



Like a Rolling Stone

**Ein besonderes
Herzansliegen**
Die Neuen aus der Medizin

**Drei kreative Wege
nach dem Studium**
»Was macht die Kunst?«

**Zusammenhalt
trotz Abstand**
Ein virtuelles Semester

We keep Rockin'

Nach unserem besonderen Jubiläumsjahr, welches schließlich mit einer spektakulären Festwoche und vielen bunten Veranstaltungen rund um das zehnjährige Bestehen unserer Hochschule gekrönt wurde, stellt sich auch dieses elfte Jahr für unsere Hochschule als außergewöhnlich und absolut einzigartig heraus.

Im Jahr 2020 befindet sich die MSH – wie auch der Rest der Welt – in einer Ausnahmesituation. Plötzlich erfordern die sich ständig wandelnden äußeren Umstände ein grundsätzliches und bedachtes Umdenken in allen Bereichen.

An einer Präsenzhochschule geht echte Lehre nur vor Ort? Falsch. Innerhalb kürzester Zeit findet der gesamte Vorlesungsbetrieb in virtueller Form statt. Lizenzen werden angeschafft und Software wird installiert. Lehrende werden technisch ausgestattet und geschult. Studierende erleben ihre Seminare und Vorlesungen via Webcam-to-Webcam statt Face-to-Face. Termine zu Veranstaltungen oder Prüfungsleistungen stehen längst fest und kurzfristige Anpassungen sind nicht möglich? Wieder falsch. Pläne werden ver- und immer wieder neu entworfen. Bei plötzlich auftretenden Unwägbarkeiten wird getüftelt und improvisiert bis am Ende immer eine Lösung für alle und alles steht. »Und das Dank eines großartigen Teams.«

Es ist klar: Wir wagen ein Experiment mit offenem Ausgang. Und das Ergebnis?

Mit Offenheit, Gelassenheit, Neugier und natürlich Einfühlungsvermögen wachsen wir zusammen und unterstützen beispielsweise bei kleinen und großen technischen Komplikationen: »Die Studierenden zeigen glücklicherweise eine hohe Bereitschaft, die technisch nicht in gleichen Maßen versierte Professorin digital zu coachen.« Gemeinsam überwinden wir scheinbar fixe Grenzen und erweitern Horizonte.

»Die Digitalisierung bietet auch viel Flexibilität.« So beschränkt sich der MSH-Campus spätestens seit diesem Semester nicht mehr nur auf die Standorte am Harburger Binnenhafen oder in der HafenCity. Überall werden WG-Zimmer zu Seminarräumen und Hörsälen, Balkone verwandeln sich in Ateliers und ein Sportstudent richtet sich kurzerhand ein privates Studio in einer Garage ein.

In dieser ungewissen Situation zeigt sich noch einmal deutlich, was die MSH als Wegbereiter auszeichnet: Zusammenhalt trotz Abstandsregelungen. Vertrauen in das eigene Können und die daraus resultierende Widerstandsfähigkeit unserer Hochschulgemeinschaft. Die Entschlossenheit, Vorhaben voranzubringen, zu wachsen und aus Herausforderungen Kraft zu schöpfen.

»Like a Rolling Stone« – Unaufhaltsam und mit viel Energie rollen wir nicht nur durch dieses Magazin und in das neue Semester, sondern auch in das nächste Jahrzehnt unserer Hochschulgeschichte.

Shortcut gesucht?

Diese Markierungen »verlinken« die Artikel, Reportagen und Interviews, durch die wir im Folgenden blättern.



Nicht nur die Lehre wurde an der MSH zeitweise ins World Wide Web verlegt. Mehr dazu ab Seite 26.

... erinnert sich Simon Schneider. Weitere Zeitzeugen berichten ab Seite 8 über ihre Erlebnisse im virtuellen Semester.

Das Kunst-Studium als persönliches Zukunftsexperiment. Lebensläufe von kreativen Querdenkern ab Seite 54.

Diese Eigenschaften sollten Studierende auch für unseren neuen Masterstudiengang mitbringen. Ab Seite 44 gibt's das Interview dazu.

...freut sich Prof. Friederike Götz. Dieses und weitere Stimmungsbilder zum Stundenplan fernab des physischen Campus ab Seite 8.

Physik-Lern-Videos, digitales Sezieren und ein spielerischer Wettstreit à la Hogwarts. Einblicke in die ersten Semester unseres Staatsexamensstudiengangs Humanmedizin ab Seite 32.

Freiluft-Jogging statt Studio-Laufband? Ab Seite 38 dreht sich alles um Sport in Krisenzeiten.

Für namentlich gekennzeichnete Beiträge sind die Autoren verantwortlich. Diese Beiträge geben nicht unbedingt die Auffassung der Redaktion wieder. Kürzungen behält sich die Redaktion vor.

Gender-Hinweis:
Status- und Funktionsbezeichnungen gelten in diesem Dokument jeweils für alle Geschlechter.

MSH-Playlist





You gotta MOVE

The Rolling Stones



DAS VIRTUELLE SEMESTER

Leere Bibliotheken, einsame Flure und geschlossene Seminarräume. Was nach Shutdown klingt, war in Wirklichkeit der Auftakt zum Wandel. Die MSH wird digital – und beweist nebenbei: Wenn alle an einem Strang ziehen, kann jede Hürde genommen werden. Innerhalb kürzester Zeit wurden alle Kräfte mobilisiert, um kreative (Online-)Lösungen für Vorlesungen, Seminare, Prüfungen und Co. zu finden. Studierende, Lehrende und Mitarbeiter des Hochschulmanagements berichten, wie sie diese Zeit erlebt haben.

Das war die größte Herausforderung



Simon Schneider,
Wissenschaftlicher Mitarbeiter im Department Humanmedizin mit Schwerpunkt Lehre & Labormanagement, seit dem virtuellen Sommersemester 2020 auch IT-Mitarbeiter

Ins kalte Wasser geworfen und als Geburtstagsgeschenk bekam ich die »IT-Mütze« von Frau Renken-Olthoff aufgesetzt.

Prompt startete die E-Mail-Flut: »Wir brauchen Laptops«, »Wir haben Prüfungen – wie machen wir das nur?«, »Alle Kollegen müssen im Homeoffice arbeiten können – organisiert ihr das?«, »Wie sollen die Vorlesungen stattfinden?« Am Wochenende schnell zehn Räume für digitale mündliche Prüfungen vorbereiten: Netzkabel legen und patchen, Tischgruppen aufbauen, Steckdosen verteilen. Um 01:30 Uhr nach Hause. Und Sonntag gleich weiter: Anleitungen entwerfen, Screenshots machen und verständliche Formulierungen finden. Vorlesungen lieber aufzeichnen? Alles klar! Wir laden alle in die KuraCloud ein. Alle? Das sind richtig viele Studierende! Ok, Excel-Tabellen erstellen und schnell nach Studiengang, Semester, Kohorten und Modulen sortieren. Lehrende auch noch. Videos aufzeichnen, konvertieren und hochladen. Check!

»Hallo?! Hier spricht die MSB. Könnt ihr für uns auch die KuraCloud einrichten? In einer Woche soll es losgehen.« Wie viele Studierende? 1000 – alles klar. Den Ablauf kennen wir ja nun – also auf in Runde zwei. Könnten wieder längere Tage werden... aber erfolgreiche.

Dann endlich: Wir haben es geschafft und sind online. Und das Dank eines großartigen Teams.



Prof. Dr. habil. Bernd Six,
Departmentleiter Psychologie

Ich erlebe eine massive Reduktion von Kommunikation und Kontakt.

Es ist für mich das erste Mal, dass ich Vorlesungen und Seminare in der derzeit praktizierten Form als virtuelle Lehre durchführe. Um es klar und eindeutig zu sagen: Unsere Hochschule zu einer »Fern-Universität« zu machen, deckt sich in keiner Weise mit der Vorstellung, die ich von einer Universität habe.

Ich halte Präsenzveranstaltungen für eine extrem wichtige Form für die Vermittlung von Wissen und Kompetenzen. Vor allem dadurch, dass das Zwillingsspaar Kommunikation und Kontakt nur wirklich erfolgreich realisiert werden kann, wenn Studierende und Lehrende vor, während und nach der Veranstaltung miteinander sprechen. Wenn Fragen unmittelbar gestellt und auf atmosphärische Wetterlagen eingegangen werden kann: Blicke, die signalisieren, dass etwas nicht klar oder das Tempo nicht angemessen ist und sich Erschöpfung ausbreitet. Auch kurze Fragen zu Literatur oder Sprechzeiten sind bei einer »aufgezeichneten Fernsehsendung« nicht möglich – für Organisationsklima und -kultur aber wichtig. Die größten Herausforderungen bestehen für mich also darin, einen Text zu sprechen ohne die Reaktion der Studierenden abschätzen zu können und keine Atempausen durch Zwischenfragen zur Verfügung zu haben. Andererseits ermöglicht das Experiment »virtuelle Lehre« auch, einzelne Veranstaltungen eben nicht ausfallen zu lassen. Die technische Umsetzung ist exzellent und die Akzeptanz seitens der Studierenden sehr positiv. Also: In besonderen Situationen ein gut erprobtes Problemlösungsmittel, als Dauereinrichtung jedoch unvereinbar mit den Grundsätzen einer Präsenzhochschule.



Prof. Friederike Gözl,
Professorin für Kreative Methoden
in der Sozialen Arbeit

Dass Herausforderungen
hohes kreatives Potenzial
aktivieren, beweisen die
Studierenden in vielerlei
Hinsicht.

»Wie kann es in virtuellen Räumen gelingen, Studierende praxisnah in künstlerisch-ästhetische Prozesse einzuladen?« fragte ich mich am Anfang dieses Semesters. Schnell wurde klar, dass die Ausnahmesituation ein fantastisches Realexperiment bietet, kreativ handelnd mit einer neuen und unbekannten Situation umzugehen – ein Lernziel im Modul Kreative Methoden. In kleinen WG-Zimmern entstehen Mini-Ateliers, der Altpapiersack enthält plötzlich interessante Bildträger oder das wertvolle Toilettenpapier wird »geopfert« und in eine künstlerische Aktion transformiert.

Die Studierenden zeigen glücklicherweise eine hohe Bereitschaft, die technisch nicht in gleichen Maßen versierte Professorin digital zu coachen. Da kann es aber auch mal sein, dass die Lehrende aus dem virtuellen Raum »hinausfliegt«, während die Studierenden weiterarbeiten. Die Kompetenz der Selbstorganisation trägt Blüten.

Die Studierenden virtuell zu »sehen« gelingt mir selten. Der Chat als Kommunikationsmittel wird dafür rege genutzt. Hier wird sich aktiv beteiligt, gegenseitig unterstützt, Vorschläge werden unterbreitet und sich positioniert. Vielleicht bietet sich damit ein Forum, welches in unserer schnelllebigen Zeit ermöglicht, nachzudenken und auch »Stillere« zu Wort kommen zu lassen. Diese Form der Kommunikation ist eine neue Erfahrung und die nehme ich, neben vielen anderen Anregungen, in jedem Fall für mich mit.

Daran könnte ich mich gewöhnen



Svenja Hamann,
Studierende im Masterstudiengang
Intermediale Kunsttherapie

Ich habe wieder angefangen,
Kunst nur für mich selbst zu
machen.

Derzeit studiere ich den Master Intermediale Kunsttherapie im zweiten Semester. Wir lernen, individuelle Veränderungs- und Entwicklungsprozesse von Menschen künstlerisch zu begleiten und mit ihnen zusammen zu gestalten. Die Seminare bestehen zum großen Teil aus praktischer Arbeit und gemeinsamen Diskussionen. Präsentationsvorbereitungen, das Anleiten und Durchführen von künstlerischen Interventionen sowie das Besprechen von Texten in der Gruppe sind über Microsoft Teams gut möglich. Um auch zu Hause künstlerisch arbeiten zu können, habe ich in meinem Zimmer ein kleines Atelier eingerichtet. Dies hilft mir, mich neben der Uni auch im Privaten mit verschiedenen Themen künstlerisch auseinanderzusetzen und hoffe, dass ich dies auch noch tun werde, wenn die Seminare wieder in den Ateliers der MSH stattfinden.



Christina Michler,
Wissenschaftliche Mitarbeiterin mit
Schwerpunkt Lehre im Department Performance, Neuroscience, Therapy and Health

Die zusätzlich gewonnene Flexibilität kann auch nach der Corona-Krise Möglichkeiten bieten.

Virtuelle Lehre, Adobe Connect, KuraCloud, Microsoft Teams – all das waren zu Beginn der virtuellen Präsenzlehre neue Begriffe für mich. Aber es war klar, dass ich mich mit diesen Programmen anfreunden muss. Nach fast zwei Monaten habe ich auch Vorteile daran entdeckt. Ich war sehr überrascht, welche breiten Anwendungsfelder sich mir da eröffnen. Der Unterricht lebt durch Austausch und Diskussionen mit den Studierenden. Daher ist es gut, dass wir über einen Chat und die Vergabe von Sprachrechten interagieren können. Ein großer Vorteil ist aus meiner Sicht, die Unabhängigkeit der Lehre von Räumlichkeiten. So können sich Studierende und Lehrende von überall hinzuschalten. Positiv finde ich außerdem, dass virtuell auf andere Art zusammengearbeitet wird und sich alle gegenseitig unterstützen. Vor allem wenn es darum geht neue Tools im virtuellen Setting umzusetzen, zeigen sich die Studierenden sehr verständnisvoll und sind immer offen für Neues. Ein kleiner Nebeneffekt der Kontaktbeschränkungen ist, dass in den Kursen die Anwesenheit der Studierenden noch höher ist als sonst. Trotz all der Vorteile, freue ich mich doch sehr auf die Kontaktlehre und den persönlichen Austausch.



