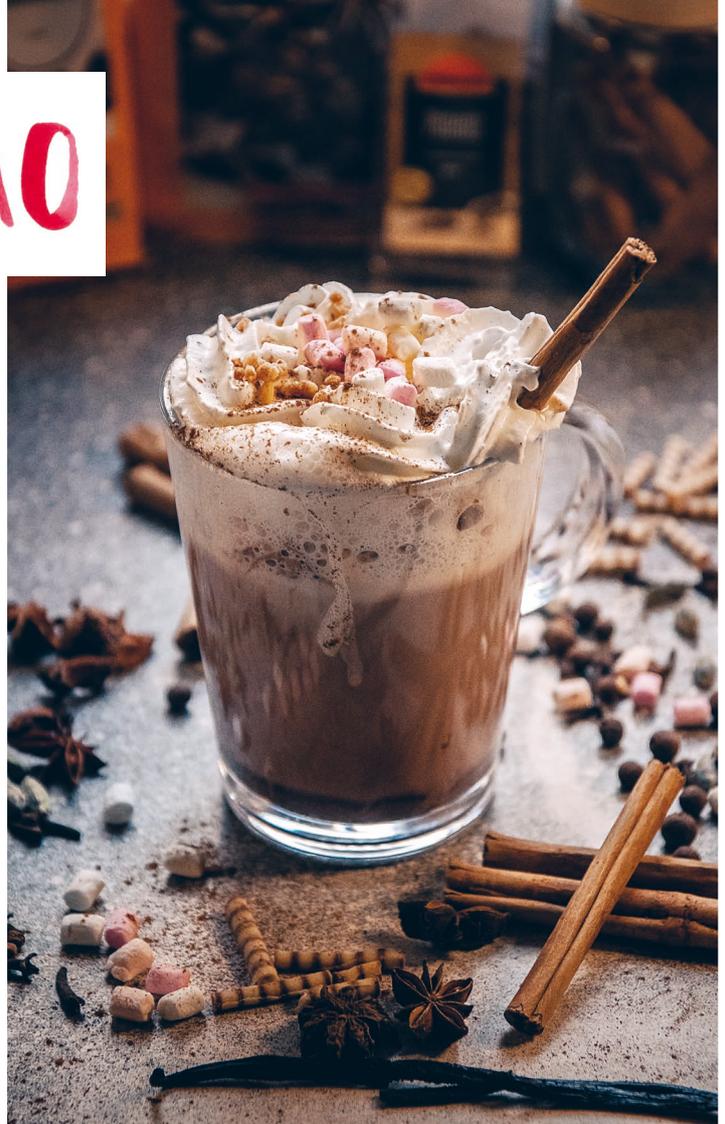
GEWÜRZKAKAO

ZUTATEN

1 Vanilleschote
4 Sternanise
10 Pimentkörner
8 Nelken
8 Kardamomkapseln
4 Zimtstangen
1 l Milch nach Wahl
20 g Backkakao
20 g Zucker nach Wahl

ZUBEREITUNG

- 1** Mark der Vanilleschote auskratzen. Sternanise, Piment, Nelken und Kardamomkapseln im Mörser leicht anstoßen. Wenn ihr keinen Mörser habt, könnt ihr auch alles in eine stabile Schüssel geben und mit dem Boden einer Tasse zerdrücken.
- 2** Vanilleschote und -mark, Zimtstangen und restliche Gewürze mit Milch, Kakao und Zucker in einen Topf geben und bei mittlerer Stufe erhitzen. Ca. 15 bis 20 Minuten ziehen lassen. Regelmäßig rühren, damit die Milch nicht überkocht.
- 3** Gewürzkakao sieben, um die Gewürze zu entfernen. Schmeckt gut mit Sahne und Marshmallows.



ORANGENPUNSCH

ZUTATEN

3 Orangen oder 500 ml Orangensaft
3 Früchteteebeutel (z. B. Blutorange)
1 l Wasser
2 EL Honig (oder nach Belieben)

ZUBEREITUNG

- 1** Zuerst das Wasser aufkochen lassen, die Teebeutel übergießen und den Tee etwa acht Minuten ziehen lassen. Am besten eignet sich Blutorange Tee, aber ein anderer Früchtetee funktioniert auch sehr gut.
- 2** Währenddessen die Orangen auspressen und den Saft in einen hohen, hitzebeständigen Krug geben.
- 3** Nun den Tee mit Honig süßen, zum Orangensaft hinzugeben und das Ganze gut vermischen.





MEIN VATER, DER UNBEKANNTE

Als Julia erfährt, dass sie durch eine Samenspende gezeugt wurde, kann sie erst nichts damit anfangen. Später macht sie sich auf die Suche nach ihrem leiblichen Vater. Die Geschichte eines Spenderkindes.

TEXT EMILIA KNEBEL FOTO DANIELA ARNDT & PRIVAT

Julia wusste lange nicht, wer ihr Vater ist. Sie wusste nicht, wo ein Teil ihrer Gene herkommt. Und das, obwohl sie mit zwei Elternteilen aufgewachsen ist. Julia ist ein Spenderkind. Gezeugt wurde sie durch eine Samenspende. Ihr Papa, der sie schon ihr ganzes Leben lang begleitet, ist nicht ihr biologischer Vater.

Julias Mutter konnte mit ihrem Mann keine Kinder bekommen. Sie entschieden sich für eine Samenspende. „Vorher haben wir natürlich hin und her überlegt, ob wir das machen und uns Gedanken gemacht, wie das sein wird“, sagt Julias Mutter. Insgesamt habe es zwei Jahre gedauert, bis es geklappt hat – eine nervenaufreibende Zeit, wie sie erzählt.

Erfahren hat Julia das von ihren Eltern, als sie zwölf Jahre alt war. Die Biologie-Studentin erinnert sich genau. Ihre Eltern haben sie ins Wohnzimmer geholt und gesagt: „Wir müssen mal mit dir reden.“ Weil sie so ernst wirkten, war Julias erste Frage: „Bin ich adoptiert?“

Nachdem ihre Eltern ihr erklärt hatten, dass sie ein Spenderkind ist, ging sie erst einmal in ihr Zimmer: „Da habe ich dann auch geweint. Ich war einfach so schockiert und wusste gar nichts damit anzufangen“, sagt die heute 29-Jährige.

„Julia hat immer viel mit sich allein ausgemacht. Ich habe mir schon Gedanken darüber gemacht, wie sie damit umgeht und wie sie das verkraftet“, sagt ihre Mutter. Ein großes Gesprächsthema war die Samenspende in der Familie dennoch nie. Einen Vorwurf macht Julia ihren Eltern nicht. Sie könne verstehen, wie schwer das für ihre Eltern ist und sei froh, dass diese ihr überhaupt davon erzählt haben. Selbstverständlich sei das nicht.

IMMER EIN KOMISCHES GEFÜHL IM HINTERKOPF

Ein paar Tage nach dem Gespräch mit ihren Eltern fängt Julia an, zu recherchieren. Sie will wissen, welche Möglichkeiten sie hat, herauszufinden, wer ihr leiblicher Vater ist. Ihre Suche bleibt

erst einmal erfolglos. Sie liest im Internet, dass die Kliniken die Daten der Spender normalerweise nur zehn Jahre lang aufbewahren und die Rechtslage sehr unklar ist. Julia denkt, dass es für sie schon zu spät ist, um an die Daten ihres leiblichen Vaters zu gelangen.

Nach der ernüchternden Recherche gibt Julia die Hoffnung fast schon auf, ihren Spender zu finden. Ohne die Daten der Klinik sieht sie keine Möglichkeit. Trotzdem geht Julia der Gedanke an ihren biologischen Vater nicht aus dem Kopf: „Man fühlt sich schon ein bisschen entwurzelt und fragt sich immer wieder, wer es denn sein könnte.“ Das sei ihr vor allem aufgefallen, wenn sie jemanden sah, der ihr ähnlich war oder etwas genauso gemacht hat wie sie. Dann habe sie oft darüber nachgedacht, ob das nicht ihr Vater sein könnte, erzählt sie und lacht. „Das ist einfach ein komisches Gefühl, wenn man das immer im Hinterkopf hat.“

ÜBER EINEN DNA-TEST ZUM TREFFER IN DEN USA

Mit Anfang 20 setzt sie ihre Suche doch fort. Motiviert hat sie ein Bericht in der Fernsehsendung „Stern TV“ über eine junge Frau, die ebenfalls ein Spenderkind ist und ihren leiblichen Vater durch einen Aufruf dort gefunden hat. Julia erfährt, dass die Daten der Spender manchmal doch länger aufbewahrt werden. Sie schreibt eine E-Mail an die Klinik in Essen, die die Samenspende durchgeführt hat. Die Klinik teilt ihr mit, dass sie die Daten bereits vernichtet hat. „Da ist man natürlich schon sauer“, sagt Julia und wird etwas ernster. Vor allem, weil damals rechtlich nicht eindeutig geregelt war, ob die Spenderdaten länger als zehn Jahre aufbewahrt werden müssen oder nicht. Die Kliniken hatten also keine klaren Vorgaben, was sie nach dieser Zeit mit den Daten machen sollen. Julia kann das nicht verstehen: „Für die ist das vielleicht nur irgendeine Akte, aber für mich ist das ein großer Teil meines Lebens.“ Viele würden zu ihr sagen, dass es „doch nur die Gene“ seien. Sie sieht das anders: „Das ist ja schon einiges, was mich ausmacht.

Und vieles wird ja auch einfach durch die Gene bestimmt.“

Durch den TV-Bericht erfährt Julia außerdem vom Verein „Spenderkinder“. Dort können alle Mitglied werden, die durch eine Samenspende gezeugt wurden. Die Ehrenamtlichen setzen sich für die Rechte von Spenderkindern ein und vermitteln Kontakte untereinander. Julia lernt andere Menschen kennen, die sich in einer ähnlichen Situation befinden.

Mit 26 Jahren lässt sie sich durch den Verein in eine DNA-Datenbank in den USA eintragen. Das können alle machen, die sich dafür interessieren. Julia muss eine Speichelprobe einsenden. Dann prüfen die Mitarbeiter*innen der Datenbank, ob dort Verwandte registriert sind. Zunächst gibt es keine näheren Übereinstimmungen. Bei einem zweiten Test ergibt sich ein Treffer: Julia hat eine Großtante in den USA. Ein ziemlicher Zufall, denn die hatte sich nur in der Datenbank registriert, weil ihr Mann Ahnenforschung betreibt.

„Ich habe mich natürlich total gefreut, war aber auch super aufgeregt und wusste erst mal gar nicht, was ich machen soll“, sagt die 29-Jährige. Sie schreibt ihrer Großtante und bekommt die Antwort, dass diese Verwandte in der Nähe von Düsseldorf habe. Aufgrund des Verwandtschaftsgrads und ihres Alters kommen nur ihre Neffen als Spender infrage. Die wohnen ebenfalls in Deutschland. „Ich habe die Mail spät abends bekommen und dann die ganze Nacht nicht mehr geschlafen, weil ich im Internet nach der Familie und dem Namen recherchiert habe“, erzählt Julia und lacht.

Dabei wird sie schnell fündig. Über Facebook stößt sie auf das Profil eines der Neffen ihrer Großtante. Nach kurzem Zögern traut sie sich, ihn anzuschreiben: „Er wirkte ganz nett und locker, also habe ich ihm geschrieben, dass ich in einer Datenbank einen Treffer mit seiner Tante hatte und mehr darüber herausfinden möchte“, sagt Julia. Nach und nach erklärt sie ihm, dass sie

eigentlich auf der Suche nach ihrem Samenspender ist. Er selbst kommt dafür zwar nicht infrage, vermittelt ihr aber den Kontakt zu seinen Cousins. Auch die schreibt Julia auf Facebook an. Nach ein paar Nachrichten antwortet ihr einer der Cousins: „Ja, ich könnte wirklich dein Vater sein.“ Er erzählt, dass er im Januar 1990 in der Essener Klinik Samen gespendet hat. Also kurz bevor Julia dort gezeugt wurde. Nach der DNA-Übereinstimmung mit seiner Tante und dieser Aussage besteht für die Studentin kein Zweifel mehr: Er muss ihr leiblicher Vater sein. Einen Vaterschaftstest halten beide deshalb nicht mehr für nötig.

Noch am selben Abend telefonieren die beiden. „Davor war ich echt sehr nervös und hatte Angst, dass wir nicht wissen, was wir sagen sollen. Aber das war zum Glück gar nicht so.“ Beide hätten viel von sich erzählt, das Gespräch habe über zwei Stunden gedauert. Julia erfährt, dass sie zwei jüngere Halbschwestern hat und warum ihr biologischer Vater sich damals dazu entschieden hat, Samen zu spenden. Als Student habe er sich damit etwas Geld dazu verdient. Gleichzeitig habe er etwas Gutes tun und kinderlosen Paaren helfen wollen.

Nach dem Telefonat bleiben die beiden in Kontakt. Etwa einen Monat später treffen sie sich zum ersten Mal. „Vor dem Treffen war ich noch mal etwas aufgeregt“, sagt Julia. Zuerst geht sie mit ihrem leiblichen Vater allein spazieren. Später lernt sie seine Eltern, seine Freundin und seine beiden anderen Töchter kennen. „Die waren alle total locker, offen und herzlich. Die Anfangsnervosität war dann sehr schnell weg.“ Es sei wie selbstverständlich gewesen, dass Julia nun zur Familie gehört.

EINE ZWEITE FAMILIE ÜBER UMWEGE

Das zeigt sich auch in den darauffolgenden Monaten, in denen sie zu großen Familientreffen ihres leiblichen Vaters eingeladen wird. Dort sei sie herzlich empfangen worden. Niemand hätte komisch oder ablehnend auf sie reagiert.



Julia schreibt der Klinik, die bei ihrer Mutter die Samenspende durchgeführt hat. Doch die Daten sind bereits vernichtet.

Im Gegenteil: Die meisten seien eher neugierig und an ihrer Geschichte interessiert gewesen. „Das ist einfach ein schönes Gefühl, weil ich auch so bin, dass ich immer möglichst unvoreingenommen auf alle Menschen zugehe. Da habe ich mich direkt wohl gefühlt“, sagt sie. Das Verhältnis zu ihrer eigenen Familie habe sich dadurch nicht verändert: „Meine Eltern sind trotzdem meine Eltern, mein Vater ist mein Vater und das bleibt auch so.“ Das bestätigt auch Julias Mutter: „Da hat sich in unserer Familie zum Glück nichts verändert.“ Sie habe die Suche nach Julias leiblichem Vater stets unterstützt: „Es ist ja schon interessant, zu wissen, wer das war und was aus ihm geworden ist.“ Denn auch sie selbst wusste nichts über den Spender.

Dass Julia ihn schließlich gefunden hat, ist für ihre Mutter noch immer

ein Wunder: „Das ist unglaublich, unter so vielen Menschen und so vielen Männern, die da vielleicht in Betracht kämen.“ Auch darüber, dass er so offen zu Julia ist, freut sie sich. In Julias Leben hat der Kontakt einiges verändert. „Da ist einfach nicht mehr dieses große Fragezeichen, sondern man hat endlich Gewissheit“, erklärt sie.

RECHTLICHE GRAUZONE MITTLERWEILE BESEITIGT

Mittlerweile gibt es in Deutschland ein Gesetz, nach dem alle Spenderkinder, die seit dem 1. Juli 2018 gezeugt wurden, ein Recht auf Auskunft über den Samenspender haben. Dazu werden die Daten aller Samenspenden in einem zentralen Spenderregister dokumentiert. Julia hätte sich ein solches Gesetz damals schon gewünscht. „Die

rechtliche Grauzone wurde endlich beseitigt, das war auf jeden Fall wichtig“, sagt sie.

Sie möchte andere Spenderkinder ermutigen, sich auf die Suche nach ihrem eigenen leiblichen Vater zu machen und es bei einer DNA-Datenbank zu versuchen. Denn das könne schneller zum Erfolg führen, als man denkt. „Das ist schon verrückt. Ich habe meine Spucke nach Amerika geschickt, die haben dann gesagt: ‚Guck mal, das hier ist deine Großtante.‘ Und so habe ich meinen leiblichen Vater kennengelernt“, sagt Julia und lacht.

Nur einen Wunsch hat sie noch: Sie hofft, dass sie eines Tages Halbgeschwister findet, die ebenfalls aus einer Samenspende ihres leiblichen Vaters entstanden sind.



Die komplizierte Rechtslage

Seit zwei Jahren gibt es ein Gesetz, das es Spenderkindern einfacher macht, Kontakt zu ihren leiblichen Vätern aufzunehmen. Anne Meier-Credner ist selbst ein Spenderkind und Gründungsmitglied des gleichnamigen Vereins. Sie erklärt, was sich seit 2018 geändert hat.

Wie viele Spenderkinder gibt es in Deutschland?

Dazu gibt es nur Schätzwerte. Oft spricht man davon, dass bis 2008 100.000 Kinder durch Samenvermittlungen gezeugt wurden. Pro Jahr kommen schätzungsweise 1.000 Kinder dazu. Bis Sommer 2018 mussten Frauen den Kliniken noch keine Rückmeldung geben, ob die Samenvermittlung zu einer Schwangerschaft geführt hat.

Was genau hat sich seit 2018 gesetzlich verändert?

Am 1. Juli 2018 trat das Samenspende-Register-Gesetz in Kraft. Die Daten aller Männer, die ihren Samen in Deutschland ärztlich vermitteln lassen, müssen seitdem in einem zentralen Register erfasst werden. Die jeweilige Praxis muss den genetischen Vater da-

rüber informieren, dass seine Daten im Register hinterlegt werden und auch die Empfängerin muss darüber aufgeklärt werden. Bis 2018 war das nicht der Fall. Da wurde alles nur in den Praxen mehr oder weniger dokumentiert.

Das wirft Probleme für vorher entstandene Spenderkinder auf. Seit 2007 gilt eine ausdrückliche Aufbewahrungsfrist von 30 Jahren für Daten über Gewebeprodukte, wozu auch Spermien gehören. Vor 2007 gab es keine festen Regelungen für die Aufbewahrung. Das heißt aber nicht, dass man die Daten damals nicht dokumentieren musste – auch wenn es dazu noch keine rechtlichen Entscheidungen gibt. Schon früher gab es das Recht des Kindes auf Kenntnis der eigenen Abstammung. Mit der Zulassung von ärztlicher Samenvermittlung 1970 wies sogar der Justiziar der Bundesärztekammer darauf hin, dass der Arzt dem Kind gegenüber auskunftspflichtig ist. Fraglich ist aber, was passiert, wenn der Arzt sagt, dass er das nicht kann, weil die Daten nicht mehr existieren. Das wurde bisher noch nicht verhandelt.

»Der genetische Vater muss sich von Anfang an darauf einstellen, dass das Kind ihn kennenlernen möchte, und sollte das Kind als Person wahrnehmen.«

Anne Meier-Credner, Gründungsmitglied Spenderkinder e. V.

Welche Möglichkeiten haben die vor Juli 2018 gezeugten Spenderkinder, um ihren Spender zu finden?

Wir empfehlen, dass sich die Kinder in eine DNA-Datenbank eintragen oder eine Klage gegen die Praxis anstreben. Die Klage ist dabei natürlich schon das Äußerste. Erst einmal sollten die Betroffenen so Kontakt mit der Praxis oder dem Arzt aufnehmen. Ansonsten sind DNA-Tests absolut das, was wir empfehlen. Das machen wir seit 2011 und 2013 hatten wir unseren ersten Halbgeschwister-Treffer. Mittlerweile kommen wir schon gar nicht mehr hinterher, alle Treffer auf unsere Homepage zu setzen. Ich glaube, das ist wirklich die Technologie der Zukunft, mit der wir auch ohne die Kooperation irgendwelcher Ärzte etwas herausfinden können.

Inwiefern werden die Spender geschützt, damit an sie kein Anspruch auf Unterhalt oder Ähnliches gestellt werden kann?

Seit 2018 gilt, dass im Fall ärztlicher Samenvermittlung der genetische Vater nicht mehr als rechtlicher Vater festgestellt werden kann. Das gilt aber auch

erst für die ab 1. Juli 2018 gezeugten Kinder. Unser Verein fordert schon lange, dass die genetischen Väter vor finanziellen Forderungen geschützt werden. Wir möchten sie als Menschen kennenlernen und kein Geld.

Man muss aber dazu sagen, dass es unseres Wissens nach im ärztlich vermittelten Bereich noch nie dazu gekommen ist, dass ein Kind den genetischen Vater als rechtlichen Vater hat feststellen lassen. Der Weg dahin ist auch nicht ganz einfach, denn das Kind müsste erst einmal die Vaterschaft des bisherigen rechtlichen Vaters anfechten.

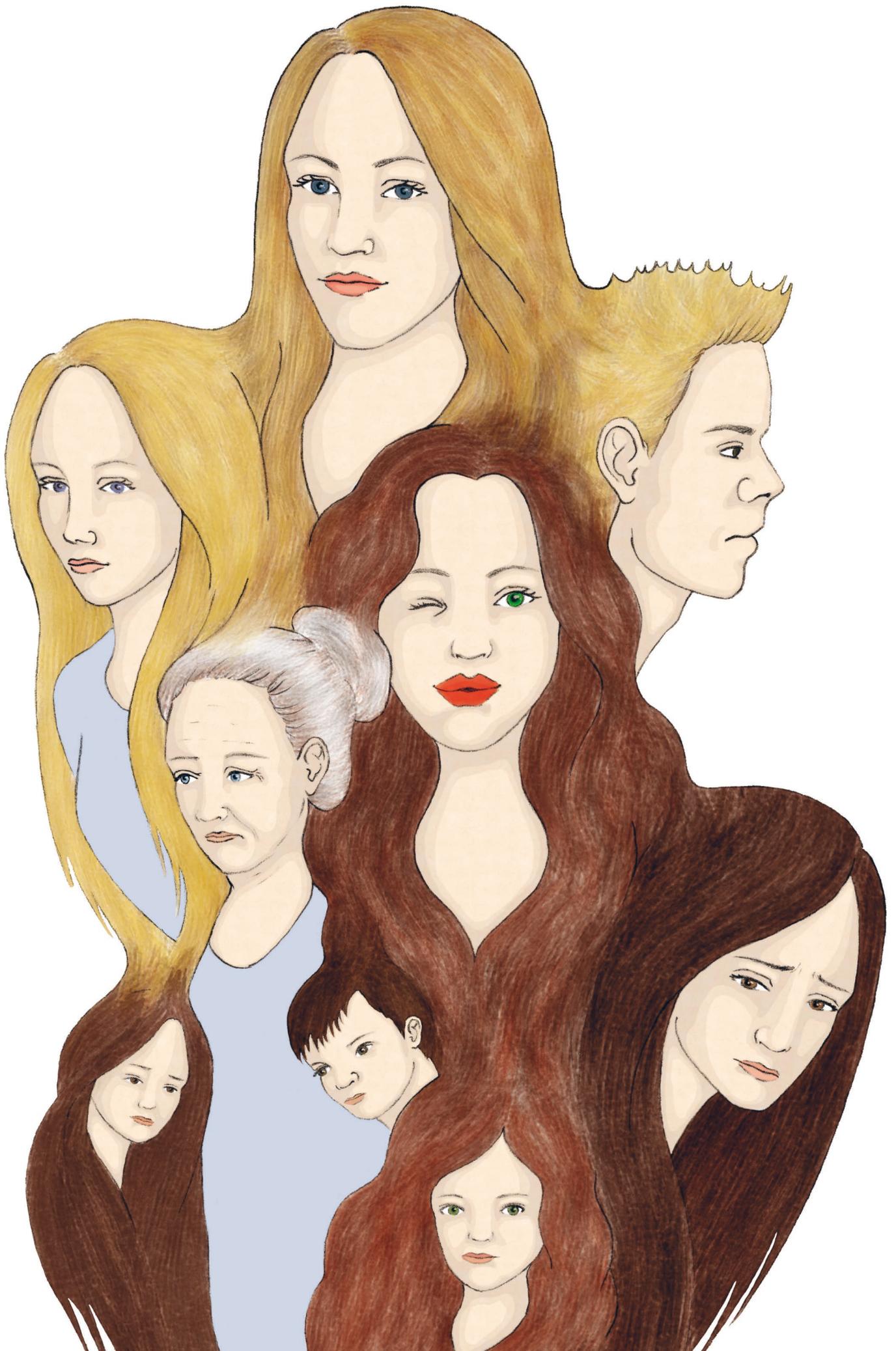
Kann der Spender den Kontakt zum Kind auch verweigern?

Man kann niemandem den Kontakt aufzwingen. Das Kind hat einen Anspruch auf die Daten und hat damit natürlich auch die Möglichkeit, den genetischen Vater zu kontaktieren. Wie dieser dann darauf reagiert, ist ihm überlassen. Der Anspruch auf die Daten war ja schon vor 2018 gegeben, aber jetzt ist er klar geregelt und durch das Register auch umsetzbar.

Was fordert der Verein noch, beispielsweise für die Rechte der vor Juli 2018 gezeugten Spenderkinder?

Aus unserer Sicht wäre es natürlich naheliegend, auch die noch vorhandenen Unterlagen der vor Juli 2018 gezeugten Kinder mit in das Spenderregister aufzunehmen. Auch die alten Daten müssen jetzt 110 Jahre lang aufbewahrt werden. Es ist aber absehbar, dass viele Praxen so lange nicht existieren werden.

Wir fordern außerdem, dass man sich freiwillig im Samenspender-Register eintragen lassen kann. Zum Beispiel, wenn der Samen privat vermittelt wurde oder aus dem Ausland kommt. Und ein weiterer wichtiger Punkt ist für uns, dass vorher alle Beteiligten psychosozial beraten werden. Der genetische Vater muss sich von Anfang an darauf einstellen, dass das Kind ihn kennenlernen möchte, und sollte das Kind als Person wahrnehmen. Und auch die Eltern sollten sich überlegen, wie sie das Kind dabei unterstützen können, seinen genetischen Vater kennenzulernen.



VIELE SEIN

Sara* hat eine Dissoziative Identitätsstruktur. Neun Persönlichkeitsanteile mit unterschiedlichem Charakter, Alter und Geschlecht teilen sich einen Körper. Im Interview erzählen sie, wie sie trotz ihrer Krankheit ein möglichst normales Leben führen: Sie studieren, arbeiten und haben ein Kind.

INTERVIEW JANA MARIE BERTERMANN ILLUSTRATION NANNA ZIMMERMANN

Du bist nicht nur Sara, sondern ihr seid viele. Was soll ich sagen, du oder ihr?

Wenn du mich ansprechen möchtest, dann sag du, und um alle anzusprechen, ihr. Aber es hören sowieso die meisten zu.

Bei Menschen mit Dissoziativer Identitätsstruktur (DIS) übernehmen immer wieder verschiedene Persönlichkeitsanteile die Kontrolle über den Körper. Wie fühlt sich das für euch an?

Man ist permanent mit einer Großfamilie unterwegs. Es ist, wie wenn man mit kleinen Kindern, Teenagern und Erwachsenen ständig zusammen ist, sowohl in der Freizeit als auch in der Uni oder auf der Arbeit.

Sara, wo sind die anderen jetzt, während du mit mir sprichst?

Es ist, als wäre ich auf einer Bühne und im Hintergrund gibt es einen großen Probenraum, in dem sie sitzen und zuhören, schlafen oder sich mit etwas ganz anderem beschäftigen.

Wer gehört denn alles zu eurer Großfamilie?

Olivia ist für alles zuständig, was mit Sex und Liebe zu tun hat. Katja hat momentan leider Depressionen, wodurch sie oft

einfach nur rumliegt. Der Torwächter ist unser Chef und passt auf, dass wir nichts machen, was uns schadet. Die Helfende kümmert sich viel um die Kleinen. Valerie kann total gut trösten.

Bei Menschen mit DIS gibt es häufig eine Persönlichkeit, die vordergründig im Außen ist. Sie regelt alltägliche Dinge und übernimmt dann die Kontrolle über den Körper. Das ist der Host. Wie ist das bei euch?

Wir sind gleichwertig und teilen alltägliche Aufgaben untereinander auf. Ich, Sara, erledige zum Beispiel alles für die Uni und die Arbeit. In der Erziehung unseres Sohnes bin ich vor allem für die Wissensvermittlung zuständig, mache mit ihm seine Hausaufgaben oder spreche mit ihm über alles, was uns interessiert. Katja hat immer ein offenes Ohr für ihn, wenn er ein Problem hat. Sie ist verständnisvoller als ich und kuschelt gerne. Unser Sohn weiß allerdings bisher nicht, dass wir viele sind. Wir erklären ihm, dass unser Hirn einfach etwas anders funktioniert als das der meisten Menschen. Alles andere würde ihn, denken wir, zu sehr verwirren.