Katrin Wieckhorst,
Bibliothekarin

Solche produktiven »Auszeiten« würde ich gerne weiter in meinen Arbeitsalltag integrieren.

»Kannst du als Bibliothekarin überhaupt im Home-Office arbeiten?« war im März eine sehr beliebte Frage von Familie und Freunden. Ja, das kann ich: Anfragen werden statt persönlich per E-Mail beantwortet, Bücher statt im OPAC in der Milibib recherchiert, Schulungen überarbeitet und im virtuellen Raum durchgeführt, Coffee Lectures in Form von ausführlich kommentierten Präsentationen erstellt. Mittlerweile habe ich mich an die neuen Routinen gewöhnt, trotzdem fehlt mir ein Aspekt, der mir bei meiner Arbeit wichtig ist: Der persönliche Kontakt mit den Studierenden, Lehrenden und meinen Kolleginnen.

Das Office zu Hause hat auch schöne Seiten. Bei gutem Wetter verlege ich spontan den Arbeitsplatz in den Garten. Für die Nachbarin habe ich das Klischee erfüllt, dass Bibliothekarinnen den ganzen Tag lesen. Das gehört zur Vorbereitung von Schulungen einfach dazu. Trockene Texte zum Thema Urheberrecht lesen sich auf der Terrasse in der Sonne mit einem Becher Kaffee in der Hand gleich viel leichter. Außerdem hat der Blick in den Garten etwas sehr Meditatives. Während es in der gut besuchten Bibliothek oft eher unruhig zugeht, gibt es zu Hause nur wenig Ablenkung. So waren zum Beispiel das Erstellen der Präsentationen für die Coffee Lectures und Vorbereitungen der Career Center-Kurse sehr entspannt und gingen wesentlich schneller voran.

Das habe ich gelernt



Prof. Dr. Jan Sonntag,
Professor für Musiktherapie

Fotografin: Eva Häberle

Zum Glück bin ich es als Musiker gewohnt, mich spontan in komplexe Interaktionen zu begeben.

Corona spaltet die Gesellschaft in zwei Gruppen: Die, die mehr Zeit haben und die, die weniger Zeit haben. Ich gehöre eindeutig zur zweiten Gruppe und jongliere 2x Home-Schooling, 1x Home-Kitaing mit Home-Office in mehr als home-opathischen Dosen. Pure Energie, famose Improvisation! Für alle in meiner näheren Umgebung gilt: So viel digital wie nötig, so wenig wie möglich. Sonst kriegen wir alle den »Bildschirm-Rappel«. Musizieren geht ja ohnehin nicht online, jedenfalls nicht befriedigend. Also raus auf die Straße: Balkonsingen vor dem Pflegeheim und allabendliches Nachbarschaftsmusizieren.

Die virtuelle Lehre funktioniert gut. Wirklich stark, wie die MSH das angegangen ist. Wir lockern auch hier auf durch Offline-Phasen, in denen wir wirkliches Wissen über wirkliche Dinge sammeln. Vieles bleibt natürlich außen vor, aber ich habe auch Interessantes dazu-gelernt. So hat sich mein didaktisches Repertoire deutlich erweitert und ich habe viele Ideen bekommen, wie Präsenzlehre künftig besser digital flankiert werden kann.



Laura Fricke,
Studierende im Masterstudiengang
Psychologie mit Schwerpunkt Klinische
Psychologie und Psychotherapie

Es ist keine einfache Zeit und doch macht jeder das Best-mögliche aus der Situation.

Sowohl für die persönliche als auch für die universitäre Entwicklung ist diese Zeit ein Schritt in die richtige Richtung. Ich habe gelernt, meine Zeit besser einzuteilen und bin außerdem positiv überrascht, mit wie viel Disziplin und Gewissenhaftigkeit ich die aufgetragenen Aufgaben erledige. Ein weiterer Aspekt, der mir an der virtuellen Lehre gut gefällt, ist die Funktion der Arbeitsgruppeneinteilung. In kohortenübergreifenden Modulen besteht somit die Möglichkeit, mit anderen Studierenden zusammenzuarbeiten und sich näher kennenzulernen. Jedoch fehlt mir der direkte Kontakt zu den Lehrenden. Es ist zwar möglich, sich zu melden und Fragen zu stellen, in der Präsenzlehre ist es aber einfacher Unklarheiten aus der Welt zu schaffen. Natürlich fehlt auch der Kontakt zu den Kommilitonen...



Anja Gebhardt,
Mitarbeiterin im Prüfungswesen

Es war zum Papierstapel in die Luft werfen.

Erst Sabine, dann Corona. Die Prüfungen des Wintersemesters 2019/20 standen unter keinem guten Stern. Konnten einige Sturmklausuren im Februar unmittelbar zur nächsten Ebbe nachgeholt werden, verschoben sich andere aufgrund des Virus gleich doppelt. Im März fielen schließlich 21 reguläre und unzählige Nachklausuren der Corona-Krise zum Opfer. Monatelange Planung für die Katz. Also Kursänderung, Segel setzen und Schiff ahoi. Die Prüfer bekamen Crashkurse für die digitale Welt und nahmen mündliche Prüfungen vom heimischen Sofa ab. Das funktionierte recht gut ... sofern die Verbindung hielt. Und die Klausuren? Die Studierenden durften in vielen Fällen wählen, ob sie alternativ eine mündliche Prüfung oder eine Studienarbeit ablegen – oder die jeweilige Klausur zum nächstmöglichen Zeitpunkt nachschreiben. Wir verzeichneten über 1000 Änderungen der Prüfungsform. Innerhalb kurzer Zeit stampften wir für die eine Hälfte virtuelle mündliche Prüfungen aus dem Boden, für die andere Hälfte zauberten die Prüfer Themen für Studienarbeiten herbei. Alle zogen mit, die ersten Unsicherheiten verflogen und das Schiff war wieder auf Prüfungskurs. Mitte April gab es die offizielle Information, dass Prüfungen wieder vor Ort stattfinden dürfen. Also Stundenplan wälzen und Klausurtermine in den lehrfreien Zeiten ansetzen. Außerdem mit dem Zollstock Seminarräume vermessen, Tische rücken und Sitzplätze auszählen. Dass die Planung der ausgefallenen Klausuren zusätzlich zur regulären Planung aller anderen Prüfungstermine des laufenden Semesters geschah, erscheint an dieser Stelle fast wie eine Randbemerkung. Nach den ersten erfolgreichen Klausur-Testläufen ging es ab Juni mit den Klausuren los und es wird sich zeigen, ob die Planung aufgeht – oder ob wir wieder umhergeworfene Papierstapel aufsammeln müssen. Aber auch dann beginnen wir einfach nochmal von vorn.

Das fehlt mir



Alina Mitschailow,
Mitarbeiterin im Studierendenservice

Zum ersten Mal während meiner Zeit an der MSH erlebe ich solch eine ruhige Stimmung.

Aufgrund der Corona-Pandemie und der damit zusammenhängenden virtuellen Lehre sind nur noch selten Studierende vor Ort. Die für gewöhnlich auch mit Mitarbeitern und Lehrenden gefüllten Flure sind plötzlich leer und entsprechen nicht dem typischen Bild unseres Hochschulalltags. Obwohl ich finde, dass die MSH mit der Einführung der virtuellen Lehre in kurzer Zeit viel geleistet hat, freue ich mich auf die Rückkehr der Studierenden. Das bringt Lebendigkeit und Fröhlichkeit in meinen Arbeitsalltag.



Constantin Wilke,
Studierender im ersten Semester
im Staatsexamensstudiengang
Humanmedizin

Endlich normaler Uni-Alltag.

Am meisten freue ich mich darauf, endlich meine Kommilitonen persönlich zu treffen und die Gesichter zu den Personen zu sehen, die ich bisher nur als Namen und Stimmen aus den Online-Vorlesungen kenne. Durch die vielen Gruppenarbeiten und Online-Seminare habe ich schon eine Menge neuer Freundschaften knüpfen können und das Einzige, was noch fehlt, ist ein persönliches Treffen, selbst wenn es nur zur anstehenden Terminologie-Klausur ist. Auch auf die Praktika und Experimente freue ich mich. Sicher muss das gemeinsame Pause machen, das Sitzen in Vorlesungssälen und das Bücherwälzen in der Bibliothek noch etwas warten. Aber allein der Gedanke daran endlich in der Hochschule vor Ort zu sein, ist schon besser als 100 Tage Home-Office! Hochschulen sind in meinen Augen lebendige und pulsierende Orte – ich kann es kaum erwarten, ein Teil davon zu werden. Die MSH bietet so viele einzigartige Lernmöglichkeiten – virtuelle Seziertische, nagelneue Labore mit moderner Technik, eine umfangreiche Bibliothek bis hin zu renommierten Lehrenden. All dies endlich in vollem Umfang nutzen zu können, wird mir – und sicher auch vielen anderen Studierenden – nicht nur viel Abwechslung und Freude bereiten, sondern auch eine große Erleichterung im Lernen und im Umgang mit den komplexen Inhalten des Humanmedizinstudiums bieten.



Dr. David Tigges,
Wissenschaftlicher Mitarbeiter mit
Schwerpunkt Lehre im Department
Psychologie

Nicht nur wir Sozialpsychologen merken zu dieser Zeit: Der direkte Kontakt zu unseren Mitmenschen ist durch nichts zu ersetzen.

Ich freue mich am meisten auf den direkten Kontakt zu den Studierenden und auf unsere einmalige Lage in der HafenCity. Ich war beeindruckt zu sehen, wie schnell sowohl die Kolleginnen und Kollegen als auch die Studierenden diese Ausnahmesituation angenommen haben. Wir alle mussten uns erstmal daran gewöhnen, ein Seminar per Mikrofon und Webcam abzuhalten. Gleichzeitig ist es aber auch ein gutes Gefühl zu wissen, dass wir auch in Krisenzeiten unseren Studierenden qualitativ hochwertige Lehre bieten können – ein Anliegen, das mir persönlich ganz besonders am Herzen liegt. Trotzdem freue ich mich schon jetzt darauf, wenn die Lehre wieder am Campus stattfindet. Und nach getaner Arbeit endlich wieder ein leckeres Fischbrötchen am Hafen zu essen – darauf freue ich mich.

GEMEINSAM ABSTAND HALTEN

Während des virtuellen Semesters richten sich Studierende, Lehrende und Mitarbeiter der MSH zu Hause einen Lern- und Arbeitsplatz ein und beweisen damit: Zusammenhalt funktioniert trotz Abstand.



#WIRBLEIBENVERBUNDEN

PER VIDEOCALL ZUR THERAPIE

Ausgangsbeschränkungen und häusliche Isolation stellen in der Corona-Krise auch für die klassische Psychotherapie eine Herausforderung dar. Wie kann die intime Gesprächssituation zwischen Therapeut und Patient aufrechterhalten werden, wenn persönliche Kontakte weitgehend vermieden werden sollen? Zwei Psychotherapeutinnen der Hochschulambulanz berichten, wie Betroffenen dank Videotherapie trotzdem geholfen werden kann und wo die Therapie aus der Ferne an ihre Grenzen stößt.

INTERVIEW Julia Ekat und Anne-Christin Wagner FOTOS Yusuf Bala

Die virtuelle Therapie findet über eine spezielle Software am Laptop oder Tablet statt

Wenn der Weg zur Therapie für Patienten nicht zu bewältigen ist, bietet die Sitzung im Videochat für viele die rettende Alternative. Seit April 2019 sind Psychotherapeuten grundsätzlich berechtigt, eine Behandlung per Video als Leistung der gesetzlichen Krankenversicherung durchzuführen. Zunächst begrenzt auf 20 Prozent der Patienten, wurde die Einschränkung im Zuge der Corona-Pandemie vorerst aufgehoben. Doch wie wirkt es sich auf die Therapie aus, wenn sie plötzlich zu Hause stattfindet?



Ein Klick mit der Maus auf den Button und die Videoübertragung startet. Bei der Therapiesitzung per Video sitzen sich Therapeut und Patient im virtuellen Raum gegenüber, Webcam-to-Webcam statt Face-to-Face. Wo normalerweise kaum ein Meter Abstand zwischen ihnen ist, liegen jetzt teilweise über 50 Kilometer. Damit die psychotherapeutische Sitzung in diesem Setting gut gelingt, sind verschiedene Faktoren wichtig. »An erster Stelle muss sowohl beim Patienten, als auch beim Therapeuten die Bereitschaft da sein, sich auf das neue Medium einzulassen«, betont Manuela Post, fachliche Leitung der psychotherapeutischen Hochschulambulanz in der HafenCity. Seit dem Beginn der Corona-Pandemie findet etwa die Hälfte ihrer Therapiesitzungen per Videoübertragung statt. Neben den technischen Voraussetzungen muss bei der Sitzung per Video aus ihrer Sicht vor allem der geschützte Rahmen, in dem die Psychotherapie stattfinden sollte, gegeben sein. »Wenn unsere Patienten bei sich zu Hause nicht die Möglichkeit haben, einen geschützten Raum zu finden, in dem sie frei sprechen können, ohne dass ein Familienmitglied mithört, wird es schwierig«, erzählt die psychologische Psychotherapeutin, »ist jedoch sichergestellt, dass die Rahmenbedingungen stimmen und dass ich als Therapeutin die Themen der Sitzungen per Video bearbeiten kann, dann lässt sich diese Form der Therapie aus meiner Sicht gut anwenden.«

Welche Patienten die Möglichkeit der Videotherapie in Anspruch nehmen, hängt nach Einschätzung von Manuela Post stark von der Art der Therapie und den individuellen Voraussetzungen der Patienten ab. Vor allem Kindertherapien, in denen ein großer Fokus auf dem gemeinsamen Spielen liegt, seien per Video nur schwer realisierbar. Andere Patientengruppen können durch die Videotherapie aus ihrer Sicht jedoch besser erreicht werden. »Angstpatienten nehmen das Angebot teilweise dankbar an, da gerade am Anfang der Therapie der Weg zur Ambulanz eine Hürde für sie sein kann«, sagt Manuela Post, »auch Schmerzpatienten, die sonst vielleicht gar nicht in der Lage sind hier her zu kommen, nutzen das Angebot verstärkt.« Für Patienten, die in ihrem Job stark eingebunden sind oder außerhalb Hamburgs wohnen, kann die Videotherapie ebenfalls eine Entlastung sein, denn sie sparen den zusätzlichen Fahrtweg zur Hochschulambulanz. Darüber hinaus sieht Manuela Post eine Chance für Patienten, die Schwierigkeiten haben sich selbst zu organisieren, da durch die virtuelle Therapiesitzung vergessene Termine möglicherweise kurzfristig und flexibel zu Hause stattfinden können und nicht ausfallen müssen. Der größte Vorteil ist für Manuela Post aber die zusätzliche Option, die die Videotherapie ihren Patienten bietet. »Meine Patienten dürfen

frei entscheiden, ob sie die Sitzung lieber in der Ambulanz oder per Video wahrnehmen wollen«, erzählt die Therapeutin, »in Zeiten von Corona bedeutet das für Patienten, die wegen der geltenden Kontaktbeschränkungen unsicher sind oder die zu einer Risikogruppe gehören, dass sie ihre Therapie nicht zwingend pausieren müssen und weiterbehandelt werden können.«

Auch für die Psychotherapeuten, die momentan in der Hochschulambulanz ihre Ausbildung absolvieren, kann das verstärkte Angebot an Videositzungen eine bereichernde Erfahrung sein. »Normalerweise dürfen pro Quartal nur 20 Prozent aller Behandlungen als Videotherapie abgerechnet werden. Das heißt, dass nur wenige Patienten im Quartal Anspruch auf eine virtuelle Therapie hat. Im Zuge der Corona-Pandemie hat der Bewertungsausschuss aus

GKV-Spitzenverband und Kassenärztlicher Bundesvereinigung die Aufhebung der 20%-Regelung rechtskräftig und zunächst bis Ende Juni 2020 beschlossen«, erklärt Manuela Post. Die Auszubildenden am HIP lernen durch diese aktuelle Ausnahmesituation ein besonderes Therapiesetting kennen. »Die Psychotherapeuten können dadurch in ihrer Ausbildung selbst üben, für welche Patienten eine Videotherapie gut funktioniert. Sie erlangen also ganz individuelle Erkenntnisse, die sie sonst vielleicht nicht erfahren hätten. Das kann sehr hilfreich für die spätere Arbeit sein. Und es ist immer sinnvoll mit unterschiedlichen Medien zu arbeiten und zu lernen, wie sie genutzt werden können, für wen sie geeignet sind, wann sie an ihre Grenzen stoßen und wie der eigene Standpunkt dazu ist.«

—

Auch um den Datenschutz müssen sich Patient und Therapeut bei der Therapie keine Sorgen machen. Vor der ersten virtuellen Therapiesitzung erhält der Patient einen Link zu einer speziellen Internetseite für die Videotherapie. Der Anbieter der Internetseite wurde vorher von der Kassenärztlichen Vereinigung zertifiziert. Ein zusätzlicher Code für die Teilnahme an dem Therapiegespräch sichert den Datenschutz. Da die Bedienung des Programmes für die Videositzungen aus der Sicht von Manuela Post sehr anwenderfreundlich ist, fiel auch ihr die Umstellung nicht schwer. »Natürlich komme ich in manchen Bereichen an meine Grenzen. Ich arbeite zum Beispiel gerne mit Arbeitsblättern, was über Video ein bisschen schwieriger ist«, sagt Manuela Post, »ich bin aber immer offen für Neues und wachse gerne mit meinen Aufgaben, weshalb ich mich sehr schnell auf die Videotherapie einlassen konnte.« ➔



Während viele Patienten normalerweise auf dem Weg zur Sitzung ihre Gedanken sammeln und sich überlegen, was sie thematisieren möchten, fällt die mentale Vorbereitung bei einer Videositzung weg. Im Extremfall ist der Patient gerade aufgewacht und setzt sich direkt vor die Kamera. »Dadurch kann ein Stück der Ernsthaftigkeit verloren gehen«, erklärt Zahra Modares. Die Verhaltenstherapeutin leitet die psychotherapeutischen Hochschulambulanzen der MSH Medical School Hamburg am Harburger Binnenhafen sowie der MSB Medical School Berlin. Neben ihrer Tätigkeit als fachliche Leiterin betreut sie als psychologische Psychotherapeutin ca. 15 Patienten. Im Frühjahr 2020 sieht sie vier davon nur im Videochat.

Modares sieht in der Videotherapie eine gute Notlösung, aber keinen Ersatz für die klassische Face-to-Face-Therapie. »Für Patienten, die zu den Covid-19-Risikogruppen zählen oder selbst infiziert sind, persönliche Termine also nicht wahrnehmen können, ermöglicht die moderne Technik eine Chance – die aber leider nicht immer unproblematisch abläuft«. Das fängt bei den technischen Voraussetzungen an, die insbesondere ältere Patienten mitunter vor große Herausforderungen stellt. Neben einem Laptop oder Tablet mit Kamera muss für die Videotherapie auch eine ausreichend schnelle Internetverbindung verfügbar sein. »Stellen Sie sich vor, der Patient berichtet von intimen Gefühlen und das Bild friert ein.« Alternativ erlaubt die Krankenkasse auch Gespräche per Telefon, doch sind so kaum mehr die notwendigen Voraussetzungen für ein diagnostisches Setting gegeben. »Wenn der Patient zu einem Thema weint oder nachdenklich ist, müssten wir das konkret erfra-

gen.« Denn der persönliche Kontakt ist nicht nur für die Patienten wichtig, sondern auch für die Therapeuten: »Dadurch können wir die Gefühlslagen der Patienten besser einschätzen. Leidet das Vertrauensverhältnis unter der Gesprächssituation, erhält die Sitzung mehr den Charakter eines Beratungsgesprächs.« Ob per Telefon oder Video, »die Beziehung zwischen Patient und Therapeut ist distanzierter und weniger emotional als im persönlichen Kontakt.« So erleben Therapeuten häufig eine gewisse Machtlosigkeit. Besonders in Krisensituationen, wenn Patienten z. B. lebensmüde Gedanken äußern. »Das fühlt sich nicht gut an, wenn wir die Patienten nicht vor uns sitzen haben und nicht sofort und direkt handeln können.« Diese Unsicherheit können auch Patienten spüren. »Sie sehen im Videochat nur mein Gesicht. Wenn ich für die Dokumentation mitschreibe und nach unten schaue, verlieren wir ein Stück weit den Kontakt zueinander – auch wenn ich ihnen die Situation vorab natürlich erkläre.«

Gerade in Zeiten von Corona, wo viele Menschen zu Hause arbeiten und Schulen sowie Kindertagesstätten geschlossen sind, »stellt das häufigste Problem jedoch die mangelnde Privatsphäre dar.« Da es in der psychotherapeutischen Behandlung um sehr sensible Inhalte geht, ist es absolut notwendig, dass die Patienten frei und uneingeschränkt über ihre Beschwerden und alle Themen, die sie beschäftigen, sprechen können. »Das ist unmöglich, wenn der Patient während der Therapiesitzung nicht alleine zu Hause ist und Sorge hat, dass Angehörige das Gespräch mithören könnten.« →

»Das fühlt sich nicht gut an, wenn wir die Patienten nicht vor uns sitzen haben und in Krisensituationen nicht sofort und direkt handeln können.«

Aber auch andersrum ist das Eindringen in die Privatsphäre Thema. »Für mich als Therapeutin ist es eine ungewohnte Situation, den Patienten bei sich zu Hause zu sehen«, macht Modares deutlich. Zudem besteht die Gefahr, dass das Klingeln des Postboten oder unerwarteter Besuch die Therapiesitzung unterbricht.

Für Kinder und Jugendliche ist die Videotherapie teilweise gar keine Option. Neben der mangelnden Privatsphäre durch anwesende Eltern, ist besonders bei Kindern unter zehn Jahren die Konzentrationsfähigkeit ein Hindernis. »Da die Psychotherapie bei Kindern normalerweise aus vielen interaktiven und spielerischen Interventionen besteht, ist bei der Videotherapie verstärkt die Kreativität des Therapeuten gefragt.« Gruppentherapien werden aufgrund der Corona-Beschränkungen in der Hochschulambulanz vorläufig nicht angeboten. Ob beim Aufeinandertreffen verschiedener Patienten in einem Raum oder im Gruppenchat, die Vorgaben zum Infekti-

onsschutz sind in diesem besonderen Setting nur schwer mit den Anforderungen an eine konstruktive Therapiesitzung zusammenzubringen. »Für einige Patienten ist die Sprachbarriere außerdem ein Ausschlusskriterium für eine Videotherapie«, weiß Modares aus Erfahrung und erklärt, »bei Patienten mit Migrationshintergrund führt zusätzlich häufig die beengte Wohnsituation mit der Großfamilie dazu, dass sie lieber persönlich vorbeikommen.« Dabei beobachtet Modares, wie der Bedarf nach Psychotherapie aufgrund der Corona-Krise »rasant gestiegen« ist. Viele Menschen leiden aktuell unter finanziellen Einbußen, Jobverlust, Gewalt innerhalb der Familie und dem Wegfallen sozialer Beziehungen. »Glücklicherweise steht das Angebot unserer Ambulanz trotz aller Einschränkungen auch neuen Patienten offen. Erstgespräche finden jedoch nur in Ausnahmefällen virtuell statt.«●