Wann und wie habt ihr herausgefunden, dass ihr eine DIS habt?

Wir wussten alle nicht, dass es eine Diagnose für unser Erleben gibt. Die ha-

ben wir erst vor einem Jahr bekommen, als wir eine neue Therapie angefangen haben. Dabei sind wir rückblickend betrachtet schon seit der Schulzeit hoch dissoziativ. Es hat uns total geflasht, dass es noch andere Menschen gibt, die ähnliche Symptome haben wie wir.

Wodurch ist eure DIS entstanden?

Das hat mit unserer Herkunftsfamilie zu tun. Wir sind in einem sehr schädigenden, missbräuchlichen Umfeld aufgewachsen und waren Opfer organisierter Gewalt. Aufgrund der DIS haben wir sehr unterschiedliche Erinnerungen an die Herkunftsfamilie beziehungsweise unsere jeweilige Biografie. Deshalb bewerten wir das Erlebte different. Vor allem die Kleinen werden im Außen von sehr vielen Reizen getriggert und sind folglich häufig in Flashbacks gefangen, die für uns als System sehr anstrengend sind. Andere haben keinerlei negative Erinnerungen, empfinden die Herkunftsfamilie als nett oder verleugnen gänzlich jegliche Erinnerung.

Trigger sind Reize, die Erinnerungen an traumatische Situationen hervorrufen. Was bedeutet es für euch, diese Trigger zu haben?

Sie behindern uns extrem im Alltag, weil sie uns ablenken, Konzentration, Energie und Zeit rauben. Es ist beinahe

* Um Sara und die anderen Persönlichkeitsanteile zu schützen, haben wir ihre Namen verändert, mit Ausnahme des Torwächters und der Helfenden. Diese Bezeichnungen spiegeln nämlich ihre Funktionen wider.

ein Dauerzustand, dass irgendjemand von uns immer eine zu verarbeitende Szene im Kopf hat. Das nennt man Intrusion. Es ist dann so, als würden wir permanent einen Horrorfilm sehen. Die Uni bleibt dadurch oft auf der Strecke. Trigger können auch unerwünschte Persönlichkeitswechsel hervorrufen.

Wie fühlt es sich an, wenn der Persönlichkeitszustand wechselt? Ist das steuerbar?

Ziel der Therapie ist es, die Wechsel steuern zu lernen, um gemeinsam besser zu funktionieren. Schnelle Wechsel im Alltag passieren unbemerkt. Wenn man nach einem Wechsel wieder zurückkommt, fühlt es sich an, als hätte

man ein Blackout gehabt. Aber es gibt auch langsame Wechsel. Manche mischen sich beispielsweise ein, wenn im Außen etwas gesagt wird, das ihnen nicht passt, und versuchen dann, die Person im Außen zu verdrängen. Wenn ich langsam nach hinten wechsele, wird mir schwindelig, ich kann mich nicht mehr konzentrieren und merke, dass ich gleich weg sein werde. Ich bin dann machtlos. Ein bisschen so, wie wenn man nicht einschlafen möchte und es dann doch passiert.

Ein Ziel eurer Therapie ist also, die Wechsel der Persönlichkeitsanteile steuern zu können. Welche Ziele habt ihr noch?

Es wäre gut, wenn immer nur die Person ins Außen kommt, die gerade eine Aufgabe zu erledigen hat. Wir haben zum Glück mittlerweile eine sehr schnelle Auffassungsgabe und viele verbale Strategien, die helfen, ins Geschehen zu finden, wenn jemand von uns von hinten ins Außen wechselt. Das Problem ist, dass man sich nicht daran erinnern kann, was zuletzt passiert ist. In einem Gespräch hilft es deshalb, wenn unser Gegenüber wiederholt, was zuletzt gesagt wurde. Wir arbeiten daran, ein möglichst homogenes Bild abzugeben und trotzdem auf die Bedürfnisse der Einzelnen Rücksicht zu nehmen. Dazu müssen wir viel miteinander kommunizieren und unsere Meinungen gut absprechen.

Wie häufig wechselt ihr im Alltag?

Unterschiedlich. Häufig mehrmals in der Stunde, an manchen Tagen bin ich aber auch mehrere Stunden am Stück da. Es hängt davon ab, was wir im Außen erleben. Die meisten Wechsel passieren sekundenschnell, manchmal können sie aber auch minutenlang sein. Andere Menschen merken Wechsel für gewöhnlich nicht.

Bleiben alle Persönlichkeitsanteile für immer oder gehen manche nach einer Zeit wieder weg beziehungsweise kommen hinzu?

Die Anzahl kann schwanken. Es ist interessant, unsere alten Tagebücher zu lesen. Da wurden manche Beiträge von Personen geschrieben, die ich nie kennengelernt habe. Besonders dann, wenn es Veränderungen oder Stress im Außen gibt, kann es sein, dass welche plötzlich gehen, sich Persönlichkeiten verändern oder neu hinzukommen. Im Sommer waren wir für die Uni im Praktikum. Da ist auf einmal die Sozialarbeiterin dazu gekommen. Sie hat das Praktikum gemacht und ist danach wieder verschwunden. Da gab es auch keine Verabschiedung. Ich bin zum Beispiel dazu gekommen, damit wir überhaupt studieren und arbeiten können, denn ich bin im Gegensatz zu den anderen

Das sind die neun Persönlichkeitsanteile

Sara*

31 Jahre alt. Schulterlange dunkelblonde bis braune Haare. Ordentlich und strukturiert. Erledigt das Studium und die Arbeit.

Katja*

Ihr gehört der Körper (das reale Aussehen). 31 Jahre alt. Lange dunkelbraune Haare. Depressiv, selbstschädigendes Verhalten.

Olivia*

Anfang 30. Lange, wellige Haare (immer offen). Grüne Augen. Schlanke Figur. Meistens sexy gekleidet (kurze Röcke, hohe Schuhe, Overknees). Immer gut gelaunt, schlagfertig, charmant, sympathisch, hat aber kein Mitgefühl.

Kleine Katja*

Ungefähr 7 Jahre alt. Lange und dunkle Haare. Schlanke Figur.

Kleine Olivia*

Ungefähr 6 Jahre alt. Rötlich-braune lockige Haarmähne. Schlanke Figur. Sieht sehr kindlich aus.

Valerie*

Teenager. Lange blonde Haare. Sehr mädchenhaft, trägt immer Kleider.

Paul*

7 Jahre alt. Klein und schwächling. Dunkle und kurze Haare.

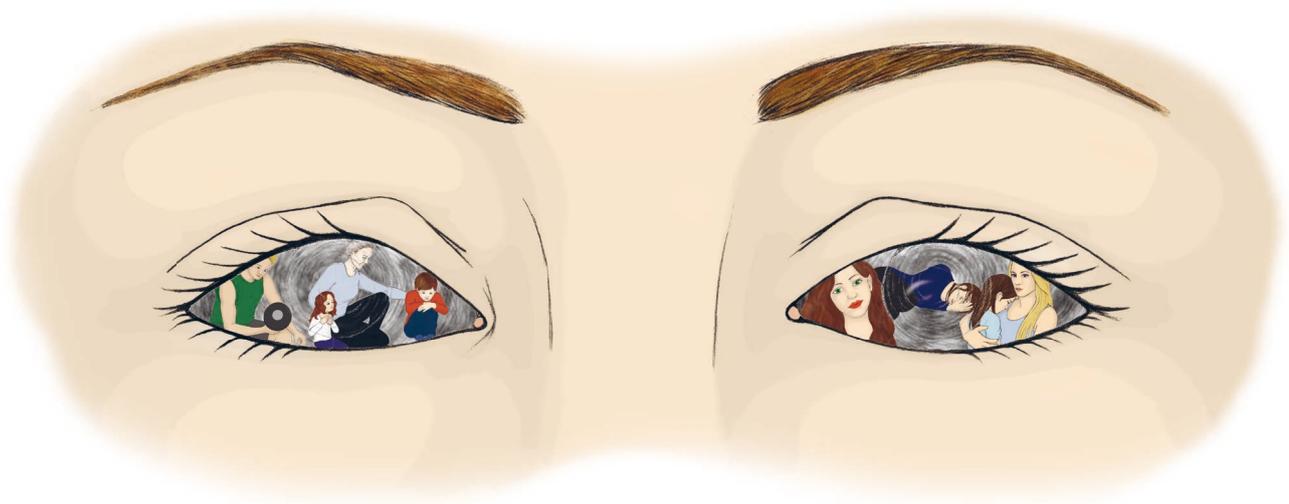
Der Torwächter

14 Jahre alt. Sieht aus wie aus einer amerikanischen Sitcom: Schönling, blond, sportlich, groß und stark. Zitat Sara: „Das ist unser Chef. Der passt immer auf, dass wir nichts machen, was dem System schadet.“

Die Helfende

Ende 50 (sieht aus wie eine junge Oma). Hat ihre hellbraunen bis grauen Haare immer zu einem Dutt gebunden. Ist nie im Außen. Nimmt die Rolle einer Helferin ein. Bemuttert die Kleinen, wenn es ihnen schlecht geht.





sehr organisiert und strukturiert. Mir ist klar, dass das total verrückt klingt, aber für mich ist es so, dass ich eigentlich nicht in diesen Körper gehöre.

Manche der Persönlichkeitsanteile sind männlich, leben aber in einem Frauenkörper. Wie geht zum Beispiel der Torwächter damit um?

(lacht) Er regt sich gerade auf. Es ärgert ihn. Er ist ein ziemlicher Schönling, möchte diese ganzen Mädchensachen nicht und wir gehen ihm alle auf die Nerven. Deshalb ist er auch nicht besonders höflich. Noch dazu ist er mit seinen 14 Jahren mitten in der Pubertät.

Werdet ihr mit der Zeit älter?

Wir sind manchmal nicht sicher, wer von uns wie alt ist, weil wir unterschiedliche Sichtweisen haben. Es kommt darauf an, wer sich mit wem über welche Themen unterhält. Eigentlich ist es aber das Ziel, dass wir älter werden. Allerdings passiert das nicht in Realzeit und wir haben keine Geburtstage. Ich könnte also einfach von heute auf morgen zwei Jahre älter sein.

Du studierst Soziale Arbeit, mittlerweile im Master. Wie habt ihr euch mit euren unterschiedlichen Interessen darauf geeinigt?

Vor dem Studium haben wir sehr unzufrieden in der Privatwirtschaft gearbeitet. Deshalb waren grundsätzlich alle damit einverstanden, den Job zu wechseln. Den Studiengang hat Katja ausgewählt, sie wollte sehr gerne in den sozialen Bereich. Anfangs hat sie alles für das Studium erledigt. Aber mit der Zeit wurde sie immer depressiver. Ich mag das Studium der Sozialen Arbeit auch.

Aktuell arbeitest du an deiner Masterarbeit. Inwieweit macht die DIS es dir schwer, sie zu schreiben?

Es kommt vor, dass sich die anderen beim Schreiben einmischen. Dann ist es wie in einer Gruppenarbeit. Jeder von uns hat einen anderen Fokus. Man merkt, dass unsere Schreibstile unterschiedlich sind. Wir haben auch unterschiedliche Handschriften. Manchmal kann es echt frustrierend sein. Dann habe ich zum Beispiel viel Zeit investiert, um weiterzuschreiben, es kommt ein Wechsel und wenn ich wieder da bin, ist plötzlich alles verändert. Zitate sind auf einmal weg oder doppelt eingefügt. Mittlerweile schreibe ich immer zwischendurch für die anderen auf, was ich zuletzt gemacht habe und was meine nächsten Schritte wären. Wir haben uns auch darauf geeinigt, dass jeder

von uns eine andere Farbe benutzt. Das macht es etwas übersichtlicher.

Wie sieht dein Studienalltag aus?

Ich mache ein Fernstudium, weil ich nebenbei berufstätig bin. Ich arbeite als Grundschullehrerin. Bevor ich angefangen habe, die Masterarbeit zu schreiben, hatten meine Kommilitonen und ich immer nur am Wochenende Blockunterricht. Alles andere lief online. Wir mussten häufig Aufgaben abgeben und Hausarbeiten schreiben. Es ist sehr praktisch, selbstständig einteilen zu können, wann man was erledigt. Die Dozenten haben unseren Jahrgang in Peer-Groups eingeteilt, in denen wir uns innerhalb der Woche zum gemeinsamen Lernen verabredet haben. Zum Glück durfte ich mir häufig die Mitschriften meiner Kommilitonen kopieren, denn damit konnte ich besser lernen. Meine eigenen Notizen waren meistens chaotisch, manche von uns haben eine furchtbar unleserliche Handschrift. Allgemein hilft es uns, organisierte, strukturierte und ordentliche Menschen als Bezugspersonen zu haben.

Wie wirkt sich die DIS auf deinen Job als Grundschullehrerin aus?

Sobald wir das Schulgelände betreten, bin ich, Sara, im Außen. Ich unterrichte

te und pflege den Kontakt zu meinen Kollegen. Es wäre praktisch, wenn mir Katja bei der Unterrichtsvorbereitung helfen könnte, denn sie ist musikalischer als ich und hätte bestimmt viele kreative Ideen. In der Schule darf aber niemand von der DIS erfahren. Sonst hätten die Eltern bestimmt kein Vertrauen mehr zu mir.

Wie gehst du in der Öffentlichkeit mit der DIS um?

Die Diagnose DIS ist, meiner Erfahrung nach, gesellschaftlicher Selbstmord. Deshalb erzählen wir niemandem davon. Wir schämen uns häufig dafür, viele zu sein, besonders dann, wenn wir nicht so funktionieren, wie wir das gerne hätten. Es ist uns auch total unangenehm, wenn unser Partner merkt, dass wir gewechselt haben. Andererseits würde ich manchmal gerne erklären können, wieso ich für bestimmte Aufgaben so lange gebraucht habe, oder beweisen, dass wir uns viele Gedanken darüber gemacht haben. Wenn wir im Seminar gewechselt sind, haben wir in Diskussionen allgemein um das Thema herumgeredet und so

getan, als wüssten wir, worum es geht. Dabei haben wir parallel nach unbekanntem Begriffen oder Gesprächsinhalten gegoogelt. Meine Dozenten und Kommilitonen wissen bis heute nicht, dass wir viele sind.