02 / 03

Start me UP

The Rolling Stones

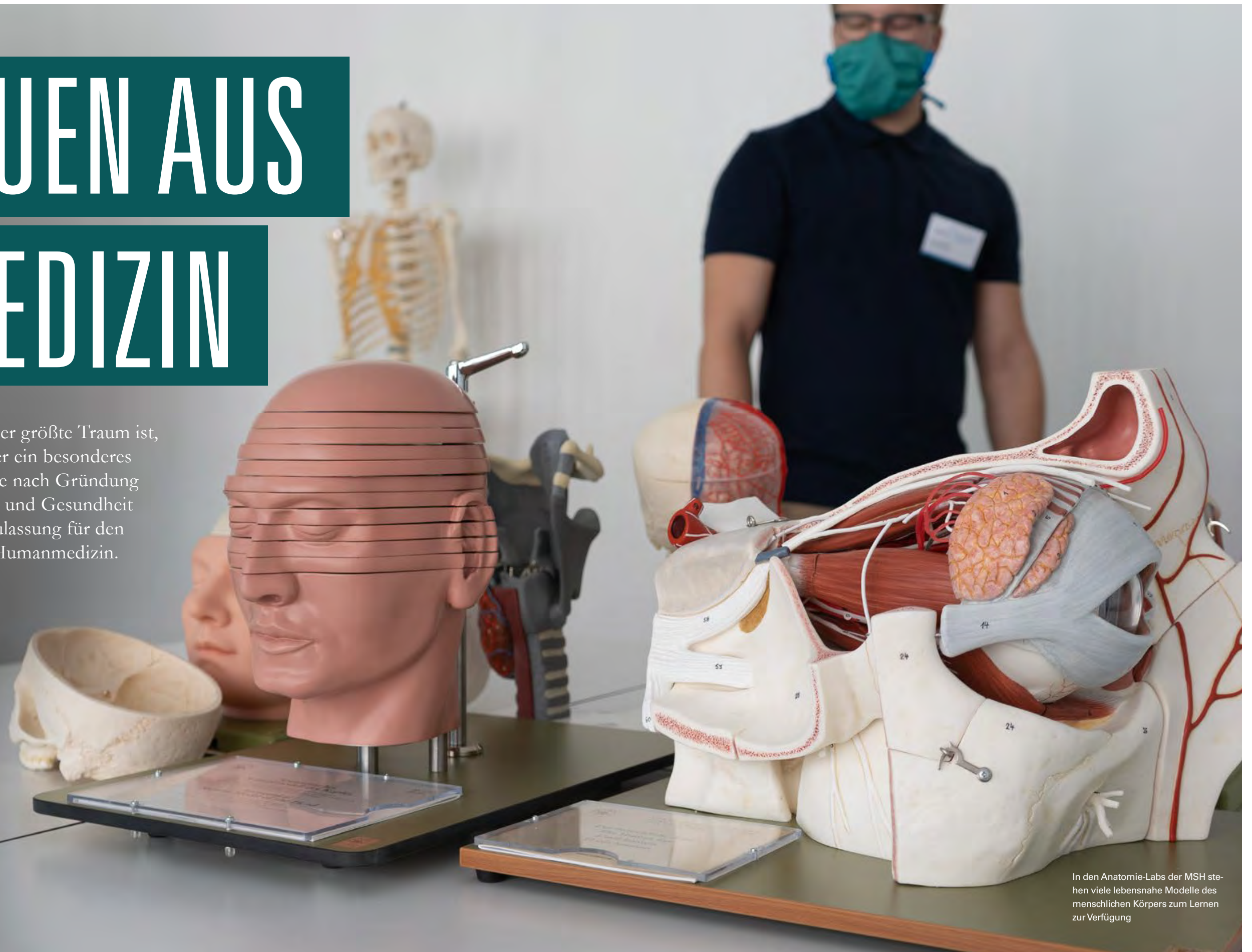
2:50 5:19



DIE NEUEN AUS DER MEDIZIN

Was für viele Abiturienten der größte Traum ist, war auch für die MSH immer ein besonderes Herzenanliegen. Zehn Jahre nach Gründung der Hochschule für Medizin und Gesundheit erhielt die MSH 2019 die Zulassung für den Staatsexamensstudiengang Humanmedizin. Studierende, Lehrende und Mitarbeiter aus dem Hochschulmanagement erinnern sich an die aufregenden Anfänge des Medizinstudiums und warum im zweiten Semester schon wieder alle Zeichen auf Neustart standen.

TEXT ANNE-CHRISTIN WAGNER



In den Anatomie-Labs der MSH stehen viele lebensnahe Modelle des menschlichen Körpers zum Lernen zur Verfügung



Prof. Dr. med. habil. Georg Lüers,
Studiengangsleiter Vorklinik und
Professor für Anatomie/Biologie

»Ich weiß noch ganz genau, wie ich von der Zusage erfahren habe«, erinnert sich Anna, MSH-Studentin im ersten Semester Medizin. »Ich stand gerade in der Küche und habe meinen ganzen Kakao verschüttet. Dann habe ich meine Eltern und meine Mitbewohnerin angerufen und wir haben uns alle einfach nur gefreut.« Ähnlich euphorisch war die Stimmung, als die MSH im April 2019 die staatliche Anerkennung zur Ausbildung von Ärzten auf Universitätsniveau erhielt. Das Konzept für den Studiengang Humanmedizin entsprach allen Qualitätsanforderungen und berechtigt damit offiziell zum deutschen Staatsexamen sowie zur Approbation. Zum Wintersemester 2019/20 konnte es also losgehen. Doch bevor Modulpläne erstellt, Labore aufgebaut und ein ganzes Department neuer Lehrender eingestellt wurden, wurde gefeiert. Nach der positiven Entscheidung der Behörde für Wissenschaft, Forschung und Gleichstellung kamen an einem Dienstagvormittag im Innenhof der Hochschule Am Kaiserkai 1 Studierende, Lehrende, Mitarbeitende des Hochschulmanagements und die Geschäftsführung zusammen, um gemeinsam auf diesen besonderen Meilenstein in der Entwicklung der MSH anzustoßen.

Ein Jahr später beschreibt Prof. Dr. med. Georg Lüers, Professor für Anatomie und Biologie sowie Studiengangsleiter des vorklinischen Abschnitts, den Start des Medizinstudiums als »großen Erfolg«. Da-

bei betont er jedoch: »Wir sind noch immer Monat für Monat dabei, den Studiengang weiterzuentwickeln.« Genau diese Herausforderung war es, die ihn bei seiner Bewerbung an der MSH reizte. Der Aufbau eines neuen Studiengangs, zusammen mit einem komplett neu zusammengestellten Team, sah er als große Chance, »ein Curriculum so zu gestalten, dass es eine hohe Qualität der Ausbildung ermöglicht und zukunftsweisend wird«. Neue Herausforderungen kamen auch auf das Prüfungsbüro der MSH zu. »Durch spezielle Regelungen, zum Beispiel bei der Anwesenheitspflicht und den Prüfungen, verlangte der neue Studiengang einen anderen Fokus von uns«, erklärt Anja Gebhardt, Verantwortliche für das Prüfungswesen des Staatsexamensstudiengangs Humanmedizin. »Bisher haben wir alle Studiengänge komplett intern verwaltet, auch die jeweiligen Abschlussprüfungen. Bei Medizin läuft hingegen vieles in Absprache mit dem Landesprüfungsamt. Nach dem ersten Studienabschnitt, der Vorklinik, gehen die Studierenden außerdem in die Helios Kliniken Schwerin, dem universitären Campus der MSH. Wir werden dann also die Prüfungsangelegenheiten von Studierenden betreuen, die gar nicht vor Ort sind.« Seit Juni 2020 werden diese besonderen organisatorischen und personellen Anforderungen zudem durch die neu gegründete Fakultät Medizin widerspiegelt. So soll zukünftig noch besser auf die Regelungen des Staatsexamensstudiengangs Humanmedizin eingegangen werden.

Fabian ist sichtlich stolz, Teil dieses neuen Studiengangs an der MSH zu sein. Der Medizinstudent der ersten Stunde erzählt, »Medizin zu studieren war immer schon ein Riesenvunsch von mir«, und ist froh an der MSH so gute Studienbedingungen gefunden zu haben. »Das ging schon im Auswahlverfahren los, wo wir nicht nur theoretische, kognitive Aufgaben lösen mussten. Vielmehr wurde geschaut, ob wir als Menschen für die Medizin gemacht sind und zum Beispiel im Team arbeiten können.« Nachdem der 20-jährige Österreicher den Aufnahmetest in Innsbruck ganz knapp nicht geschafft hat, kam der Start des Medizinstudiums an der MSH genau richtig. »Außerdem ist es auch ganz schön, aus einer relativ kleinen Stadt in eine Stadt wie Hamburg zu gehen und sich dort entfalten zu können. Ich bin einfach sehr glücklich gewesen, als ich die Zusage bekommen habe.« Auch für Louisa, die ebenfalls im Wintersemester 2019/20 das Medizinstudium an der MSH begann, ist es rückblickend »ein schönes Gefühl, den ersten Schritt geschafft zu haben und kein Ersti mehr zu sein«. Dabei hat die 24-jährige Hamburgerin schon ihren Bachelor in Psychologie sowie den Master in Psychologie mit Schwerpunkt Klinische Psychologie und Psychotherapie an der MSH absolviert. Im Psychologiestudium interessierten sie vor allem die medizinischen Fächer, wie Biopsychologie oder Neurowissenschaften, und so entschloss sie sich, noch ein Medizinstudium anzuhängen. Ausschlaggebend für die Bewerbung an der MSH war dabei, »dass ich mich hier immer gut aufgehoben fühlte und mir nicht vorstellen kann, an einer staatlichen Uni die gleiche Betreuung durch Lehrende und so kleine Lerngruppen zu finden«, erzählt Louisa. Vom ersten Semester blieb ihr besonders das Modul »Einführung in die klinische Medizin« in Erinnerung, bei dem die Studierenden drei Tage in den Helios Kliniken Schwerin Krankenhausluft schnuppern konnten. Aber auch darüber hinaus stand das praktische Lernen von Anfang an auf dem Lehrplan: »In Anatomie üben wir ganz viel an uns selbst wiederzuerkennen und in Bio durften sich einige Studierende schon gegenseitig Blut abnehmen. Die Praktika sind insgesamt sehr anschaulich, aber auch in den theoretischen Fächern liegt es den Lehrenden sehr am Herzen, einen Praxisbezug herzustellen.« ➔



Spürbare Aufregung zum Auswahlverfahren:
Die Bewerber treffen hier zum ersten Mal auf
ihre zukünftigen Kommilitonen und Lehrenden



Wie funktioniert das menschliche Gehirn?
Lehrenden und Wissenschaftlichen Mitarbeitern liegt
die Praxisnähe der Lehre am Herzen

Der Praxisbezug in der Humanmedizin ist besonders für Simon Schneider, Doktorand der Nanowissenschaften und Laborleiter an der MSH, eine Herzensangelegenheit. Er bestellt die Plastinate und Modelle, mit denen die Studierenden die menschliche Anatomie kennenlernen, und kümmert sich um die Geräte, die im Labor Verwendung finden. Außerdem unterrichtet er das Physik-Praktikum für Mediziner. Da es hierbei naturgemäß eher theoretisch zugeht, motivieren Schneider und das Team aus der Physik die Studierenden mit einem kleinen Wettbewerb nach dem Vorbild von »Harry Potter«. In Anlehnung an die Häuser der Zauberschule Hogwarts tritt jede Laborgruppe mit eigenem Wappen in den Physik-Übungen gegeneinander an. Welche Seminargruppe so bis zum Semesterende die meisten Punkte sammeln konnte, gewinnt einen Pokal. Individuelle Lösungen kommen auch in Anatomie zum Einsatz, wie Prof. Dr. Lüers veranschaulicht: »Wir arbeiten mit ganz vielen verschiedenen Methoden – mit Modellen, mit menschlichen, teilweise auch tierischen Präparaten und mit dem digitalen Seziertisch. Unsere Studierenden erleben auf diese Weise die haptische Komponente des Präparierens, profitieren aber auch von den Möglichkeiten, die die Digitalisierung bietet.« So ist der digitale Seziertisch ein besonderes Highlight im Medizinlabor. »Der Anatomage enthält mehrere hochauflösende Datensätze von Körperspendern, also von echten Menschen. Die 3D-Visualisierungen bilden jede einzelne Struktur des menschlichen Körpers ab, die wir individuell ein- und ausblenden, rotieren, vergrößern, verkleinern und aus jeder beliebigen Perspektive anschauen können. Darüber hinaus besteht die Möglichkeit, parallel auch Darstellungsweisen, wie sie in der bildgebenden Diagnostik beim CT oder MRT üblich sind, miteinzubeziehen. Das bietet didaktisch viele Möglichkeiten und macht die Studierenden schon früh auf spielerische Weise mit den anatomischen Blickwinkeln vertraut, die sie als Kliniker brauchen werden.«



Am »Anatomage« lassen sich sogar Sezierschnitte durchführen

Für die 21-jährige Studentin Anna ist die Medizin eine Möglichkeit, »in eine andere Welt einzutauchen«. Schon in der Schule fand sie es in Biologie zum Beispiel »total spannend, den Zellaufbau zu verstehen«. Nach dem Abi absolvierte sie in Wien ein Vorsemester in Medizin, wo sie ihre Leidenschaft für Anatomie entdeckte. Also machte sie in München drei Pflegepraktika sowie ein Anästhesiepraktikum und begann schließlich in Wien ein Medizinstudium. »Nach einem Semester wurde ich dann auf das Humanmedizinstudium an der MSH aufmerksam. Die Hochschule kannte ich bereits, aber der Medizinstudiengang war gerade zugelassen worden – und das auch noch mit dem Staatsexamen als Abschluss. In Deutschland Medizin auf Staatsexamen zu studieren, war ein Traum, von dem ich nie gedacht hätte, dass er wahr wird. Das ist echt ein absolutes Geschenk für mich.«

Als Anna im April 2020 ihr Studium begann, hieß es dann erst einmal Computerarbeit statt Laborpraktikum. Aufgrund der Corona-Pandemie stellte auch die MSH ihren Studienbetrieb im Sommersemester 2020 auf virtuelle Lehre um. »Ich hätte nicht gedacht, dass ich in meinem ersten Semester so viel am Schreibtisch sitzen werde. Vor allem in Anatomie ist die virtuelle Lehre eine Herausforderung, aber die Laborarbeit soll nachgeholt werden.« Anna ist zuversichtlich und positiv überrascht, wie präsent die MSH trotz allem ist. »Nach einem Bio-Seminar hat mir der Lehrende sogar schon einmal am Telefon noch etwas zum Stoff erklärt.« Die Inhalte für alle Lehrveranstaltungen konnten die Studierenden während des virtuellen Semesters herunterladen, Vorlesungen jederzeit hören und dabei sogar zurückspulen. »Die Digitalisierung bietet auch viel