Wie hat euer Partner reagiert, als er von der DIS erfahren hat?

Es war ein notwendiges Übel, es ihm zu sagen. Wir waren zu dem Zeitpunkt schon fünf Jahre lang zusammen, aber hatten ständig Konflikte, weil er dachte, ich würde meine Meinung permanent ändern. Dabei hatte er einfach immer wieder mit anderen von uns zu tun. Ich glaube, es klappt nur mit uns, weil wir eine offene Beziehung führen und generell sehr tolerant sind. Unser Partner gibt sich Mühe, aber hält das Ganze immer wieder für ziemlich verrückt. Er findet auch Psychotherapie eigenartig und ich glaube, manchmal denkt er, ich würde schauspielern.

Weiß aus eurem Freundeskreis jemand davon?

Wir haben eine gemeinsame beste Freundin, die es weiß. Wir sind schon

seit der ersten Klasse im Gymnasium befreundet. Irgendwann hat sie mal aus dem Affekt heraus gesagt, dass ich mich manchmal wie mehrere Personen verhalten würde. Dann haben wir ihr gesagt, dass wir viele sind. Sie hat das tatsächlich einfach so hingenommen. Das hat uns überrascht, aber natürlich total gefreut und erleichtert.

Ist die DIS seitdem Thema in eurer Freundschaft?

Wir brauchen häufig die Bestätigung von unserer Freundin, dass unsere Realität stimmt und dass wir nicht bösaartig sind, weil wir keinen Kontakt zu unserer Herkunftsfamilie haben wollen. Das wirft uns unsere Familie nämlich vor. Sie sagt, dass wir Lügen erfinden und dass bei uns zu Hause immer alles super war.

Was wünschst du dir von deinen Mitmenschen?

Ich wünsche mir mehr Akzeptanz und Aufklärung über psychische Krankheiten. Menschen sollen aufhören, Dinge zu verdrängen, die angeblich nicht sein können oder dürfen.



Zu wenig Wissen, zu wenige Fortbildungen

Die DIS ist eine umstrittene Diagnose. Diplom-Psychologin Andrea Eckert ist Expertin für Psychotraumatologie sowie Psychoanalyse und arbeitet in der München Klinik. Sie erklärt, warum es so schwierig ist, eine Diagnose zu stellen und wie eine DIS therapiert werden kann.

INTERVIEW JANA MARIE BERTERMANN FOTO JÜRGEN WIDMER



Was ist eine Dissoziative Identitätsstruktur (DIS)?

Die Identität eines gesunden Menschen hat verschiedene Seiten. Wir verhalten uns je nach Situationen unterschiedlich. Aber in unserem innersten Kern sind sich diese Seiten ähnlich und wir können uns daran erinnern, wie wir uns in bestimmten Situationen verhalten haben. Auch andere Menschen erkennen uns sofort wieder. Bei einer Dissoziativen Identitätsstruktur ist die Identität aufgespalten, es gibt verschiedene Persönlichkeitsanteile.

Wie unterscheiden sich diese voneinander?

Der Hauptzustand ist eine „Anscheinend Normale Persönlichkeit“, die nach außen hin gut funktioniert und den Alltag bewältigt. Sie ist erst einmal nicht auffällig, aber wenn man sie näher kennenlernt, merkt man, dass sie nicht besonders emotional ist. Und es gibt Persönlichkeitsanteile, die in der Zeit der Traumatisierung gefangen sind. Die sind zum Beispiel kindlich oder sexualisiert. Teilweise wissen sie nichts voneinander.

Wie macht sich eine DIS bemerkbar?

Menschen mit DIS bemerken diese Identitätsspaltung beispielsweise durch Rückmeldungen ihrer Mitmenschen, wenn sie in ihrer Erinnerung größere Zeitlücken haben oder in ihrer Wohnung plötzlich etwas verändert ist. Oft schieben sie diese beunruhigenden Indizien aber erst einmal weg. Zusätzlich

können sich auch noch jede Menge andere Psychosymptome entwickeln, wie zum Beispiel eine Depression oder Essstörung. Dadurch wird eine Dissoziative Identitätsstruktur oft erst sehr spät im Leben diagnostiziert.

Wie entstehen die unterschiedlichen Persönlichkeitsanteile einer DIS?

Die Bedingung dafür ist, dass die Betroffenen massive Bedrohung und Gewalt erfahren in einer Phase, in der sich Identität und Persönlichkeit entwickeln, also vor dem sechsten oder achten Lebensjahr. Das heißt aber nicht, dass die Persönlichkeitsanteile auch in diesem Alter sind. Es entsteht eine defensive Struktur, die es ermöglicht, mit erneuten Traumatisierungen umzugehen. Jeder Persönlichkeitsanteil hat eine andere Perspektive, eine eigene Wahrnehmung und individuelle Handlungsimpulse. Besondere Lebenssituationen und Herausforderungen bringen häufig Erinnerungen an früher und damit Veränderungen in der Identitätsstruktur mit sich. Persönlichkeitsanteile können auch wieder verschwinden.

Wie bekommen die Persönlichkeitsanteile ihre Namen?

Das ist bei Menschen mit DIS sehr individuell. Manche wissen ihre Namen einfach und andere werden zum Beispiel nach ihren Funktionen benannt.

Welche Ziele hat die Therapie einer Dissoziativen Identitätsstruktur?

Die Menschen sollen in der Therapie zunächst die Dynamik und Funktion der einzelnen Anteile verstehen und lernen, sie zu integrieren. Das ist ein langer Prozess. Ein weiteres Ziel ist, dass die Anscheinend Normale Persönlichkeit mehr Emotionen aushalten kann und mehr darüber weiß, was war. Sobald das emotional möglich ist, wird in der Therapie reflektiert, durch welche Erfahrungen das Trauma entstanden ist. Die Therapie braucht eine lange Zeit, aber eine DIS ist behandelbar.

Expert*innen schätzen, dass etwa 0,1 bis 1 Prozent der Bevölkerung in Deutschland eine DIS haben. Die Dunkelziffer ist aber vermutlich viel höher. Woran liegt das?

Häufig werden Patienten zunächst falsch diagnostiziert. Die DIS gehört zu den umstrittensten Diagnosen, die auch von manchen Ärzten immer wieder bezweifelt wird.

Warum ist das so?

Es gibt zu wenig Wissen und Fortbildung über die DIS. Dazu kommt, dass Patienten mit einer DIS oft Seiten haben, die lange nicht vermuten lassen, was dahinter steckt. Die DIS ist eine Diagnose, die man erst stellen kann, wenn man die Patienten länger kennt. Skeptisch zu sein, ist eigentlich eine professionelle Qualität. Schließlich kann man auch mit anderen Diagnosen manche der Symptome und Erscheinungsbilder erklären, erfasst dann aber nicht alles.

Die Hilfe reicht nicht!

In jedem Heft schreiben wir eine Mail – dieses Mal an Bundesbildungsministerin Anja Karliczek (CDU). Die Corona-Pandemie hat viele Studierende ihren Job gekostet. Unsere Autorin fordert ein gerechteres Hilfspaket, das allen Betroffenen zugutekommt.

TEXT ANN-KATHRIN HEGGER

Neue Nachricht: Nothilfe für Studierende _ □ ×

Von: Ann-Kathrin Hegger An: Anja Karliczek

Betreff: Nothilfe für Studierende

Sehr geehrte Frau Karliczek,

ich habe Angst, dass wir Studierende Ihetwegen zu den Verlier*innen dieser Krise zählen werden. Im Juni haben Sie Überbrückungshilfen bereitgestellt und im September wieder gestrichen. Im November begann der zweite Lockdown. Es hat wertvolle Zeit gekostet, die Infrastruktur für Nothilfe zu reaktivieren. Das dauerte zu lange: 40 Prozent der Studierenden in Deutschland haben einem Bericht der Funke Mediengruppe zufolge mit dem zweiten Lockdown ihren Job verloren.

Sechs von zehn Studierenden kommen nur mit einem Nebenjob über die Runden. Das geht aus der diesjährigen Sozialerhebung des Deutschen Studentenwerks hervor. Wer Angst davor hat, das Geld für Miete und Lebensmittel nicht aufbringen zu können, kann sich keine Sekunde auf anstehende Prüfungen konzentrieren. Frau Karliczek, die Studierenden sind auf das Geld der Bundesregierung angewiesen. Ihre Zukunft steht auf dem Spiel.

Einige Hochschulen in NRW mussten eigene Nothilfefonds ins Leben rufen, weil das Geld der Bundesregierung nicht ausreicht, heißt es aus dem Düsseldorfer Wissenschaftsministerium. Von mehr als 80.000 Anträgen auf Überbrückungshilfe vom Bund sind im Juni rund 26.000 abgelehnt worden. Jede*r dritte Studierende ist durch Ihr Raster gefallen. Hilfe bekommt nur, wer nachweislich durch die Corona-Pandemie in eine Notlage geraten ist. Das Verfahren ist zu bürokratisch. Jeden Monat muss ein neuer Antrag gestellt werden.

Diejenigen, die Ihre Hilfspakete überhaupt in Anspruch nehmen können, erhalten monatlich maximal 500 Euro. Das ist ein schlechter Witz. Denn damit können Studierende in den meisten deutschen Großstädten kaum die Rechnungen begleichen, die am Monatsende im Briefkasten liegen, geschweige denn die Schulden zurückzahlen, die sie in den vergangenen Monaten angehäuft haben. Die Hilfe reicht nicht, sie kam zu spät und hätte nie ausgesetzt werden dürfen.

Frau Karliczek, Sie sagen, neben den Überbrückungshilfen sollen Bildungskredite helfen. Studierende müssten sich also verschulden, um die Corona-Krise überwinden und ihr Studium beenden zu können. Das ist ein Armutszeugnis. Noch nie brauchten die Studierenden Ihre Hilfe so dringend. Es braucht größere, langfristige Hilfspakete, keine Kredite. Und sie müssen allen Betroffenen helfen!

Mit freundlichen Grüßen
Ann-Kathrin Hegger

Senden 

FLASCHEN FISCHEN

Plastikflasche, Kunststoffolie, Spraydose: Aus dem Dortmund-Ems-Kanal angelt Juri Schäffer Plastikmüll und verleiht ihm eine neue Form. Unterwegs ist er auf seinem Boot, selbstgebaut aus Bambus und Plane. Für die Zukunft der Kanäle hat er große Ideen.

TEXT KARSTEN WICKERN FOTO MAGNUS TERHORST

Dieses eine Fenster sticht heraus: Grüne Pflanzen klettern vom Fensterbrett die Fassade entlang. Ein Farbkleck in einem ansonsten grauen Hinterhof in der Dortmunder Nordstadt, unweit der Haltestelle Münsterstraße. Fernsehantennen hängen an den Fenstern, ringsum ragen die Wände weiterer Häuser in die Luft. Dort, wo es so grün ist, wohnt Juri Schäffer.

Von seiner Wohnung aus startet der 31-Jährige zu verschiedenen kreativen Projekten in Dortmund. Heute will er Plastik aus dem Dortmund-Ems-Kanal sammeln. Das macht er regelmäßig – um die Umwelt zu schützen. Alles, was in Dortmund in den Kanal fällt, kann durch die Schiffsbewegung irgendwann in den Meeren landen. Dort halten viele Meerestiere die Kunststoffe für Nahrung und fressen sie. Da ihre Mägen aber nicht dazu fähig sind, Plastik zu verdauen, verhungern die Tiere. Das dokumentieren seit Jahren unter anderem zahlreiche Studien des staatlich finanzierten Alfred-Wegener-Instituts für Polar- und Meeresforschung. Plastik zersetzt sich mit der Zeit zu Mikroplastik, also zu Teilchen, die kleiner sind als fünf Millimeter. Diese werden noch leichter aufgenommen und reichern sich in den Tieren an. Mikroplastik findet sich auch in unseren Körpern. Ein Grund dafür ist die Nahrungskette: Essen wir etwa belastete Fische, nehmen wir die Schadstoffe auf. Eine

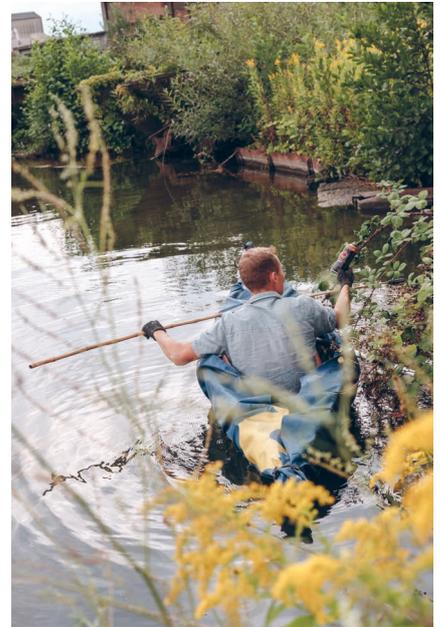
Studie im Auftrag der Umweltschutzorganisation WWF kommt zu dem Ergebnis, dass Menschen wöchentlich etwa die Menge verzehren, aus der eine ganze Kreditkarte besteht. Wie viel das tatsächlich ist, hängt von der eigenen Lebensweise ab. Eine weitere Gefahr sind Schadstoffe wie zum Beispiel Pestizide. Diese können sich aus dem Material lösen und sich sowohl negativ auf unsere Gesundheit auswirken als auch die Umwelt im und um den Kanal in Dortmund schädigen.