Louisa Mallien,
Humanmedizin-Studentin im 2. Semester

Flexibilität«, hebt Studentin Louisa hervor. Um neben dem Lernen auch das Ankommen an der MSH etwas zu erleichtern, »wurde uns empfohlen, uns in Zweier- oder Dreiergruppen zusammenzutun und füreinander Video-Vorträge vorzubereiten. Nicht jeder ist der Lerntyp für so ein Konzept, aber besser hätten wir uns untereinander nicht kennenlernen können«, erzählt Anna. »Nach einem Monat ausschließlich virtueller Lehre kenne ich trotzdem schon die anderen Erstis und aus meiner Vortragsgruppe hat sich eine richtige Lerngruppe entwickelt.«

Zu den schönsten Erinnerungen aus dem ersten Jahr Humanmedizin an der MSH zählen auch für Prof. Dr. Lüers Momente, in denen Studierende effektiv als Teams zusammenarbeiteten. Er schwärmt, »sowohl bei den Studierenden als auch unter den Lehrenden erlebe ich regelrecht eine Art Korpsgeist«. Genau diese Bereitschaft und Fähigkeit sich in Teams zu bewähren, ist zentral für das Humanmedizinstudium an der MSH. »Mediziner müssen heutzutage nicht nur gut lernen, sondern auch die Bandbreite der medizinischen Rollenbilder ausfüllen können«, erklärt Prof. Dr. Lüers. »Ärzte müssen nicht mehr nur Fachmann auf ihrem Spezialgebiet sein, sondern weitere Rollen erfüllen. Sie sind zum Beispiel Kommunikatoren, Teamplayer, Gesundheitsberater, Gelehrte und müssen als niedergelassene Ärztinnen und Ärzte zudem auch wirtschaftliche Aufgaben erfüllen. Ob der didaktische Ansatz Früchte trägt, wird sich erst zeigen, wenn die ersten Medizinabsolventen der MSH Fachärzte und -ärztinnen sind. Es lassen sich jedoch bereits gute Ansätze im Verhalten der Studierenden beobachten.« Die erste praktische Bewährungsprobe kommt schon in einem Jahr auf die Medizinstudierenden der MSH zu, wenn im fünften Semester der klinische Studienabschnitt beginnt und die Grundlagen des ärztlichen Handelns sowie der klinischen Medizin gelehrt werden. In den praktischen Ausbildungsteilen werden sie dann, mit Klinikittel und Stethoskop ausgestattet, auf den Fluren der Helios Kliniken Schwerin ihre ersten Schritte als angehende Ärzte und Ärztinnen machen. ●



Anna Techen,
Humanmedizin-Studentin im 1. Semester



Kittel an und loslegen: Im Praktikum üben die Studierenden gegenseitig das Blutabnehmen

SPIEL, SATZ UND — STILLE: WIE CORONA UNSEREN ZUGANG ZU SPORT UND BEWEGUNG VERÄNDERT

Mit der Corona-Krise sind viele Einschränkungen im privaten und öffentlichen Bereich verbunden. Auch im Sport und in unserer täglichen Bewegung ist das spürbar. Lehrende und Studierende des Studiengangs Sportwissenschaft von der MSH berichten, wie die Pandemie den Leistungs- und Freizeitsport beeinflusst, wie sie sich selbst im Home-Office fit halten und welche positiven Aspekte sie diesen schwierigen Zeiten abgewinnen können.

TEXT Julia Ekat FOTOS Parham Khorrami

Immer in Bewegung bleiben: In Zeiten von Corona nicht immer einfach



Prof. Dr. Holger Broich,
Professor für Leistungsdiagnostik und Trainingssteuerung

Kurz vor dem Strafraum den entscheidenden Zweikampf gewinnen. Der Weg zum Tor ist frei. Ein sauber platzierter Schuss, der Torwart hat trotz Hechtsprung keine Chance, der Ball zappelt im Netz. Tor und dann – nichts. Kein tosender Jubel von den Rängen des Stadions. Wo sonst ein Meer aus Bannern und Fahnen weht, erwartet den Torschützen gährende Leere. Selbst die Umarmung der Mitspieler muss aufgrund der aktuellen Spielaufgaben ausbleiben.

»Die Geisterspiele wirken sich sportpsychologisch auf die Motivation der Sportler aus, weil die Emotionen, die sonst beim Jubeln entstehen, wegfallen«, schätzt Melanie Pabst, Studiengangskordinatorin des Masterstudiengangs Sportwissenschaft: Leistungsdiagnostik und Trainingssteuerung an der MSH, die aktuelle Situation in der deutschen Fußballbundesliga ein, die als eine der ersten Spitzensportligen ihren Spielbetrieb wieder aufgenommen hat. Die leeren Tribünen sind nur eine der Maßnahmen, die getroffen wurden, um eine Ausbreitung von COVID-19 an den Spieltagen zu verhindern. »Es gibt sehr präzise Regelungen dazu, wie der Zugang zu den Stadien geregelt wird, welche Sitzordnungen eingehalten und wann Masken getragen werden müssen«, berichtet Prof. Dr. Holger Broich, Leiter des Masterstudiengangs Sportwissenschaft an der MSH, der als Wissenschaftlicher Leiter und Fitnessleiter beim FC Bayern München tätig ist. »Natürlich ist das zunächst ungewohnt für alle, die die frühere Stadionatmosphäre kennen und lieben«, aber Prof. Dr. Holger Broich sieht in diesen Maßnahmen eine wichtige Notwendigkeit, an die es sich zu halten gilt. Auch vor Wiederaufnahme des regulären Ligabetriebs musste an vielen Stellen neu gedacht werden. Denn für eine Pandemie gibt es in den Lehrbüchern keine Standardlösungen und schon in normalen

Zeiten erfordert das Training auf Spitzensportniveau erhebliche Anstrengungen in der präzisen Planung zwischen Belastung, Anpassung und Regeneration der Fußballer. »Das Cybertraining, also die virtuelle Trainingsbegleitung der Spieler von zu Hause aus, konnte aus unserer Sicht bisher erfolgreich absolviert werden«, resümiert Prof. Dr. Broich, »dabei haben wir auch Gruppendynamische Vorgänge, wie sie im Mannschaftssport unverzichtbar sind, soweit wie möglich im Blick gehabt.« Als feststand, dass der Ligabetrieb fortgesetzt wird, wurde vom Kleingruppenttraining bis hin zur Wiederaufnahme des Mannschaftsbetriebes der Fokus daraufgelegt, die Komplexität des Trainings im Rahmen der neuen Regelungen wiederherzustellen, denn »auch relativ kurze Inaktivitätsphasen können sich negativ auf den Funktions- und Baustoffwechsel auswirken. Die damit verbundenen Funktionseinbußen treffen jeden Menschen, egal ob Leistungs- oder Freizeitsportler.«



Prof. Dr. Holger Broich arbeitet als wissenschaftlicher
Leiter & Fitnessleiter beim FC Bayern München



Training vor Corona: Der direkte Kontakt zu den Profisportlern ist
wichtig für die erfolgreiche Trainingssteuerung



Melanie Pabst
Wissenschaftliche Mitarbeiterin, Schwerpunkt Lehre und Forschung
Studienkoordination Masterstudiengang Sportwissenschaft: Leistungsdiagnostik und Trainingssteuerung

»Ich merke in den Gesprächen mit den Studierenden und auch in meinem privaten Umfeld, dass sich die Corona-Pandemie auf das eigene Sportverhalten, die persönliche Fitness und damit teilweise auch auf die Stimmung auswirkt«, bestätigt Melanie Pabst die Einschätzung von Prof. Dr. Holger Broich. Insbesondere die Teamsportler haben es momentan schwerer, weil »sie es gewohnt sind, in der Gruppe Sport zu machen und damit von den Kontaktbeschränkungen stärker betroffen sind.« Doch auch für Einzelsportler kann die aktuelle Situation eine Herausforderung werden. Manche Sportarten, wie beispielsweise Geräteturnen, lassen sich in den eigenen vier Wänden kaum realisieren. »Wenn dann die sportlichen Alternativen nicht so gut klappen und der Sportler spürt, wie die eigenen Muskeln abbauen, kann das schnell auf die Stimmung schlagen«, erzählt Melanie Pabst. Prof. Dr. Katja Siefken, Professorin für Physical Activity and Health an der MSH, sieht noch einen weiteren Frustfaktor für sportlich-aktive Menschen in der Corona-Zeit: »Das gelebte Konzept von Homeoffice, Homeschool und Homekita unter einem Dach erfordert Flexibilität, Durchhaltevermögen und kreative Problemlösungen. Es ist nicht verwunderlich, dass sich in solch einem Extremzustand die Prioritäten verschieben und dass im Zuge dessen das Thema Sport oft zu kurz kommt.«

Der Frust über fehlende Möglichkeiten sportlich aktiv zu sein, definiert aber nicht überall die Situation. An vielen Stellen verschieben sich Art und Ort der sportlichen Aktivität einfach. Wo früher im Fitnessstudio geschwitzt wurde, treibt einem jetzt das Workout über YouTube im eigenen Wohnzimmer den Schweiß in den Nacken. Wo sonst jeder einmal die Woche zum Sport mit seinem Team verschwand, gibt es jetzt eine WG-interne Laufgruppe. Diese Erfahrung hat auch Andreas Burcea-Marcu gemacht, der an der MSH im zweiten Bachelorsemester Sportwissenschaft studiert. Vor Corona trainierte er fünfmal wöchentlich in einer sogenannten CrossFit-Box in einem Fitness Center – einen Trainer für die Fitness Trainingsmethode, die Ausdauer, Beweglichkeit, Schnelligkeit und Geschicklichkeit verbindet, hatte er schon zu diesen Zeiten nicht. Seine Sporteinheiten absolvierte er auf Grundlage eines Onlineprogramms. »Der Zugang zu meinem Onlinetraining hat sich durch die neuen Umstände nicht verändert. Und ich hatte das Glück in meinem Freundeskreis weitere Trainingsbegeisterte zu haben«, schildert er seine Erfahrungen, »gemeinsam haben wir alle Geräte, die für das CrossFit-Training benötigt werden, zusammensammeln können und uns kurzerhand unser privates Studio in einer Garage eingerichtet.« Für den Studenten hat diese Form des Trainings im →



Andreas Burcea-Marcu
Sportwissenschaft-Student im 2. Semester



Not macht erfinderisch: Aus einer freistehenden Garage wird
kurzerhand ein CrossFit-Studio

Vergleich zu früher einen großen Vorteil: Da es in der Garage keine Öffnungszeiten gibt, lässt sich das Training noch flexibler in seinen Alltag integrieren. »Natürlich müssen wir uns untereinander absprechen, damit wir nicht zu viele sind und die Abstandregelungen einhalten können. Aber unsere Tagesabläufe sind zum Glück sehr unterschiedlich. Im Grunde trainiere ich also genauso wie früher.« Andreas Burcea-Marcu Beispiel zeigt, wie neue Dynamiken entstehen, die es vorher nicht gab. Und sie zeigt, dass sich Wege finden lassen, aktiv zu bleiben. »Die Menschen bewegen sich jetzt mehr. Alle sind draußen und laufen«, bewertet Melanie Pabst die Situation und hofft, »dass wir uns auch nach der Pandemie etwas von dieser Mentalität und dem Drang draußen aktiv zu sein, beibehalten.«

Doch nicht nur wer mehrmals die Woche zum Handballtraining oder zum Yoga-Kurs geht, hat in der Corona-Pandemie mit neuen Herausforderungen zu kämpfen. Schon der fehlende Weg zum Büro kann im Homeoffice für einen spürbaren Bewegungsmangel sorgen. Für viele kam die Umstellung auf eine Arbeit im Homeoffice plötzlich, ein neues Arbeitsumfeld in den eigenen vier Wänden entstand sehr schnell. »Dadurch fielen oftmals unsere versteckten Alltagsbewegungen oder Sitzunterbrechungen unter den Tisch, beispielsweise der Spaziergang zum Bäcker in der Mittagspause oder der Weg zu einer Besprechung«, sagt Prof. Dr. Katja Siefken. Auch wenn es einen Teil der Menschen für sportliche Aktivitäten momentan stärker nach draußen treibt, kann die Arbeit von zu Hause aus zu einer Abnahme des Bewegungsverhaltens im Alltag führen.