BOOTE KOMPLETT AUS RECYCELTEM MATERIAL

Juri steht in einem grauen Hemd im Innenhof und sucht das zusammen, was er zum Plastiksammeln benötigt. Seine blonden Haare trägt er kurz, aus dem Hemd ragen muskulöse Arme hervor. Vor seinen Füßen liegt eins seiner selbstgebauten Boote aus Bambus. Gleich mehrere davon sind im Hof verteilt. Mit alten Fahrradschläuchen hat der studierte Objektdesigner Bambusrohre zu einer Bootsform zusammengebunden. Eine alte blaue Plane bildet die Bootswand. Juri greift sich das Boot und schaut sich konzentriert eine geflickte Stelle an, die er ein paar Tage zuvor repariert hat. Er scheint zufrieden, dreht das Boot um und beginnt, es auf ein Transportgestell zu verladen. Auch das hat er selbst gebaut. Zwei handgroße Räder verbunden mit einer runden Aluminiumstange. Eigentlich war das







Eine halbe Stunde war Juri auf dem Kanal unterwegs. Links unten ist zu sehen, was er herausgefischt hat. In Zukunft will er auf dem Wasser Inseln installieren, an denen Plastik hängenbleibt und die verhindern, dass es sich zu Mikroplastik zersetzt.

mal Müll. Die Achse hat Juri von einem alten Kinderwagen. „Der stand hier in der Nordstadt“, sagt er. Juri wollte für seine Bachelorarbeit eine nachhaltige Konstruktion entwickeln. So ist das Boot entstanden, das aus 100 Prozent recycelten Materialien besteht. „Schon als Kind habe ich sehr viel gezeichnet, gebastelt und gebaut“, erklärt Juri.

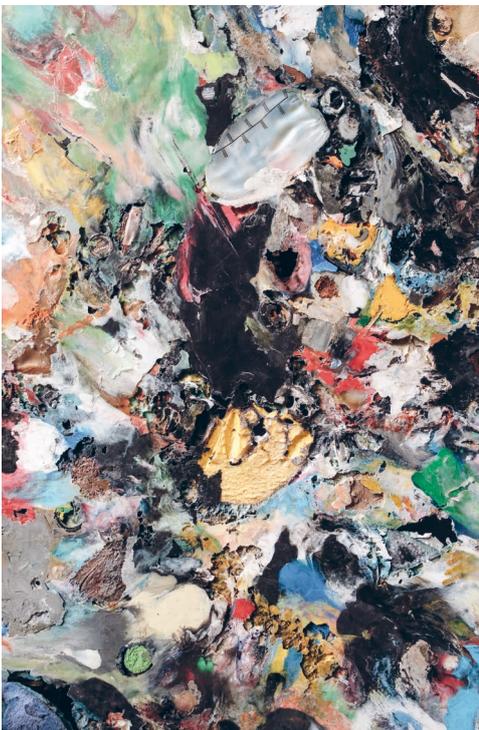
Bevor es losgeht, baut sich Juri aus Bambus, Draht und einem Fahrradschlauch einen Greifarm. Dazu biegt er mehrere Drähte rund und befestigt sie

mit dem Schlauch an dem Bambusrohr. Knapp eine Minute, schon ist Juri damit fertig. Die Konstruktion ähnelt einer Harke. Juri will sie später am Kanal testen. Anschließend befestigt er sein Boot mit einem Karabiner an seinem Fahrrad. Und los geht es. Aus dem Hinterhof und raus auf die Straße, vorbei an irritierten Fußgänger*innen zügig Richtung Hafen. Ein paar Meter vor dem Hafenbecken entdeckt Juri ein paar Flaschen und etwas Plastik. Sein Gesicht verzieht sich. „Sowas ärgert mich“, sagt er. Auf dem Rückweg will er den Müll

mitnehmen, jetzt geht es erst einmal ans Wasser. Juri hält am Ufer neben einer großen Brücke im Dortmunder Hafen. Direkt gegenüber befindet sich ein großes Recyclingunternehmen. „Von der Firma fliegt viel rüber“, sagt er.

FETTE BEUTE IN FLACHER SEE

Juri löst das Transportgestell und lässt das Boot zu Wasser. Vorsichtig wagt er den Einstieg. Es schwankt, die einzige Haltemöglichkeit ist die Stahlwand des



Hafenbeckens. Es wäre nicht das erste Mal, dass er ins Wasser fällt. Doch heute klappt es und er sitzt trocken im Boot. Juri streckt seinen Arm nach dem neu gebauten Greifer und einer Tasche aus, in der er das Plastik verstauen will. Ein Paddel darf auch nicht fehlen, um überhaupt voranzukommen.

Es dauert nicht lange und Juri kann seinen Greifarm zum ersten Mal testen: Eine Spraydose schwimmt im Wasser. Die ist zwar nicht aus Plastik, hat aber nichts im Kanal zu suchen. Als nächstes

zieht Juri eine übelriechende Plastikfolie aus dem Wasser. Teile der Ränder fehlen. „Vieles zerfällt schon zu Mikroplastik“, erklärt Juri. Es gibt noch nicht viele Daten darüber, wie viel Plastik in Binnengewässern wie dem Kanal treibt. 2014 haben Forscher*innen ein Jahr lang Proben aus 25 Flüssen im Rhein- und Donau-Einzugsgebiet gesammelt. Sie haben das Wasser aus den obersten 15 Zentimetern der Flüsse entnommen und ausgewertet. Von mehr als 19.000 gefundenen Objekten war fast ein Viertel Plastik. Über 99 Prozent der gefunde-

nen Plastikteilchen waren Mikroplastik. In den großen Meeren ist das Problem schon sehr viel besser erforscht: Britische Biogeochemiker*innen schätzen, dass 12 bis 21 Millionen Tonnen Mikroplastik allein in den oberen 200 Metern des Atlantiks schwimmen.

ENGAGEMENT AUS ÜBERZEUGUNG

Der Müll aus dem Kanal wird im Laufe der Zeit ebenfalls in die Meere gespült. Juri will dem etwas entgegenzusetzen.

Er mache seine Arbeit aus Überzeugung. Es sei ihm wichtig, etwas für die Umwelt zu tun. „Plastik ist eigentlich ein cooles Material, nur soll es nicht in der Natur sein“, sagt er. Geld verdienen wolle er mit seiner Arbeit nicht. Seine Kunst finanziert ihn. Unter anderem sprayt er für Kund*innen Kunstwelten an Zimmerwände und Fassaden, große Wasserwelten zum Beispiel. Bald soll er sogar ein Flugzeug besprayen.

Juri scheint mit dem Hafenbecken, in dem er heute sammelt, die richtige Wahl getroffen zu haben. Plastikteile gibt es jedenfalls genug. In den wilden Himbeersträuchern, die ins Wasser ragen, sammelt sich der Müll an der Wasseroberfläche. Knapp eine Viertelstunde ist er nun auf dem Kanal unterwegs und schon mehrere Hände voller Müll befinden sich in der Sammeltüte. Auch dank des Greifers, den er sich gebaut hat. Mit diesem zieht er die Plastikteile so nah zu sich heran, dass er sie mit der Hand in das Boot heben kann. „Geht besser, als ich dachte.“ Als es zu regnen beginnt, macht er einfach weiter. Die Sammeltasche füllt sich weiter und wird mit der Zeit schwer. Knapp eine halbe Stunde dauert es, bis die ganze Tasche voll ist. Juri paddelt zurück an die Stelle, an der er eingestiegen ist, und steigt aus dem Boot. Darin hat sich etwas Wasser gesammelt. „Die Löcher waren wohl noch nicht ganz dicht“, meint Juri.

PROJEKT SOLL WACHSEN UND SICH VERSELBSTSTÄNDIGEN

Eine weitere Reparatur hat Zeit, denn mit dem Boot ist Juri nicht mehr so oft unterwegs wie früher, erzählt er. Er denkt größer und innovativer. In seiner Vision sollen auf dem Kanal bald kleine Inseln schwimmen, die mit Moos und Pflanzen bewachsen sind. Umliegendes Plastik soll an den Inseln hängenbleiben, die Pflanzen wachsen darüber. Sie schützen so den Müll vor UV-Licht.

Denn das zersetzt das Plastik zu Mikroplastik. Juri will so die Gefahr für die Umwelt reduzieren. Solche Inseln kann er sich zum Beispiel in ruhigen Hafenbereichen wie an der Stelle nahe des Recyclingunternehmens vorstellen. „Hier können keine Schiffe fahren, weil es zu flach ist“, erklärt er. Die Inseln würden hier also niemanden blockieren.

Ob die Inseln in den Hafenbecken eingesetzt werden, entscheidet am Ende maßgeblich die Dortmunder Hafen AG, die den Hafen betreibt. Bislang kenne man die Idee dort aber nur aus einem Medienbericht. „Wir wissen zu wenig über den Ansatz, um diesen bewerten zu können“, sagt Pressesprecher Pascal Frai. So müsse geprüft werden, ob durch die Inseln der Schiffsverkehr behindert würde. Juri sagt, er habe den Hafenmeister mal auf einer Veranstaltung angesprochen. Der habe da Ähnliches gesagt. Die Hafengesellschaft habe auch schon eigene Maßnahmen gegen (Plastik-)Müll eingeführt, erzählt Frai. So entferne ihr eigenes Boot neben Pflanzenresten regelmäßig Müll aus den Becken. Zu Land sammle ein Hafenpräsenzdienst täglich Unrat ein, bevor er in die Hafenbecken falle. Dort sieht Frai eine Ursache für den Müll im Wasser. „Seit einige Gruppen den Dortmunder Hafen zu ihrem Wohnzimmer erklärt haben, hat die Vermüllung durch Privatpersonen spürbar zugenommen“, sagt er. Die Hafengesellschaft würde sich einen Bewusstseinswandel zu mehr Achtsamkeit und einem höheren Verantwortungsgefühl wünschen. „Wenn niemand Müll ins Hafenbecken wirft, braucht ihn auch niemand einzusammeln“, schlussfolgert Frai.

Juri räumt am Ufer heute erst einmal das mit dem Boot gesammelte Material zusammen. In seinen Augen ist das nicht alles Müll. Juri nutzt einen Extruder, um das Plastik in neue Formen zu bringen. Erst zerkleinert er das Plas-

tik in einer Art Fleischwolf und füllt es dann in das lange Rohr des Extruders. Das Material wird darin erhitzt und am Ende aus einer Düse gepresst. Juri verarbeitet das flüssige Plastik anschließend zu unterschiedlichen Formen. Sogar Skateboards sind möglich, eins steht bei Juri zu Hause. Auch der Extruder steht noch dort, doch das soll sich ändern.

INSELN WARTEN NOCH AUF IHREN EINSATZ

Vom Kanal aus macht Juri sich auf den Weg zu Pandora 2.0, einem großen Grundstück in der Nordstadt. Auf dem Gelände stapeln sich große begehbare Seecontainer. In den selbstgebauten Hochbeeten daneben wachsen Tomaten und anderes Gemüse. Ein Freund begrüßt Juri. David hat Pandora 2.0 gegründet. Mit Freund*innen will er auf dem Gelände ein Kreativ- und Kulturzentrum aufbauen. Auch Coworking-Arbeitsplätze sind geplant. Aktuell befindet sich das Projekt noch im Aufbau. Juri will einen der Seecontainer so umbauen, dass er dort Plastik verarbeiten kann. Für heute ist erst einmal Feierabend.

Ein paar Monate später steht in Pandora 2.0 bereits der große Extruder, den Juri selbst gebaut hat. Gelegentlich trifft sich auf dem Gelände nun auch die Gruppe Precious Plastic Dortmund, die Juri ins Leben gerufen hat. Es ist eine Ortsgruppe der Plastik-Upcycling-Community, die der Aktivist aus Amsterdam kennt. Gemeinsam erschafft die Gruppe nun auch in Dortmund Gegenstände, Designobjekte und Kunst aus gesammeltem Plastik. Juris Inseln warten noch auf ihren Einsatz. Die will er zunächst lokal in den Kanälen testen. Für die Zukunft denkt Juri jedoch noch größer. „Später soll es dahin gehen, wo auch das meiste Plastik ist“, erklärt er. Dazu gebe es reichlich geeignete Meeresstellen.

Auf einem Gelände in der Nordstadt entsteht ein Kunst- und Kreativzentrum (siehe rechts). Das gesammelte Plastik schmilzt Juri dort ein und fertigt daraus unter anderem Kunstwerke (siehe unten).



MONOPOLY AM KÖNIGSWALL

Aus der attraktiven Idee, mit dem Deutschen Fußballmuseum das Aushängeschild des deutschen Fußballs nach Dortmund zu holen, wird eine teure Sache. Zahlen müssen die Steuerzahler*innen, weil Stadt und DFB zu viel falsch machen, findet unser Autor. Ein Kommentar.



TEXT: NICK KASPER; FOTO: DANIELA ARNDT & PRISMA LABS



Die Idee des Deutschen Fußballmuseums in Dortmund war ursprünglich eine gute. Die Betonung liegt auf war. Denn für das Aushängeschild der deutschen Fußballgeschichte zahlen die Dortmunder Steuerzahler*innen viel mehr als geplant. Das Museum kostet mehr, als es einnimmt: ein Finanzproblem mit Ansage. Mit etwas mehr Bescheidenheit und Planungsgeschick hätten die Stadt Dortmund und der Deutsche Fußballbund (DFB) dem entgegenwirken können. Dafür ist es jetzt zu spät. Es wird unnötig teuer.

Allein 2019 hat sich beim Museum ein Verlust von 727.000 Euro angestaut. Künftig will die Stadt 900.000 Euro pro Jahr investieren – das ist drei Mal so viel wie ursprünglich geplant. Das kritisiert der Bund der Steuerzahler (BdSt). Sein Vorwurf: Die Stadt investiere zu viel Geld ins Fußballmuseum, in den „Thronsaal für König Fußball“, wie es der BdSt nennt. Die Kritik ist verständlich. Es sind vor allem die Bürger*innen, die das Projekt mitfinanzieren, denn das Geld für das Museum kommt aus dem Haushaltsetat, also aus Steuergeld.

BRATWURST UND BIER STATT LICHTER UND BÜCHSENSOUND

Dass das Museum überhaupt so viel kostet, liegt nicht etwa an fehlendem Interesse der Fans und Fußball-Nostalgiker*innen. Ursache ist zu großen Teilen der Größenwahn des DFB. Bei seinen Repräsentationsstätten ist dem Fußballbund das Wichtigste, dass er den Fan mit viel Licht, Schickimicki und großartigem Sound bombardiert. Das fängt an bei Stadien und Fanshops und gilt auch für das Museum in Dortmund. Dies wird für jede*n deutlich, die*der vom Hauptbahnhof über den Königswall in Richtung Westenhellweg geht und einen Blick auf die Außenfassa-

de des Museums wirft. Ein großer Vorplatz, eine riesige LED-Wand, dazu die Toplage mitten in der Innenstadt. Etwas mehr Bescheidenheit hätte dem DFB sicherlich gutgetan, um das Portemonnaie der Steuerzahler*innen zu schonen.