»Bewegung trägt einen großen Teil zu unserem allgemeinen Wohlbefinden bei«, erklärt die Lehrende, »darum ist es wichtig, dass wir trotz – oder gerade wegen – aller zusätzlichen zeitlichen Herausforderungen unser körperliches und mentales Wohlergehen priorisieren.« Besonders Kinder und Jugendliche sowie die eigenen Eltern sollten bei diesen aktiven Pausen miteinbezogen werden, denn regelmäßige Bewegung hat für alle Altersgruppen zahlreiche Vorteile: So senkt körperliche Aktivität das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen, erhöhten Blutdruck und weitere nichtübertragbare Krankheiten. »Zudem ist belegt, dass sich regelmäßige Bewegung auch positiv auf unsere Stimmung und auf unser hormonelles Stressregulationssystem auswirkt«, betont Prof. Dr. Katja Siefken. Laut offiziellen Bewegungsempfehlungen sind 150 Minuten Bewegung oder 75 Minuten Sport pro Woche sinnvoll. Diese großen Zahlen wirken auf viele zunächst abschreckend, aber »auch ein aktives Verlassen des Hauses – also vielleicht ein täglicher zügiger Spaziergang von zehn Minuten an der frischen Luft« ist laut Prof. Dr. Katja Siefken bereits empfehlenswert. Denn jede zusätzliche Bewegung, auch wenn sie im Vergleich klein erscheinen mag, ist mit einem gesundheitlichen Nutzen verbunden. »Und vielleicht sollten wir diese Krise einfach als Chance sehen, um aktiver im Alltag zu werden«, zieht Prof. Dr. Katja Siefken ihr Fazit zu Sport und Bewegung in der Corona-Krise, »es muss ja nicht gleich strukturierter Sport sein, es gibt viele Möglichkeiten aktiv zu werden. Am besten gemeinsam mit der Wohngemeinschaft oder der Familie.« ●



Prof. Dr. Katja Siefken
Professorin für Physical Activity and Health

Fit und aktiv – im Homeoffice und im Büro

Prof. Dr. Katja Siefken verrät, wie auf ausreichend Bewegung im Homeoffice geachtet werden kann. Ihre Tipps lassen sich auch gut für den Alltag im Büro nutzen.

Langes Sitzen vermeiden

Generell gilt: Lange Sitzphasen sollten regelmäßig unterbrochen werden. Hierzu gibt es viele verschiedene Möglichkeiten, die uns daran erinnern können – ob das nun Apps sind, Desktop Reminder oder Online-Ideen. In unserem Studiengang Sportwissenschaft haben wir für uns selbst eine kleine Sammlung an »Aktiven Pausen« erstellt, die wir regelmäßig in unseren Einheiten durchführen – so stellen wir sicher, dass auch die Studierenden nicht zu lange am Stück sitzen müssen.

Aktive Pausen

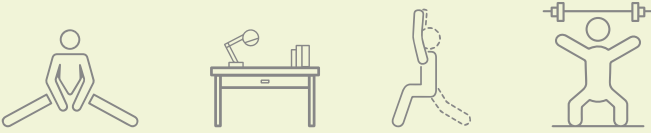
Kleine Arbeitspausen, in denen wenige Minuten aktiv genutzt werden, sollten in den Arbeitsalltag integriert werden. Übungen, die sich gut hierfür eignen, sind Liegestütze, Wandsitzen, Kniebeugen oder der Sonnengruß aus dem Yoga.

Rückenschmerzen vorbeugen

Eine effektive Übung, um Rückenschmerzen im Home-Office vorzubeugen, ist die Plank. Bei dieser Übung wird sich auf den Boden gelegt, die Füße werden auf die Zehenspitzen gestellt und der Körper wird hoch auf die Unterarme gedrückt. Der Körper ist dabei angespannt und bildet eine gerade Linie. Weil viele Schreibtische im Home-Office nicht ergonomisch eingestellt sind, kann diese Übung zur Stärkung der Rumpfmuskulatur sehr hilfreich sein und Rückenschmerzen vorbeugen.

Arbeit im Stehen

Um langanhaltendes Sitzen und schmerzende Rückenprobleme zu vermeiden, kann ohne großen Aufwand und ohne einen tiefen Griff in den Geldbeutel, ein Standpult gebaut werden. Es reicht schon den Nachttisch des Bettes auf den Schreibtisch zu stellen. Wichtig ist aber auch hier, nicht 8 Stunden am Tag zu stehen, sondern



die Körperhaltung zu variieren. Also am besten zwischen Stehen und Sitzen wechseln. Die Investition in einen höhenverstellbaren Schreibtisch zahlt sich aus.

Draußen bewegen

Für eine gezielte Förderung des Herz-Kreislauf-Systems sind mindestens 15-20 Minuten sportliche Aktivität wichtig. Das wäre dann eher etwas für die Mittagspause oder als Start in den Feierabend. Laufen gehen, Fahrrad fahren, mit dem Hund spazieren – frische Luft und etwas Sonnenlicht tun Kopf und Körper gut. Daher gilt: Sich draußen zu bewegen hat noch mal einen deutlich positiveren Effekt, als die Übungen im Wohnzimmer zu machen. Um in Zeiten von Corona verantwortungsvoll zu handeln, sollte beim Sport draußen auf ausreichend Abstand zu anderen geachtet werden.

Online-Angebote nutzen

Viele Fitnessstudios und Sportvereine bieten digitale Sporteinheiten an, von denen jeder profitieren kann. Kostenlose Programme erlauben es, einfach mal reinzuznuppern, ob Pilates, Krafttraining, HITT (High-intensity interval training) oder Yoga. Wichtig dabei ist, innerhalb seiner eigenen Leistungsmöglichkeit zu bleiben. Nur weil der Trainer im Video mehrere Wiederholungen einer Übung macht, heißt das nicht, dass zuhause im gleichen Tempo mitgemacht werden muss. Wir haben einige solcher Programme im Studiengang Sportwissenschaft in der virtuellen Präsenzlehre ausprobiert und diskutiert – es ist spannend zu sehen, wer auf welche Art des digitalen Sports wie reagiert.

Als letztes soll noch auf die Empfehlungen der Weltgesundheitsorganisation für körperliche Aktivität in der Isolation hingewiesen werden – hier gibt es weitere Ideen, im Alltag zu Hause aktiv zu bleiben. Und übrigens bietet auch der Hochschulsport die sportlichen »stay-at-home«-Angebote.

LET'S TALK ABOUT SEX

Über Sexualität sprechen, das war in den 50er Jahren, als das Thema stark tabuisiert war, gar nicht so leicht. Mit dem Begriff »rock and roll«, zu Deutsch »wiegen und wälzen«, erfanden Jugendliche damals einen Ausdruck, um in der Öffentlichkeit über Geschlechtsverkehr zu reden. Bereits wenig später ebneten die Antibabypille und die »Make Love, Not War«-Bewegung den Weg für einen offeneren Umgang mit Sexualität in der Gesellschaft. Auch einige Jahrzehnte später hat das Thema nichts von seiner Relevanz verloren. Mit dem neuen Masterstudiengang Sexualwissenschaft (M.A.) lernen Studierende an der MSH Sexualität aus verschiedenen Blickwinkeln zu betrachten und werden dafür ausgebildet, zu aktuellen Themen wie Aufklärung oder sexueller Gesundheit zu beraten.

Weil dieses Thema in unserem Rock'n'Roll-Magazin natürlich nicht fehlen darf, haben wir Prof. Dr. Liane Simon und Prof. Dr. Thorsten Bührmann gefragt, was den neuen Studiengang in der heutigen Zeit so relevant macht und auf was sich die Studierenden zum Studienstart freuen können.

INTERVIEW Julia Ekart



Prof. Dr. Thorsten Bührmann, Professor für Sozialwissenschaften und Forschungsmethodik und Prof. Dr. Liane Simon, Professorin für Transdisziplinäre Frühförderung und Departmentleiterin Family, Child and Social Work haben das Konzept für den Masterstudiengang Sexualwissenschaft erarbeitet

Es herrscht in der Gesellschaft oft die Meinung, dass Menschen heute viel aufgeklärter sind und offener mit ihrer Sexualität umgehen als noch vor einigen Jahren. Warum hat ein Studiengang wie Sexualwissenschaft aus Ihrer Sicht trotzdem Relevanz?

Simon: Es stimmt, dass Menschen heute anders und offener mit ihrer Sexualität umgehen. Das führt dazu, dass Sex in unserer Gesellschaft präsenter und für viele Menschen auch freier verfügbar ist. Damit meine ich zum Beispiel eine Jugend, die kostenfreie Pornoplattformen wie YouPorn nutzt. Wenn sich diese jungen YouPorn-Nutzer dann das erste Mal verlieben und sich fragen »Wie geht denn das jetzt, wenn da ein Gefühl im Spiel ist?« sind das Punkte, an denen Jugendliche gerade in der heutigen Zeit auf sexualpädagogische Angebote angewiesen sind. Der Bedarf an Fachleuten in diesem Bereich ist sehr hoch.

Bührmann: Hier sehe ich auch noch eine weitere Problematik. Auf der einen Seite sind pornographische Inhalte in der Jugend stark verbreitet, aber auf der anderen Sei-

te haben wir trotzdem noch eine starke Tabuisierung, insbesondere im Bildungsbereich. Es gibt diese Angebote und Jugendliche nutzen sie, aber gleichzeitig wird sich mit diesem Thema nicht auseinandergesetzt. Eine pädagogische Aufarbeitung, beispielsweise in der Schule, findet bisher nicht statt.

Wo sehen Sie in der Gesellschaft weitere aktuelle Themen, bei denen sexualwissenschaftlich ausgebildete Fachkräfte benötigt werden?

Simon: Ein weiterer Punkt ist die Förderung der sexuellen Gesundheit, die in Deutschland trotz aller Offenheit immer noch zu wenig Beachtung findet. Hierzu hat die WHO einen Actionplan »Sexuelle Gesundheit« entwickelt. Dieser Plan wird auch im Studiengang Sexualwissenschaft aufgegriffen. Wir wollen gemeinsam mit den Studierenden herausfinden, wie die sexuelle Gesundheit in Deutschland für die unterschiedlichen Zielgruppen konkret umgesetzt werden kann.

Bührmann: Ergänzend lässt sich sagen,

dass wir in unserer Gesellschaft in den letzten Jahren verstärkt eine Auflösung von kulturellen Grenzen erleben. Dadurch prallen auch ganz unterschiedliche Vorstellungen von Sexualität aufeinander und es entsteht Beratungsbedarf. Ein weiteres wichtiges Thema, das einen Studiengang wie Sexualwissenschaft in der heutigen Zeit sehr relevant macht, ist die sexualisierte Gewalt. Wir haben schon immer Probleme mit sexualisierter Gewalt in unserer Gesellschaft gehabt. Aber in den letzten zehn Jahren ist dieses Problem viel stärker in der Öffentlichkeit thematisiert worden. Es gibt im Moment einen hohen Bedarf, Konzepte zur Prävention, zur Früherkennung und natürlich zur Beratung im Umgang mit sexualisierter Gewalt in den verschiedenen Institutionen einzubinden.

Wie ist die Idee für den neuen Master entstanden?

Bührmann: In unserem Bachelorstudiengang Soziale Arbeit hatten wir Sexualpädagogik als Wahlpflichtfach angeboten und dort gemerkt, dass dieses Fach auf große

Resonanz stößt. Von unseren Studierenden wurde der Wunsch geäußert, das Thema weiter zu vertiefen. Das hat uns in der Entscheidung bestärkt, den Masterstudiengang zu entwickeln.

Können Sie etwas über den Entstehungsprozess des Studiengangs erzählen?

Simon: Als wir angefangen haben, uns intensiver mit dem Thema auseinanderzusetzen, haben wir den Kontakt zu einschlägigen Fachgesellschaften und Experten gesucht. Prof. Dr. Uwe Sielert und Prof. Dr. Josef Christian Aigner, die einige der relevantesten Lehrbücher im Bereich Sexualwissenschaften herausgegeben haben, standen uns als Berater für das Modulhandbuch zur Seite. Für unser Department haben Prof. Dr. Thorsten Bührmann und ich gemeinsam die Entwicklung des Studiengangs übernommen. Dabei haben wir viele neue Aspekte gelernt und – das muss ich ehrlich sagen – auch einige lustige Situationen erlebt. Zum Beispiel haben wir im Zug gesessen und über die Themen Pornographie und Prostitution als Bestandteil des Studienplans gesprochen, bis mir aufgefallen ist, dass sehr viele Mitreisende richtig große Ohren gekriegt haben. Die haben sich vermutlich gefragt, wo wir genau arbeiten.

Im späteren Entstehungsprozess des Masters haben wir auch Kollegen aus anderen Departments einbezogen. Sexualwissenschaft beinhaltet medizinische, psychologische und soziologische Aspekte, weshalb uns die Interdisziplinarität bei diesem Studiengang ein besonderes Anliegen war.

In der wissenschaftlichen Auseinandersetzung mit Sexualität gibt es viele Fachrichtungen, wie Sexualpädagogik, Sexualberatung oder auch Sexualtherapie. Welche Rolle spielen die einzelnen Themenbereiche im Masterstudiengang Sexualwissenschaft an der MSH?

Simon: Der Masterstudiengang Sexualwissenschaft ist transdisziplinär angelegt, geht also auf verschiedene Fachrichtungen

ein und bietet damit die Möglichkeit, sich in einem bestimmten Bereich zu spezialisieren. Was wir aber klar sagen müssen, ist, dass unser Studiengang nicht dazu befähigt, später als Sexualtherapeut tätig zu sein. Sexualtherapie wird von psychologischen Psychotherapeuten mit spezieller Zusatzqualifikation angeboten. Sie findet ihren Einsatz, wenn eine sexuelle Störung vorliegt, also eine Krankheit diagnostiziert wurde. Aus unserer Sicht muss Sexualität nicht unbedingt mit einer Störung verbunden sein, um einen Beratungsbedarf zu erzeugen. Darum liegt der Fokus bei unserem Studiengang auf der Sexualberatung und der Sexualpädagogik mit all ihren didaktischen Möglichkeiten.

Wie lassen sich die Begriffe Sexualberatung und Sexualpädagogik voneinander abgrenzen?

Simon: Wir verstehen unter Sexualberatung, das Bedürfnis über seine eigene Sexualität zu sprechen und Hilfe oder Unterstützung bei verschiedenen Fragestellungen in diesem Bereich zu erhalten. In der Sexualpädagogik geht es darum, über Sexualität zu informieren, Wissen didaktisch zu vermitteln und die Kompetenzen in diesem Bereich in allen Altersstufen zu erweitern. Eine Frage, mit der Sexualpädagogen sich befassen, ist beispielsweise: »Wie kann ich geflüchtete Frauen über Verhütung informieren?«

Bührmann: Sexualpädagogik wurde früher häufig auf den schulischen Aufklärungsun-

terricht reduziert. Wie Prof. Dr. Liane Simon gerade schon dargestellt hat, ist das Thema viel breiter gefächert und beschränkt sich nicht nur auf die Arbeit mit Kindern und Jugendlichen. Sexualpädagogen können heute beispielsweise Personal in Altersheimen dazu beraten, wie sie sich richtig verhalten, wenn dort sexuellen Bedürfnissen Ausdruck verliehen wird oder wie ein angemessenes Altern unter Berücksichtigung dieser ganz natürlichen, menschlichen Bedürfnisse ermöglicht werden kann.

Welche Schwerpunkte wird es neben der Sexualberatung und -pädagogik im Studium geben?

Simon: In unserem Department legen wir viel Wert auf Selbsterfahrung und Reflexion. Es gibt nur wenige Menschen in Deutschland, die unbefangen über ihre Sexualität sprechen können und in der Lage sind, ihre eigenen Werte in der Beratung zurückzunehmen. Unsere Studierenden lernen, diese Werte für sich zu erkennen und auch damit umzugehen, wenn ihr Gegenüber andere Wertevorstellungen hat.

Bührmann: Ein weiterer Fokus liegt in der Verzahnung von Praxis und Forschung. Hierfür habe ich ein Praxisleitkonzept entwickelt. In dem Modul »Forschung und Forschungsprojekt« werden unsere Studierenden ein Projekt durchführen, bei dem sie nicht nur am »grünen Tisch« forschen, sondern realitätsnah und mit Praxisbezug arbeiten. Das soll ihnen helfen, selbst Antworten darauf zu finden, wie das Thema Sexualität am besten erforscht werden kann.



Im Kompetenzfeld »Berufliche Anwendungskompetenz« gibt es das Modul »Persönliche Reflexion und Supervision«. Wird hier über die eigene Sexualität diskutiert?

Simon: Dieses Thema ist eine meiner persönlichen Leidenschaften. Es ist mir ein ganz großes Anliegen, dass die Fachleute, die später andere Menschen beraten und ihnen sehr persönliche Fragen stellen, das erst einmal an sich selbst ausprobieren. Und wichtig ist auch, dass sich unsere Studierenden fragen, wie sie selbst in Bezug auf Sexualität groß geworden sind.

Und dann geht es letztendlich auch darum, wie unsere Studierenden später im Berufsleben damit umgehen, wenn Dinge thematisiert werden, bei denen sie als souveräne Fachkraft erschrecken oder erstarren. All diese Themen gehören zu diesem Modul, weshalb es sehr persönlich werden wird. Darauf müssen sich unsere Studierenden einlassen.

Wie Sie bereits erwähnt haben, denken viele beim Thema Sexualwissenschaft zunächst an den Aufklärungsunterricht in der Schule. Welche Berufsfelder ergeben sich darüber hinaus konkret für Absolventen des Studienganges?

Bührmann: Vielleicht kann ein Beispiel das am besten veranschaulichen: Wir hatten lange Zeit eine Forschungsmitarbeiterin bei uns, die sehr stark an der Aufarbeitung der Missbrauchsfälle in der katholischen Kirche beteiligt war und viele Jahre lang eine Beratungsstelle geleitet hat. Für diese Arbeit wollen wir unsere Studierenden qualifizieren. Sie sind nach dem Studium in der Lage, Schutzkonzepte zu erarbeiten, die dann beispielsweise an Schulen vermittelt werden. Sexualpädagogik bedeutet nämlich nicht nur, mit Klienten, Teilnehmern oder eben Schülern zu arbeiten, sondern auch auf übergeordneter Ebene. Unsere Absolventen können dabei mitwirken, Institutionen zu befähigen, sexuelle Übergriffe zu verhindern.

Simon: Ein weiteres großes Feld ist die Sexualberatung. Unsere Absolventen können

in Konfliktberatungsstellen arbeiten, an die sich Eltern wenden, die ein Kind mit Behinderung erwarten oder die eine Schwangerschaft abbrechen wollen. Auch Beratungen zu Fragen rund um Verhütung, sexuelle Gesundheit und Schwangerschaft können unsere Absolventen durchführen. Und natürlich wollen wir auch für die Forschung Nachwuchs finden, denn die Sexualforschung ist ein unterrepräsentiertes Feld, das zukünftig interdisziplinär betrachtet werden sollte, um seine ganze Bandbreite in der Forschung abzubilden.

Welche Werte möchten Sie den Studierenden in Bezug auf Sexualität vermitteln?

Simon: Ganz kurz gesagt, sind das Offenheit, Gelassenheit, Neugier und natürlich Einfühlungsvermögen.

Bührmann: Und auch ein Bewusstsein sowie eine gewisse Sensibilität für das Thema Sexualität. Also ein Verständnis dafür, dass Sexualität nicht nur auf mich selbst bezogen ist, sondern in gewisser Weise immer Interaktion bedeutet. Ich darf dabei nicht nur auf mich fokussiert sein, sondern muss auch auf meinen Gegenüber gerichtet sein.

Welche Voraussetzungen müssen erfüllt werden, um für den Masterstudiengang zugelassen zu werden und was sollten zukünftige Bewerber aus Ihrer Sicht darüber hinaus mitbringen?

Bührmann: Die Grundvoraussetzung ist ein Bachelorabschluss, der in einem pädagogischen, soziologischen oder psychologischen Fach liegen sollte. Wir haben aber bewusst keine enge Festlegung auf eine einzelne Fachrichtung gewählt, weil wir in unseren Aufnahmegesprächen individuell schauen, was die Studieninteressenten mitbringen. Insbesondere eine offene interdisziplinäre Haltung ist für uns ein sehr, sehr wichtiges Kriterium. Dabei geht es auch um die Fähigkeit, sich im Studium auf Augenhöhe mit unterschiedlichen Perspektiven auseinanderzusetzen. Im Studiengang Sexualwissenschaft behandeln wir ein Thema, zu dem wir alle eine spezifische Sichtweise

haben. Wir schätzen uns jeweils wert und es gibt kein besser und kein schlechter. Wir wünschen uns, dass unsere Studierenden diese Haltung mitbringen.

Was macht diesen Studiengang für Sie so besonders?

Bührmann: Aus meiner Sicht bringt dieser Studiengang einen Wert der MSH besonders gut zum Ausdruck und das finde ich toll. Die MSH bietet vielen jungen Menschen die Möglichkeit, ihre Träume zu verwirklichen. Das hören wir ganz häufig, dass unseren Studierenden hier Möglichkeiten geboten werden, die sie sonst nicht gehabt hätten. Und das tun wir mit so einem spezialisierten Studiengang für Personen, die an diesem speziellen Gebiet ein Interesse haben. Ich finde es sehr mutig und toll so was zu bieten. Deswegen bin ich stolz darauf, dass wir diesen Studiengang haben. In den Gesprächen mit den Studieninteressierten habe ich festgestellt, dass sie sehr motiviert sind, weil das so eine bewusste reflektierte Entscheidung ist, diesen Studiengang zu wählen. Darum freue ich mich schon darauf, mit ihnen zu arbeiten.

Was erwarten Sie vom neuen Studienangebot und was wünschen Sie sich für die Studierenden des ersten Jahrgangs?

Simon: Wir erwarten, dass eine weitere Farbe mit dazu kommt, die der MSH bis jetzt noch fehlt. Wir wünschen den Studierenden, dass sie – aber da bin ich mir sicher – später ganz locker Jobs finden werden. Und ich wünsche unseren zukünftigen Studierenden, dass sie eine Gruppenzusammensetzung haben, in der sie sich wohlfühlen, in der sie gut miteinander ihre Kompetenzen entwickeln können und als Einzelpersonen erkennbar bleiben. Dass sie nach dem Studium nicht in einer grauen Masse untergehen, sondern ihren persönlichen Fachbereich finden. Ich wünsche mir, dass nicht nur eine neue Farbe dazukommt, sondern ganz viele individuelle Farben.

Soziale Systeme fördern

Hyperaktiven Kindern mit gemeinsamen Trommeln ein Ventil für ihre überschüssige Energie geben. In der Eheberatung in die Rolle des Gegenübers schlüpfen und so die andere Sichtweise kennenlernen. Oder mit Malkursen Krebspatienten zu neuem Lebensmut verhelfen. In den letzten Jahren hat die künstlerische und sozialwissenschaftliche Auseinandersetzung mit gesundheitlichen Themen immer stärker an Bedeutung gewonnen. Therapieansätze aus dem Feld der Musik, des Theaters oder der Kunst können in der Arbeit mit Kindern, Erwachsenen oder älteren Menschen neue Wege eröffnen. Der Bedarf an ausgebildeten Fachkräften, die in diesen Tätigkeitsfeldern aktiv Konzepte gestalten und erarbeiten, ist enorm gestiegen. Um diesen neuen Entwicklungen auch an der MSH einen entsprechenden Stellenwert zu geben, wurde die Fakultät Art, Health and Social Science gegründet. Sie vereint das Department Kunst, Gesellschaft und Gesundheit und das Department Family, Child and Social Work unter sich und will mit neuen Studiengängen, wie Musiktherapie und Sexualwissenschaft, einen Raum für das wachsende Interesse an vermittelnden, gestaltenden und kommunizierenden Tätigkeitsfeldern schaffen. Zudem wird damit innerhalb der MSH der fachhochschulische Teil der Hochschule gestärkt.

DAS SIND WIR – 11 FAKTEN ZU JAHREN MSH

PROF. DR. DR. RER. NAT. PHIL.

137 Lehrende mit insgesamt 108 Dokortiteln forschen und lehren in der HafenCity und am Harburger Binnenhafen.



STUDIERENDE

Würden alle Studierenden der MSH Rüberleiter machen, würde der oberste fast den Gipfel des Kilimandscharo (5.895 Meter) greifen können.



WISSEN ONLINE

Seit dem Beginn des virtuellen Semesters wurden rund **630 Stunden** Vorlesungsmaterial auf unsere Lernplattform **KuraCloud** hochgeladen.



VIRTUELLE LEHRE

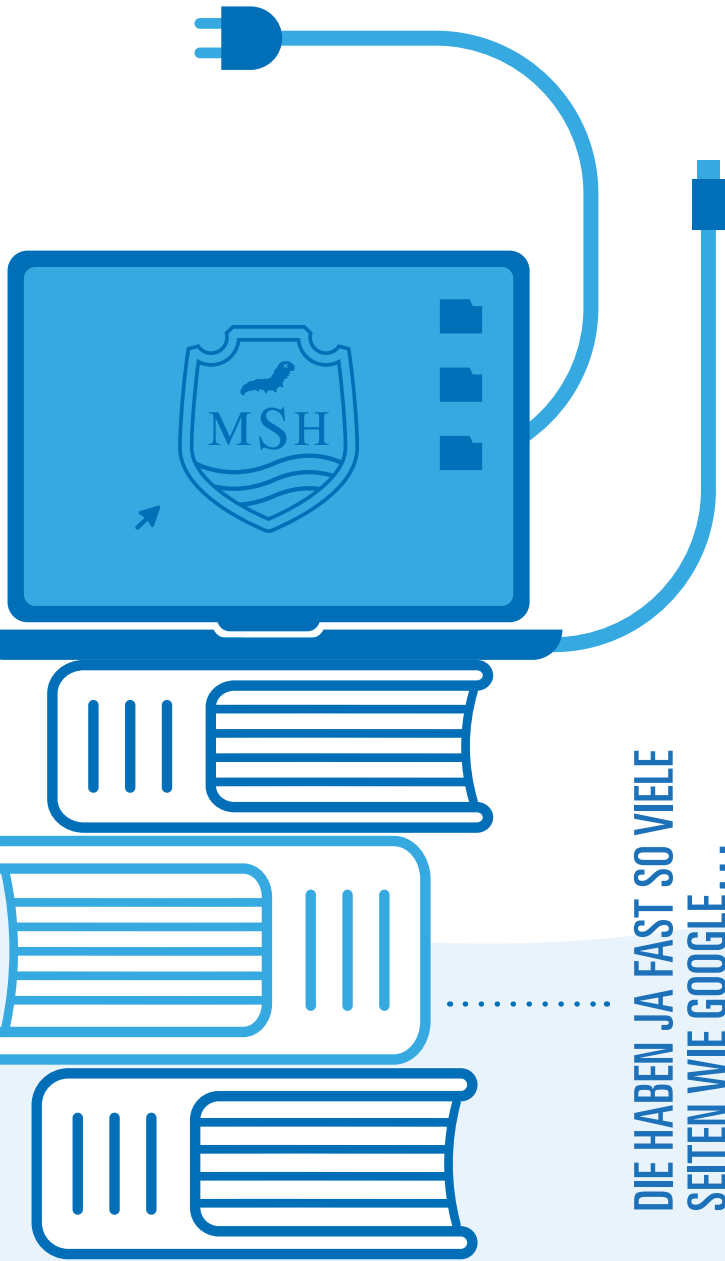
109 Laptops richtete unsere IT innerhalb von zwei Wochen ein, um Lehrende und Mitarbeiter für das virtuelle Sommersemester 2020 auszurüsten. Nebenbei hat das Team **ca. 4200 E-Mails** erhalten, bearbeitet und sich damit um die großen und kleinen technischen Sorgen aller Hochschulangehörigen gekümmert.