Im Inneren des Museums geht es weiter mit den Spuren der modernen Fußballkommerzialisierung: aufwendige Lichtshows in den Ausstellungshallen, riesige Surround-Systeme, um die Besucher*innen mit Fangesängen aus der Büchse in Kaufstimmung zu bringen. Der hartgesottene und traditionsbewusste Fußballfan hat aber keine Lust auf teuren Schnickschnack. Ausgerechnet diese technischen Investitionen müssen fünf Jahre nach der Eröffnung noch abbezahlt werden und versauen damit das eigentlich positive Betriebsergebnis des Museums. Das, was viele Fans wollen, sind der Duft von Bratwurst und Bier in der Nase und uralte Originalstücke der Fußball-Geschichte. Die dürfen gern weniger Geld kosten, denn Bodenständigkeit und Rustikalität sind die Werte, die die Stadion-Atmosphäre der Vergangenheit erlebbar machen.

Der Hochmut des DFB ist nicht das einzige Problem. Auch bei der Finanzplanung der Stadt Dortmund ist einiges schief gelaufen. Dass vier Jahre nach der Eröffnung die Kosten des Museums steigen werden, war vorhersehbar. Jörg Stüdemann, Dezerent für Finanzen, Liegenschaften und Kultur der Stadt Dortmund, sagt: „Die Sponsoren haben ihre finanzielle Unterstützung auf vier Jahre nach Eröffnung des Museums angelegt.“ Die Stadt hätte sich also schon vor der Eröffnung des Museums überlegen müssen, wie sie die Mehrkosten nach Ende der Verträge decken will – ohne sich am Haushaltsetat zu bedienen. Für diese Kurzsichtigkeit müssen nun die Steuerzahler*innen ran.

Nun gibt es auch noch Ärger zwischen den Projektverantwortlichen. Wie Stüdemann sagt, hat die Stadt Dortmund für die nächsten Jahre neue Sponsoren gefunden. Dem DFB sei das nicht gelungen. Laut Vertrag muss der DFB 250.000 Euro der Museumsverluste übernehmen. Zu mehr sei der Fußballbund laut Stüdemann auch nicht bereit, weil er viel Geld in ein anderes Projekt investiere: in die internationale Fußballakademie in Frankfurt. Damit rückt die Finanzierung des Fußballmuseums in den Hintergrund. Umso größer wird der Eigenanteil der Stadt Dortmund und seiner Bürger*innen.

DORTMUND UND SEIN BALLFAHRTSORT

Das ist schade. Ursprünglich war das Fußballmuseum ein Projekt, das vielen Dortmunder*innen gefallen haben dürfte. Dass das nationale Fußballmuseum nicht in der Hauptstadt Berlin oder beim FC Bayern in München steht, hat einige schwarz-gelbe Herzen schneller schlagen lassen. Und das Zeug zum finanziellen Erfolg für Dortmund und die Region hatte das Museum durchaus: Allein der Bau des Museums bedeutete einen Gewinn für die regionale und überregionale Bauwirtschaft von rund 50,5 Millionen Euro. Das zeigt eine Studie des Deutschen Wirtschaftswissenschaftlichen Instituts für Fremdenverkehr (dwif) aus München.

Die Stadt Dortmund und der DFB halten trotz allem am „Ballfahrtsort“ fest, wie Museumschef Manuel Neukirchner das Fußballmuseum einst nannte. Eine Lösung, um die Mehrkosten des Museums aufzufangen, haben beide Seiten bisher nicht. Damit der Thronsaal des Königs Fußball nicht einstürzt, braucht es in den kommenden Jahren Geld. Es kommt leider aus den falschen Portemonnaies.



GEBURTSTRAUMA

Verängstigt, verzweifelt, ausgeliefert – so fühlte sich die damals 21-jährige Nicola Hermann bei der Geburt ihrer ersten Tochter. Wie ihr geht es vielen Frauen in Deutschland. Sie erleben bei der Entbindung ihrer Kinder Gewalt.

TEXT LEONIE ROSENTHAL FOTO MAGNUS TERHORST & PRIVAT

Als Nicola Hermann schwanger wird, ist sie überglücklich. Die Theologie-Studentin aus Paderborn wünschte sich immer Kinder, eine große Familie. Das Mutterglück scheint perfekt. Ihre Schwangerschaft verläuft ohne Komplikationen. Angst vor der Entbindung hat Nicola nicht, im Gegenteil: Sie freut sich.

Vor mehr als fünf Jahren, am 30. Juni 2015, kommt ihre Tochter Clara auf die Welt. Nach der Geburt hat Nicola Angst, erneut schwanger zu werden. Sie glaubt nicht, die Schmerzen ein weiteres Mal durchstehen zu können, die sie damals erlitten hat. Denn Nicola hat während der Geburt Gewalt erlebt. „Es fühlte sich so an, als würde ich sterben. Ich fühlte mich absolut ausgeliefert und alleingelassen.“

Die körperliche und seelische Gewalt, die Nicola erlebt hat, machen viele Frauen weltweit durch. Gründe dafür liegen oft im System: Hebammenmangel, Kreißsaal-Schließungen und Zeitdruck. Offizielle Statistiken gibt es nicht. Die Organisation „Human Rights in Childbirth“ schätzt, dass weltweit 40 bis 50 Prozent der Frauen von Gewalt bei der Geburt betroffen sind. Viele der Frauen brauchen Jahre, um ihre Erfahrungen zu verarbeiten.

Nicola hat den Eindruck, schon bei der Aufnahme ins Krankenhaus mit ihren Schmerzen und Ängsten allein zu sein. Es ist etwa Mitternacht. Ihre Wehen kommen alle drei Minuten. Doch die verantwortliche Hebamme möchte die junge Studentin und ihren Mann wieder nach Hause schicken, so erzählt es Nicola. Die Wehen kämen noch nicht regelmäßig genug. Mit viel Glück würde sie ihre Tochter am nächsten oder übernächsten Tag bekommen.

AUF EINMAL GING ALLES GANZ SCHNELL

Weil die Schmerzen so stark sind, entschließt Nicola sich dennoch dazu, im Krankenhaus zu bleiben. Ernstgenommen fühlt sich die 21-Jährige nicht. „Die Hebamme sagte zu mir: ‚Wenn Sie jetzt schon so darunter leiden, weiß ich nicht, wie Sie später damit umgehen sollen.‘“ Nicola wird in ein Wehenzimmer gebracht, ein kleiner Raum mit nur einem Bett – vorgesehen für Frauen, bei denen die Geburt wohl noch länger dauert.

Im Wehenzimmer schließt Nicola die Hebamme an ein Kardiotokographie-Gerät (CTG) an, das die Herzfrequenz des Babys und die Wehentätigkeit der Mutter aufzeichnet. Nicola ist gezwungen,

im Bett auf dem Rücken zu liegen. Eine für sie unbeliebte Position. Weil Nicola sich nicht bewegen kann, werden die Schmerzen unerträglich. „Ich war an dieses Bett gefesselt und habe über fünf Stunden die Wehen über mich ergehen lassen. Vor Schmerzen konnte ich kaum sprechen, geschweige denn Hilfe holen.“ Auch ihr Mann ist hilflos. Ihre Hebamme besucht Nicola kaum, steckt nur einmal den Kopf durch die Tür. Durch das CTG können die Hebammen die Werte von Mutter und Kind aus der Ferne überwachen. Doch das reicht nicht, findet Nicola: „Es ist Aufgabe der Hebammen, dabei zu helfen, die Schmerzen zu bewältigen.“

Als Nicola die Schmerzen nicht mehr aushält, untersucht die Hebamme sie ein zweites Mal und ist überrascht, wie weit der Geburtsprozess vorangeschritten ist. Nicola's Muttermund ist fast zehn Zentimeter geöffnet. Damit ist sie bereits in der Austreibungsphase, an de-

40 bis 50 %

der Frauen weltweit sind Schätzungen der Organisation »Human Rights in Childbirth« zufolge von Gewalt bei der Geburt betroffen.



ren Ende das Baby geboren wird. Nicola muss sofort in den Kreißsaal, im Gehen hat sie Presswehen.

Im Kreißsaal weist ihre Hebamme sie an, sich wieder hinzulegen. Panik und Zeitdruck brechen aus. „Es hieß: Schnell, schnell – das Kind muss kommen, die Herztöne fallen ab. In dem Moment hatte ich Angst um das Leben meines Kindes. Wie soll man als Mutter reagieren, wenn das Personal in Panik verfällt?“ Ohne ihr Wissen und ohne ihre Zustimmung macht die Frauenärztin einen Dammschnitt. Dabei wird das Gewebe zwischen Scheide und After zum Teil aufgeschnitten. So soll der Kopf des Kindes leichter und schneller aus dem Geburtskanal treten können.

Ob dieser Eingriff medizinisch notwendig ist, wird seit Jahren diskutiert. Viele Frauen haben noch Wochen nach der Geburt Schmerzen und Probleme beim Gang auf die Toilette. Der Damm kann auch auf natürlichem Weg einreißen, allerdings verheilen diese Wunden meistens besser, erklärt Nicola. Als sie nach der Geburt von einer Ärztin genäht wird, heißt es, ihr Damm sei auf na-

türlichem Weg gerissen. Doch Nicolas Mann sieht während der Geburt, wie geschnitten wird. Fünfeinhalb Stunden nach der Aufnahme ins Krankenhaus hält Nicola ihr Baby auf dem Arm. Die anfängliche Fehleinschätzung der Hebamme ließ Nicola fast verzweifeln. „Ich dachte immerzu, das ist gar nicht die echte Geburt, das Schlimmste kommt noch. Wenn ich gewusst hätte, dass es gar nicht mehr lange dauert, hätte ich viel besser mit den Schmerzen umgehen können“, sagt sie rückblickend.

DIE URSACHEN FÜR GEWALT LIEGEN IM SYSTEM

Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) beschreibt den oftmals geringschätzigen und missbräuchlichen Umgang mit werdenden Müttern als internationales Problem. Laut WHO zählen körperliche Misshandlung, aufgezwungene oder ohne Einwilligung vorgenommene medizinische Eingriffe, Verletzung der Intimsphäre und Verweigerung der Schmerzbehandlung zu den Übergriffen. Auch dass Frauen unter der Geburt beleidigt, gedemütigt und vernachlässigt werden, erkennt die WHO als Gewalt an.

Martina Kruse ist Familienhebamme und Traumatherapeutin in Köln und Umgebung. Sie hat viele Jahre im Kreißsaal gearbeitet und weiß, wie schwer es Geburtshelfer*innen in Zeiten von Hebammenmangel und Kreißsaal-Schließungen haben. „Wie soll ich als Hebamme Frauen ordentlich betreuen, wenn ich in einer Klinik arbeite, in der zwei Hebammen sechs Geburten gleichzeitig betreuen müssen?“, fragt Kruse. Für sie liegen die Ursachen für die Gewalt im System selbst: „Die Kliniken und das Gesundheitswesen als Ganzes sind gefordert. Sie müssen die Rahmenbedingungen schaffen, sodass entbindende Frauen die Chance haben, zu bekommen, was sie brauchen.“ Viele Kliniken hätten Standards wie regelmäßige vaginale Untersuchungen, die den Wünschen der Mütter teilweise widersprächen.

10 Zentimeter

ist Nicolas Muttermund bereits geöffnet, als sie endlich im Kreißsaal ankommt.



» Es fühlte sich so an, als würde ich sterben. Ich fühlte mich absolut ausgeliefert und alleingelassen. «

Nicola Hermann hat bei der Geburt ihres ersten Kindes Gewalt erlebt.

Nicola ist erst viel später bewusst geworden, dass sie Gewalt bei der Geburt erlebt hat. Wenn sie heute an die Geburt zurückdenkt, geht es ihr gut, sagt sie. Doch am Anfang sei es ihr schwer gefallen, mit ihren Erinnerungen umzugehen. Statt Glücksgefühlen blieben belastende Fragen zurück. „Ich konnte so viele Dinge nicht nachvollziehen. Warum wurde ich alleingelassen? Was hätte ich besser machen können?“ Die Geburt war demnach nicht das erträumte mangelnde Erlebnis. „Man erwartet diesen hormonellen Rausch. Aber ich war noch im Schock, denn die Panik vor dem Ende der Geburt war total überfordernd“, sagt sie. „Kurz danach dachte ich auch: Okay, ich bekomme kein weiteres Kind.“

Körperlich hatte Nicola lange mit den Folgen zu kämpfen. Die Dammschnittnarbe schmerzte, sie verlor auch nach der Geburt viel Blut. „Teilweise war der ganze Boden voll, als ich auf die Toilette gegangen bin“, sagt sie. Schwindel und Kreislaufprobleme schwächten sie. Erst eine Woche später konnte sie Clara das erste Mal wickeln und tragen. „Es ist einfach ein blödes Gefühl, das eigene Kind nicht auf den Arm nehmen zu

können“, sagt Nicola. Für die damalige Studentin haben ihre Erfahrungen den Start ins Muttersein und die Beziehung zu ihrer Tochter direkt nach der Geburt getrübt: „Wo andere Mütter die Zeit mit ihrem Neugeborenen genießen und sich kennenlernen können, war ich kopfmäßig immer noch dabei, die Geburt zu verarbeiten.“ Deshalb trauere sie ein wenig um diesen Abschnitt, sagt die heute 26-Jährige.

GEBURTEN KÖNNEN EIN TRAUMA AUSLÖSEN

Laut Psychologin Britt Bürgel kann es viele Gründe haben, warum eine Geburt als traumatisch erlebt wird. Zum Beispiel, wenn Grenzen missachtet, Schmerzen und Sorgen ignoriert und Einverständnisse nicht eingeholt werden. Bürgel arbeitet zusätzlich als Heilpraktikerin. Sie berät und begleitet Schwangere und Mütter nach einer traumatischen Geburt und bei postpartaler Depression. Dabei handelt es sich um eine psychische Erkrankung, die innerhalb von vier Wochen nach der Entbindung beginnt. Bürgel sagt, gerade während der Geburt seien Frau-

en besonders verletzlich. „Wir wissen nicht, was passieren oder wie die Geburt ablaufen wird. Deshalb orientieren wir uns an Menschen, die uns umgeben und reagieren sehr feinfühlig auf Signale, die sie aussenden.“ Diese Signale könnten Sicherheit vermitteln, im ungünstigen Fall aber verunsichern.

Demnach mache nicht die körperliche Verletzung das Trauma aus. Viel entscheidender sei, was die Frau während der Geburt empfunden habe: „Selbst, wenn alle Beteiligten körperlich unversehrt sind und die Mutter das Kind im Arm hat, kann ein Trauma geschehen sein“, sagt Bürgel. Das sei von außen oft nicht sichtbar, weshalb die Frauen zu spät Hilfe bekämen.

Die Psychologin hört oft Sätze wie: „Ich habe mein Kind angeschaut, aber konnte überhaupt nichts fühlen. Am liebsten wäre ich rausgegangen und hätte es dagelassen.“ Weil die Frauen überfordert seien und mit Stress zu tun hätten, würden sie sich zwar körperlich zuwenden, aber nicht emotional. Das sei der Beginn einer problematischen Bindungsentwicklung zwischen Mut-



ter und Kind. Gleichzeitig hätten die Betroffenen große Schuldgefühle. „Die Rolle der Mutter erwirbt man über Zeit und Erfahrung. Aber wer sich schuldig fühlt, wird Schwierigkeiten haben, die Rolle in Gänze auszufüllen“, sagt Bürgel.

Viele Signale, die das Kind aussendet, würden mit einem Filter belegt. „Die Schuldgefühle färben quasi alles ein, was die Mutter an ihrem Kind beobachtet, und verändern ihre Reaktionsweise.“ Die Frauen würden sich etwa fragen, ob sie dafür verantwortlich seien, dass ihr Baby wenig schlafe oder unzufrieden sei, erklärt die Psychologin. Die Hebamme und Traumatherapeutin Martina Kruse sagt, dass sich ein Geburtstrauma auch so äußern kann: „Die Frauen können ihre Kinder nicht allein lassen. Sie müssen stets und ständig auf sie aufpassen, damit ihnen ja nichts passiert.“

Es gibt viele Möglichkeiten, die Bindung zu intensivieren: psychologische Beratungen, Babymassagen oder Babyheilbäder. Dabei wird der Moment der Geburt nachempfunden, indem das Neugeborene nass auf die nackte Brust

der Mutter gelegt wird. Generell gelte: Alles, was die Mutter stärkt, ist gut für die Bindung zum Kind, sagt Heilpraktikerin Bürgel.

Das findet auch Hebamme Kruse. Der Beziehung tue es gut, wenn die Mutter sich nicht an dem messe, was nicht gut lief, sondern ihre eigene Stärke in der Geburt wiederentdecke. „Damit wandelt sich das Gefühl von ‚Ich habe versagt‘ zu ‚Ich habe geleistet, was ich leisten konnte‘“, erklärt die Hebamme. Wenig hilfreich seien Sätze wie „Hauptsache, das Kind ist gesund“. Solche Aussagen würden die Mutter zusätzlich belasten. „Bloß, weil es gut ausgegangen ist, heißt es ja nicht, dass es gut war“, sagt Kruse.

HEILUNG DURCH DIE ZWEITE GEBURT

Mit ihren Erfahrungen abschließen kann Nicola drei Jahre später, als sie zum zweiten Mal schwanger wird. Sie fordert den Geburtsbericht ihrer ersten Tochter an und bespricht den Verlauf mit einer anderen Hebamme, die versucht, ihr die medizinische Perspektive

3 Jahre

nach der Geburt kann Nicola mit ihren Erfahrungen abschließen und erlebt ihre zweite Geburt so, wie sie es sich gewünscht hat.

zu erklären. Und es hilft. Doch als Nicola für eine Untersuchung in das Krankenhaus ihrer ersten Entbindung muss, bekommt sie Flashbacks, hat Angst, dass ein Notfall sie dazu zwingt, dort zu entbinden. Sie hat Glück. Die Untersuchung verläuft gut. Nicola wählt daraufhin ein kleineres Krankenhaus in Salzkotten nahe Paderborn.

Insgesamt sei sie weniger naiv an die Geburt herangegangen: „Ich wusste, was theoretisch passieren könnte und habe meinen Willen durchgesetzt.“ Nicola erlebt diese Geburt so, wie sie es sich gewünscht hat: „Ich weiß jetzt, dass ich beim ersten Mal nichts falsch gemacht habe. Dass ich mich bei der zweiten Geburt sicher gefühlt habe, hat den hundertprozentigen Unterschied gemacht.“

Warum knirscht Schnee?

PROTOKOLL CHEYENNE PETERS FOTO PRIVAT ILLUSTRATION NANNA ZIMMERMANN

Wenn wir durch Schnee laufen, dann knirscht und knarzt es. Grund für dieses Geräusch ist, dass tausende kleine Schneekristalle unter unserem Gewicht zerbrechen und aneinanderreiben. Es gilt: Je kälter es ist und je dichter der Schnee, desto lauter knirscht er. Wenn der Schnee erwärmt oder aufgeweicht ist, können wir das Knirschen nicht mehr hören. Die Schneekristalle sind dann so weich, dass sie ineinander verschmelzen, statt zu zerbrechen.

Solange Schnee noch in der Luft ist, besteht er aus einzelnen Schneekristallen. Das sind gefrorene Eispartikel, die sich aus der Luftfeuchtigkeit bilden. Je nach Feuchte und Temperatur entstehen verschiedene Formen und Größen. Manchmal verkeilen sich mehrere Kristalle und werden zu Schneeflocken. Wenn Schneeflocken und Schneekristalle auf den Boden fallen und nicht vom Wind verweht werden, häufen sie sich an und bilden eine Schneedecke.

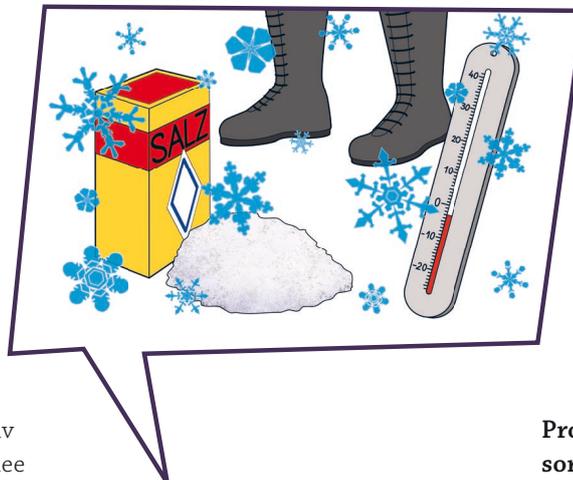
Frisch gefallener Schnee ist erst einmal locker. Das kennen wir als Pulverschnee. Dieser setzt sich relativ schnell, da die Schwerkraft den Schnee nach unten drückt und sich die Schneedecke verdichtet. Zeitgleich formt sich die Kristallstruktur durch den Druck um und die bisher nur locker verbundenen Kristalle binden sich fester aneinander. Dieser Prozess heißt Sinterung. Es entsteht ein feines, aber festes Gerüst aus Schneekristallen.

Einen einzelnen Schneekristall können wir nicht brechen hören. In einer Schneedecke gibt es jedoch abertausende Schneekristalle. Wenn wir auf den Schnee treten, zerbrechen nicht nur die Kristalle, sondern auch das Gerüst, das sich durch die Sinterung gebildet hat. Die Bruchstücke der Kristalle reiben aneinander und an der Sohle des Schuhs. Das führt zu einem knirschenden oder auch knuspernden Geräusch.

Es gibt einen Faktor, der das Knirschen verstärkt: Der Raum zwischen den Schneekristallen ist mit Luft gefüllt. Die Geräusche, die die Reibung erzeugt, versetzen die Teilchen in der Luft in Schwingung. Die Kristalle nehmen diese Schwingungen auf und geben sie verstärkt nach oben an die Luft ab. Dadurch können wir die Bruchgeräusche lauter hören.

Der Klang von Eis und Schnee kann überall verschieden sein. Die Luftfeuchtigkeit und die Temperatur spielen dabei eine entscheidende Rolle. Auch der Salzgehalt des Schnees ist wichtig, da Salz den Gefrierpunkt von Wasser verringert. Deshalb

können wir den Schnee nicht so schön knirschen hören, wenn die Straßen im Winter gestreut sind. Bei beispielsweise minus 5 Grad Celsius Schnee- und Lufttemperatur kann das Streusalz den Gefrierpunkt um mehrere Grad Celsius senken. Der Schnee beginnt früher zu schmelzen und die Schneekristalle werden zu weich, um zu zerbrechen.



Prof. Dr. Christian Haas ist Professor für Arktische und Antarktische Meereis-Geophysik und Fernerkundung an der Universität Bremen und Leiter der Meereis-Sektion am Alfred-Wegener-Institut für Polar- und Meeresforschung.





MISSETAT BEGANGEN

Einen Hasen aus dem Hut zu ziehen oder eine hübsche Assistentin zu zersägen, war gestern. Heute bedeutet Zauberkünstler*in zu sein: Show, Technik und viel Drumherum. Zu Besuch beim Deutschen Vizemeister in der Welt der Zauberei.

TEXT MARLEN STUKA FOTO DANIELA ARNDT

Es ist dunkel und riecht angekokelt. Neonröhren beleuchten spärlich drei Bildschirme, Kabel, Geldstapel und Handschellen. Marco Weissenberg ist umgeben von Zauber-Gadgets und großen, schwarzen Transportkisten mit metallenen Griffen und Rollen. Er runzelt die Stirn und kneift die Augen hinter seiner schwarzen Hornbrille zusammen. Marco steht aufrecht und zerreißt fein säuberlich einen Geldschein. Plötzlich streckt er die Arme aus, das Geld geht in einer großen Stichflamme auf und er hält ein ganzes Bündel Scheine in der Hand. Von dem zerrissenen Schein bleibt nicht einmal die Asche zurück. Der Künstler rückt seine Krawatte zurecht und klopft sich die Hände am Jackett ab.

Marco aus Unna ist mit 27 Jahren einer der jüngsten Zauberkünstler Deutschlands. Schon mit sieben Jahren griff er zum Zauberkasten. Heute ist es schwer zu glauben, dass all seine Utensilien mal in eine Blechkiste gepasst haben. Marco ist Deutscher Vizemeister der Zauberkunst, zaubert hauptberuflich und hat ein Team, das ihn dabei unterstützt.

KARRIERE WIE VON ZAUBERHAND

Der Magische Zirkel von Deutschland, eine Vereinigung von Zauberkünstler*innen, schätzt, dass sich knapp 10.000 Personen mit der Zauberei beschäftigen. Von den etwa 3.000 Mitgliedern des Magischen

Zirkels arbeiten ungefähr 120 hauptberuflich und 500 nebenberuflich als Zauberkünstler*innen.

In den vergangenen zwei Jahrzehnten sind in Deutschland so viele Spielstätten wie noch nie entstanden, an denen Zauberer*innen ihre Illusionen vorführen. „Das dürfte weltweit einmalig sein“, sagt Michelle Spillner, Pressesprecherin des Magischen Zirkels. Aufgrund der Corona-Einschränkungen gibt es momentan keine Vorstellungen vor Ort. Trotz finanzieller Einbußen arbeiten Marco und sein Team weiter. Denn „ohne Kunst und Kultur ist es still und Stillstand ist für uns unvorstellbar“, sagt Marco.

Seit einer Woche dreht er ein Video, in dem seine beiden Leidenschaften aufeinandertreffen: Zauberei und Film. Grundlage des Videos ist die spanische Serie „Haus des Geldes“. Doch statt Geld zu klauen, zaubert er es herbei. Inmitten der selbstgebauten, düsteren Kulisse ist ein Modell der spanischen Bank in schimmernden Satin gehüllt.

In Deutschland bilden sich Zauberkünstler*innen mit Workshops, Festivals und Weiterbildungen aus. Eine staatlich geprüfte Ausbildung oder einen Studiengang gibt es nicht. Durch Vorstellungen und Erklärvideos im Internet ist es leicht, mit Zauberei in Kontakt zu kommen. „In den Erklärvideos wird meistens nur das Trickgeheimnis transportiert. Das macht in

der Zauberei aber nur zehn Prozent aus. Gute Zaubernde müssen sich mit der Theorie des Zauberns auseinandersetzen“, sagt Michelle Spillner. Dazu würden das Timing, die Inszenierung, Figurenentwicklung und Publikumsmanagement zählen. Marco vertraut bei seinen Shows auf sein Gespür und seine Erfahrung, für die jeweilige Illusion die passende Person im Publikum auszuwählen. Er hat gelernt, den Spannungsbogen aufrechtzuerhalten und mit jeder Illusion eine Geschichte zu erzählen. Viele professionelle Zauberkünstler*innen nehmen dafür Schauspiel- und Stimmtraining, arbeiten mit Regisseur*innen zusammen. Wie wichtig Fleiß und Geduld sind, zeigt sich an Marcos Arbeitsweise. Manche Illusionen arbeitet er in drei Wochen aus, an seinem Kunststück für die deutsche Meisterschaft hat er mehr als drei Jahre gefeilt.

ZAUBERTRACHT UND TECHNIK-TÜCKEN

Die Zauberkunst etabliert sich immer mehr im Internet, vor allem auf sozialen Netzwerken wie TikTok und Instagram. Auch Marco ist dort aktiv. Zauberei in einem Video einzufangen, ist schwer. Es steigt die Gefahr der Desillusion. Marco dreht die Szenen an einem Stück, es gibt keinen Schnitt, denn „Zauberei mit Jump Cuts ist nur so halb verblüffend“, sagt Marco. Sein Team achtet penibel auf jede Perspektive. Jedes noch so kleine Detail, das das Handwerk hinter den

Kunststücken entblößen könnte, muss vermieden werden.

Pressesprecherin Spillner stellt ein verändertes Selbstverständnis der Zauber*innen fest: „Sie verstehen sich nicht mehr als die allwissend Übermächtigen. Vielmehr sind sie nahbar und agieren auf Augenhöhe mit den Zuschauern. Ein Zauberer trägt nicht mehr zwangsläufig einen Frack, sondern vielleicht Lederjacke und Jeans.“ Außerdem habe sich der Fokus von dem Trickgeheimnis immer weiter auf den künstlerischen Aspekt verlagert. Schauspielerei und Inszenierung würden immer mehr an Bedeutung gewinnen.

„Was in Film und Serie höher, schneller, weiter wird, ist durchaus ein Maßstab, an dem manche Künstler ihre Zauberei messen wollen“, sagt Marco. Er distanzieren sich von diesem Wettbewerb und achte in seiner Show darauf, dass nicht ein Effekt den nächsten jagt. Der Künstler bemerkt momentan einen Trend zur Zauberei, die gut vor Kameras funktioniert: Illusionen, die erst durch Kamera-tricks möglich werden und ganze Nummern, die als Livestreams mit visuellen Effekten und ohne physisch anwesende Zuschauer*innen laufen. Durch die Corona-Situation entstanden neue Formate wie Autokino-Shows. Sie sind laut Spillner besonders anspruchsvoll, weil Zauberei sehr häufig auf die Interaktion mit dem Publikum angewiesen sei.

WIE VIEL MAGIE STECKT IN DER ZAUBEREI?

Bevor Marco das Zaubern zu seinem Hauptberuf gemacht hat, studierte er sieben Semester Film an der Fachhochschule Dortmund. Zudem absolvierte er eine Ausbildung zum Mediengestalter. Diese Fähigkeiten finden sich auch in seinen Shows wieder, in die er Videoeinspielungen, Projektionen und Vertonungen einfließen lässt. Durch diese Multimedialität, die Mischung aus Comedy, Geschichten erzählen und Magie, wolle er sich von anderen Zauberkünstler*innen abheben. „Ich möchte, dass die Leute rausgehen und von den Geschichten berührt sind und



nicht nur darüber nachgrübeln, wie ich das gemacht habe“, sagt Marco.

Durch die Verbindung von Film und Magie erreiche er Zielgruppen, die vorher keine Berührungspunkte mit der Zauberei hatten, erklärt er. Oft bemerke er, dass das Publikum mit der Erwartung in die Shows kommt, „etwas Las-Vegas-Mäßiges zu sehen“. Mit dieser Erwartungshaltung und den typischen Hokuspokus-Zauber-Klischees will der Künstler spielen. In der Show geht es nicht darum, Hasen aus Hüten zu ziehen oder eine hübsche Assistentin zu zersägen. „Es ist ein Soloprogramm. Meine Assistenten sind die Zuschauer“, sagt Marco. „Wenn ich Kunststücke das erste Mal vorführe, sind sie eigentlich noch nicht fertig. Ich nenne das immer Üben vor Publikum.“ Also vor 100 bis 400 Zuschauer*innen.

Bei der Frage nach seiner Berufsbezeichnung überlegt Marco länger. „Magier weckt manchmal die falschen Assoziationen. Als würde ich mit ganz vielen Teelichtern im Keller sitzen und irgendwelche merkwürdigen Rituale machen. Es ist nichts Übernatürliches und ich versuche, das auch nicht so zu verkaufen.“ Er bezeichnet sich als darstellenden Künstler und weist oft darauf hin, dass seine Kunststücke Illusionen sind, hinter denen mehr steckt als nur ein

Trick. Mittlerweile hat er dabei viel Erfahrung. Gut für den Profi, schlecht für Marco als Zuschauer: Er kann sich nur noch selten selbst verzaubern lassen. Zu schnell hat er raus, was hinter einer Illusion steckt.

HIER KÖNNT IHR ZAUBEREI LIVE ERLEBEN

Sollte das Verbot aufgehoben werden, kann Marcos Show „Wunderkind Live“ am 6. Februar im kleinen Theater Herne stattfinden. Geplant sind zwei Vorstellungen: 16 Uhr und 20 Uhr. Tickets kosten je 18 Euro und gibt es unter: marcoweissenberg.de/tickets

Zauberspielorte in unserer Nähe: Theater Zauberkasten Bochum, Zaubersalon Castrop-Rauxel, Zaubersalon Wuppertal, Zauberfestival Köln

Das Video, das im Text erwähnt wird, findet ihr hier:



Heimsieg auf dem Sofa

Die Weihnachtszeit bringt leckeres Essen und gemütliche Tage daheim. Darunter leidet zum Jahreswechsel euer Sportsgeist? Kein Problem – wir geben euch Tipps, damit ihr euch für Joggingrunden durch den Park oder fürs heimische Work-Out zwischen Schreibtisch und Bett motivieren könnt.

TEXT DAVID ADAMS FOTO BROADVIEW TV & NILS HECK



GEGEN JEDE BEQUEMLICHKEIT

Colin Kaepernick ist Afroamerikaner, spielte American Football in der NFL, einer der reichsten Sportligen der Welt. Kaepernick war erfolgreich, führte sein Team in den Super Bowl. Im Sommer 2016 spaltete der Sportler das Land. Er stand nicht wie in den USA üblich während der Nationalhymne, sondern kniete sich hin. Kaepernick wollte so ein Zeichen gegen Rassismus setzen, gegen Polizeigewalt und die Ungerechtigkeiten, denen Afroamerikaner*innen im Alltag begegnen. Auf **Amazon Prime** erzählt „**Ein amerikanischer Held – Colin Kaepernick**“ die Geschichte vom Adoptivkind, das zu einer der polarisierendsten Figuren der Black Lives Matter-Bewegung wurde. Brennende Trikots und Beleidigungen durch Donald Trump treffen auf die Frage, ob Sportler*innen ihre Aufmerksamkeit für politische Botschaften nutzen sollten.

RAD- UND TRATSCHGESCHICHTEN

Das Image des Radsportes in Deutschland litt lange unter den Dopingfällen um die Jahrtausendwende. Mittlerweile sind viele der früheren Sportler*innen im Ruhestand und eine neue Generation sitzt auf den Rennrädern. Darunter Rick Zabel, Sohn des Dopingsünders und ehemaligen Top-Sprinters Erik Zabel. In seinem **Podcast „Plan Z“** gibt Rick auf unterhaltsame Art **Einblicke in den Radsport**. In den Episoden spricht er mit unterschiedlichen Gästen. Zabel diskutiert mit dem Teamkollegen über das laufende Drei-Wochen-Rennen, erörtert mit dem Sportmediziner die klassischen Radsportverletzungen oder rekapituliert mit der Ehefrau die eigene Hochzeit. Etwa alle zwei Wochen erscheint eine neue Folge **in allen verfügbaren Podcastern**.

UNTER AUFSTIEGERN

Einmal Mäuschen spielen in einer Fußball-Bundesliga-Kabine – undenkbar, aber doch wünschenswert. Tobt der Trainer wirklich in der Halbzeit, wenn das eigene Team 0:3 zurückliegt? Warum darf der ewige Chancetod schon wieder von Beginn an spielen? Fragen, die vielen Fußballfans schon mal durch den Kopf gegangen sind. In „**Wir werden ewig leben**“ durfte Journalist Christoph Biermann den **1. FC Union Berlin in der Spielzeit 19/20** begleiten. Das erste Bundesligajahr der Geschichte für den Verein. Unter der Bedingung, das Projekt jederzeit beenden zu können, öffnete der Verein sonst verschlossene Türen. Das daraus entstandene **Buch** gibt spannende und neue Einblicke in die Welt des Profifußballs. Die etwa 400 Seiten sind im **Buchhandel** erhältlich.

MIT FEDER UND SCHLÄGER

Biografien von Sportler*innen folgen meist Schema F. Sie beginnen bei der Kindheit und gehen über den sportlichen Erfolg bis zum Karriereende. Oft schreiben Sportler*innen ihre Biografien nicht selbst. Tennisspielerin Andrea Petkovic wählt einen anderen Weg. Jede Zeile des **Buches „Zwischen Ruhm und Ehre liegt die Nacht“** hat die 33-Jährige selbst verfasst. Die Erzählungen geben einen Einblick in ihr Leben und in ihre noch laufende Sportkarriere. Petkovic lässt die Leser*innen in ihre Gedankenwelt und zeigt, dass Schreiben und Tennisspielen sich in vielen Punkten ähnlich sind. So würden sowohl das Duell auf dem Tennisplatz als auch das leere Blatt am Schreibtisch eine gewisse Einsamkeit mit sich bringen. Das Buch gibt es im **Buchhandel**.



Das ist doch Kinderkram

Zu Zeiten, in denen wir keine echten Reisen unternehmen können, müssen wir irgendwie Abhilfe schaffen. Unser Autor ist deshalb in seine eigene Kindheit gereist. Dabei hat er Kritzeleien und Kuscheltiere gefunden, die er schon längst vergessen hatte.

TEXTFELIX KRIEWAJD FOTO LARA WANTIA



Was tun, wenn das Reisefieber während der Pandemie zuschlägt? Ich will nicht die Stadt verlassen, aber wenigstens das Haus. Also fahre ich zu meinen Eltern – und reise damit in meine Vergangenheit. Der letzte Besuch ist zwar nicht so lange her, aber ich habe mich lange nicht mit dem Inhalt meiner alten Schränke und Schubladen beschäftigt. Auf geht's zu fast vergessenen Hobbys und Leidenschaften.

Ich öffne die erste Schublade und werde 15 Jahre zurück in die Vergangenheit katapultiert. Gut 20 Gameboy-Spiele purzeln mir entgegen. Die Klassiker Pokémon, Tetris, Super Mario und Donkey Kong begrüßen mich, als sei ich nie weg gewesen. Ich schiebe die Gelbe Edition in meinen verstaubten Advance SP. Es tut sich nichts. Wieder raus, einmal kräftig rein pusten, wieder rein. Schon läuft das Spiel. Wenn sich Probleme in meinem heutigen Leben doch so leicht lösen ließen ... Im Spiel bin ich wieder Pokémon-Trainer. Auf dem großen Abenteuer auf der Halbinsel Kanto begegne ich wilden Pokémon im hohen Gras. Für mein treues Zapdos auf Level 100 ist das natürlich kein Problem.

In der nächsten Schublade stapeln sich Match-Attax-Karten und Panini-Sammelbilder. Wie wichtig mir Fußball damals war, zeigen dilettantische Porträtzeichnungen von Franck Ribéry und Luca Toni. Weshalb ich ausgerechnet Spieler des FC Bayern gemalt habe? Ich, der heutige BVB-Fan, bin fassungslos.

Nach drei Runden Tetris entdecke ich etwas, das wohl noch mehr Stunden meiner Lebenszeit beansprucht hat als mein Gameboy: meine alte Sammlung Lustiger Taschenbücher. Sie ist peinlich genau sortiert. Dieser Ordnungszwang ist mir inzwischen leider abhandengekommen. Die etwa 50 Bücher erinnern mich an Geschichten, die mich nicht nur zum Lachen gebracht haben. Ich habe einiges über Geschichte, Kultur und Zeitgeschehen gelernt. Ohne die grandiosen Comics von Carl Barks hätte ich zum Beispiel nie etwas über die finnische Mythologie erfahren. Wofür das wohl noch gut ist?

Aus meinem Kinderzimmer gehe ich raus und runter in den Keller. Zwischen Kisten mit kiloweise Legosteinen und meinen heißgeliebten Dinosaurierfiguren schlummert ein dicker Ordner mit Diddl-Blättern. Schon im Kindergarten

habe ich Gender-Klischees getrotzt und Unmengen der duftenden Zettel angehäuft. Und sie riechen noch immer. Ich rubble kurz drüber und lasse mich von den Düften Schokokuss, Vanille, Erdbeere und Popcorn in meine früheste Kindheit entführen. Puh! Warum fällt mir jetzt erst auf, wie ekelhaft künstlich das riecht?

In mehreren Plastiktüten finde ich meine über die Jahre immer größer gewordene Sammlung an Kuscheltieren. Im Geiste liege ich wieder in meinem alten Hochbett und erinnere mich, wie meine plüschigen Freunde in einer bestimmten Reihenfolge um mich herum auf der Matratze saßen. Niemand sollte sich ausgeschlossen fühlen, aber eine Rangordnung für die besonders wichtigen Stoffkumpanen gab es doch. Mein treuer Hund Flocki und der Hase Felix, die mich beide schon mein ganzes Leben begleiten, hatten selbstverständlich das Vorrecht auf den Platz in meinen Armen.

Eine Reise in die eigene Vergangenheit ist kostenlos und bietet mehr Abenteuer als die meisten Roadtrips. Eine dicke Empfehlung für alle – zumindest, wenn ihr ein bisschen kindliche Peinlichkeit aushaltet.

Sudoku

	4	3	7		5			
		5	2		1		4	
	6	2			4	8		
						4	8	
	8			7			3	
	5	9						
		6	9			5	7	
	7		4		2	1		
			6		7	9	2	

	9			2	1			
8	2	1		7				
		7	9			6		
	3	5		1				
9			7		6			3
				3		1	9	
		4			7	2		
				5		8	6	4
			8	6			7	

	8	2		1	4			
	5		2				4	9
	4	8	5					7
9		7	8		1			4
5					7	8	1	
6	1				2		9	
			1	5		2	7	

Impressum

HERAUSGEBER

Institut für Journalistik, TU Dortmund

PROJEKTLEITUNG

Prof. Dr. Wiebke Möhring (Vi.S.d.P.)

REDAKTION

Uni-Center, Vogelpothsweg 74, 44227 Dortmund

REDAKTIONSLEITUNG

Julia Knübel, Sigrun Rottmann

CHEF*INNEN VOM DIENST

Janis Beenen, Viktoria Degner, Timo Halbe

TEXTREDAKTION

Jana-Sophie Brüntjen, Lena Bujak, Sven Lüüs,
Robert Tusch, Lara Wantia

LAYOUT & GRAFIK

Stephan Kleiber, Svenja Kloos, Anneke Niehues, Martin Schmitz

FOTOREDAKTION

Daniela Arndt, Magnus Terhorst, Lara Wantia

PRODUKTION

Julius Kleiber (Mund-Nase-Bedecker und Isolationskontrolle),
Stephan Kleiber (Administration & Technik)

TEXTE DIESER AUSGABE

David Adams, Jana Marie Bertermann, Marie Gundlach,
Ann-Kathrin Hegger, Nick Kaspers, Emilia Knebel, Felix Kriewald,
Cheyenne Peters, Leonie Rosenthal, Marlen Stuka, Karsten Wickern

FOTOS DIESER AUSGABE

Daniela Arndt, Magnus Terhorst, Lara Wantia

ILLUSTRATIONEN DIESER AUSGABE

Nanna Zimmermann

DRUCK

Lensing Druck GmbH & Co. KG
Feldbachacker 16
44149 Dortmund