HERZKLOPFEN IM 7. HIMMEL

Wer Am Kaiserkai 1 die **136 Stufen** bis zur 7. Etage zu Fuß geht, braucht kein Cardiotraining mehr.

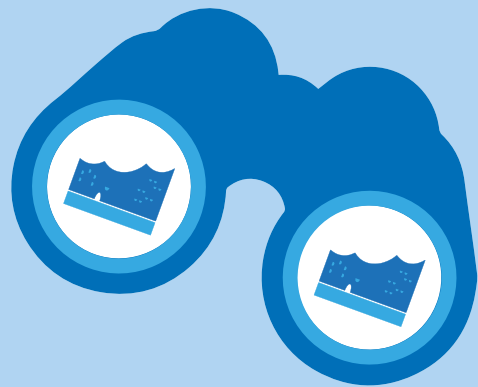
VITAMIN D-ACHTERRASSE

Auf unserer Dachterrasse in der **6. Etage** ist es so sonnig, dass wir nur noch mit Sonnenbrille Pause machen.



**DIE HABEN JA FAST SO VIELE
SEITEN WIE GOOGLE...**

Das sind die drei dicksten Bücher in unseren Bibliotheken
3335 Seiten: Pongratz, L. J.: Klinische Psychologie
2686 Seiten: Gesetze für die Soziale Arbeit
2032 Seiten: Wirtz, Markus Antonius: Dorsch - Lexikon der Psychologie



STUDIEREN MIT AUSBLICK

Aus 19 Räumen Am Kaiserkai 1 haben wir einen Panoramablick auf die Elbphilharmonie.

DIE MSH WÄCHST...

Um mehr als 1.745m² vergrößert sich der MSH-Campus Am Kaiserkai 1 mit den beiden neuen Etagen 6 und 7.

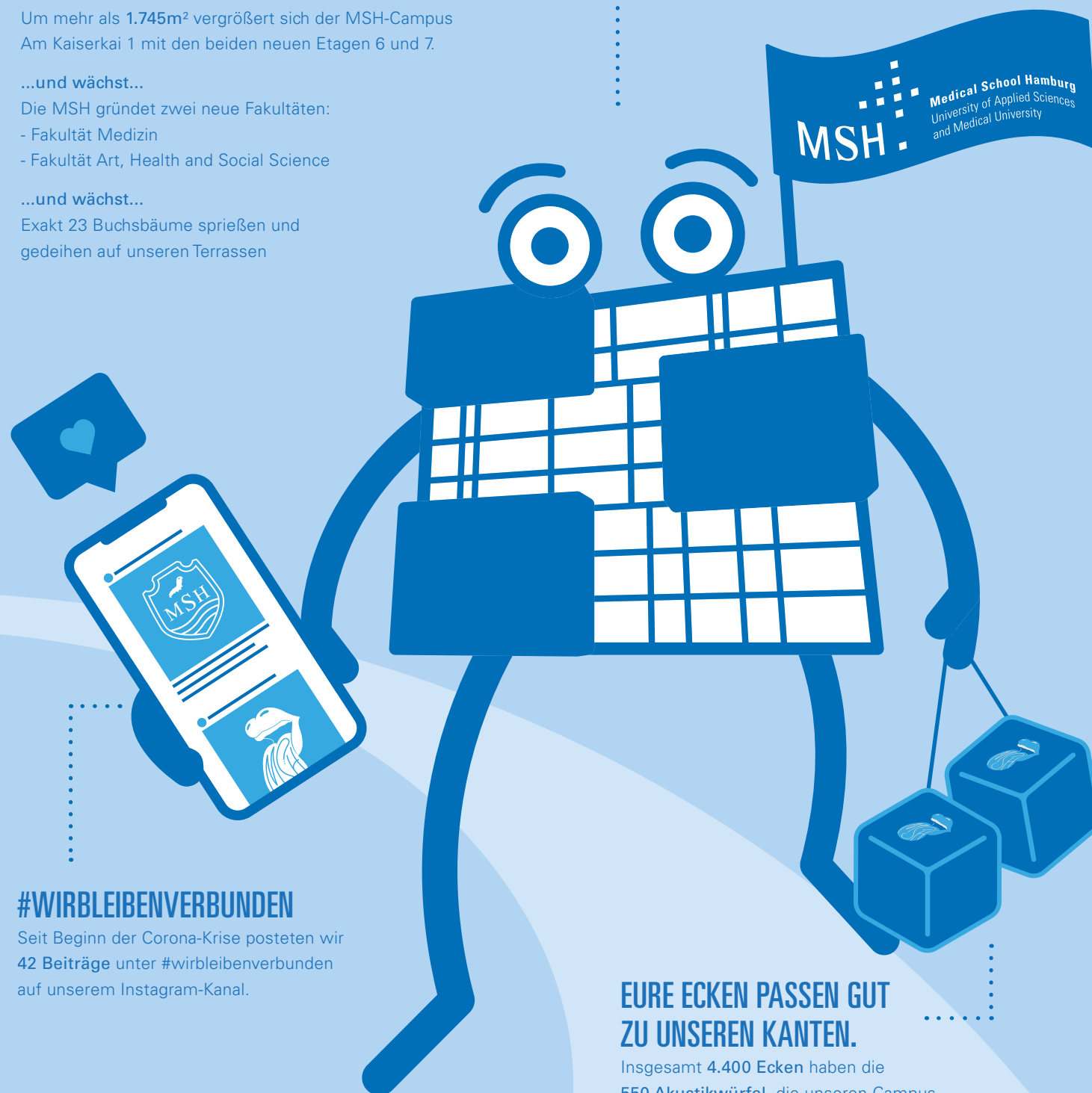
...und wächst...

Die MSH gründet zwei neue Fakultäten:

- Fakultät Medizin
- Fakultät Art, Health and Social Science

...und wächst...

Exakt 23 Buchsbäume sprießen und gedeihen auf unseren Terrassen



#WIRBLEIBENVERBUNDEN

Seit Beginn der Corona-Krise posteten wir 42 Beiträge unter #wirbleibenverbunden auf unserem Instagram-Kanal.

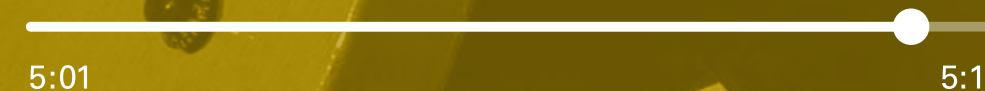
EURE ECKEN PASSEN GUT ZU UNSEREN KANTEN.

Insgesamt 4.400 Ecken haben die 550 Akustikwürfel, die unseren Campus am Harburger Binnenhafen schmücken und bieten damit viel Raum, um kreativ und gedanklich anzuecken.

03 / 03

Everything is TURNING GOLD

The Rolling Stones





WAS MACHT DIE KUNST?

Kreativ sein, querdenken, neue Prozesse in Gang bringen – oder einfach: Etwas mit Kunst machen. Aber was tun, mit einem Studienabschluss in Intermedialer Kunsttherapie, Expressive Arts in Social Transformation oder Kunstanalogem Coaching? Drei Absolventinnen und eine Studentin aus dem Department Kunst, Gesellschaft und Gesundheit der MSH erzählen vom Weg zu ihrem Traumstudium und wie sie das Gelernte aus Seminaren und Projekten im Beruf aktiv leben.

»Was macht die Kunst«: Mitten drin statt nur an der Seitenlinie: Intensive Auseinandersetzung mit Kunst und Kultur



Sarah Zurmöhle absolvierte 2018 den Studiengang Expressive Arts in Social Transformation (Bachelor of Arts) und arbeitet aktuell bei der Stiftung Kultur Palast Hamburg in den Bereichen Veranstaltungsmanagement und Online Marketing.

Künstlerische Arbeit als Brücke

Mein Weg von der Schule über das Studium bis hin zu meinem jetzigen Job war nicht immer klar. Als Orientierung habe ich nach meinem Abitur ein Freiwilliges Ökologisches Jahr in der Waldschule Niendorf absolviert. In dem Rahmen hatte ich durch die von mir eingebrachten Programme »Naturkunst« und »Waldatelier« erste Berührungspunkte im künstlerischen Arbeiten mit Kindergarten- und Grundschulkindern.

Das Studium Expressive Arts in Social Transformation (EAST) an der MSH habe ich gewählt, da es zwei wichtige Bereiche in meinem Leben zusammenführt: Die Malerei, insbesondere die Acrylmalerei, und die Arbeit mit Kindern und Jugendlichen. Für mich waren die Praxisanteile im Studium am prägnantesten und für meinen weiteren Weg am wichtigsten. Ich habe gelernt, warum künstlerische Arbeit eine Brücke zwischen Menschen sein kann und wie sie uns verbindet. Schon während des Studiums habe ich Projekte organisiert und mich in die Rolle »gedrängt«, die dazugehörige Öffentlichkeitsarbeit zu übernehmen. Das Studium und die Projektarbeit zeigten mir, wie wichtig es ist, für sich selbst einzustehen und stets präsent und kritikfähig zu sein.

Ich kam dann über eine Trainee-Stelle bei der Stiftung Kultur Palast Hamburg, das die Bereiche Public Relations, Fundraising, Marketing und Veranstaltung abdeckte, zu meinem jetzigen Berufsfeld. Der Kultur Palast Hamburg will Nachwuchsförderung und Bildungschancen unabhängig von der individuellen Herkunft ermöglichen und hat dafür langfristig und nachhaltig angelegte Projekte für verschiedene Altersstufen entwickelt. Durch musikalische Frühförderung, »Hip-Hop als Lebensgefühl« oder klassische Musik fördert der Kultur Palast bis zu 3000 Kinder und Jugendliche. In den einzelnen Projekten betreue ich die Social-Media-Kanäle, wie Instagram und Facebook. Zudem pflege ich die Websites und begleite projektbezogene Veranstaltungen. Diese Tätigkeiten erlauben mir, meine eigenen künstlerischen Fähigkeiten in das Unternehmen miteinzubringen. Ich verdanke dem Studium an der MSH einen Job, in dem ich viele spannende und nachhaltige Projekte unterstützen kann.



Gabriele Hennecke absolvierte 2018 den Teilzeit-Studiengang Intermediale Kunsttherapie (Master of Arts). Während des Studiums lebt sie in der Türkei, wo sie sich bis heute im interkulturellen Bereich engagiert.

Das Potenzial weißer Leinwände

Weißer Leinwände und berufliche Veränderungsprozesse haben eines gemeinsam: Die Freiheit ungeahnter Gestaltungsmöglichkeiten. So jedenfalls meine Erfahrung. Aber nur, weil ich darin ein Experiment mit offenem Ausgang sah – und sehe.

Februar 2013. Nach Jahren im Dialogmarketing bin ich in einem Hamburger Start-up gelandet. Ich bin Kommunikationsdesignerin. Meine Karriereziele hatte ich bislang eher rational als leidenschaftlich verfolgt. Jetzt weiß ich nicht weiter. Die Werbebranche frustriert mich zusehends. Das Denken in Zielgruppen verschafft mir mehr Distanz als Nähe zu den Menschen. Das Bild auf dieser Leinwand ist ziemlich verkorkst. Was nun, Frau Hennecke?

November 2013. Ich stehe vor einer neuen Leinwand. Bei der Suche nach Impulsen droht mich ihr strahlendes Weiß schon fast zu verschlucken. Doch plötzlich! Ein beherzter Pinselstrich. Die Informationen über den Masterstudiengang Intermediale Kunsttherapie auf den Internetseiten der MSH setzen alle frontallhirngesteuerten Mechanismen außer Gefecht. Ohne Risiko-Nutzen-Analyse schreibe ich mich an der Hochschule ein. Und noch mehr: Mein Mann und ich planen, wenige Monate später nach Istanbul umzuziehen. Also Studium in Teilzeit.

Oktober 2014. Das Studium beginnt. Meine Spontaneität bekommt einen starken Gegenspieler: Zweifel an der Richtigkeit meiner Entscheidung. Die Modulwochenenden geben mir das Gefühl, komplett bei Null anzufangen. Und das Schlimmste: Ich kann mir kein

Bild machen, wo ich mich später als Kunsttherapeutin verorten soll. Das, was auf dem Malgrund meiner beruflichen Zukunft entsteht, wirkt verloren. Ich überlege, das Studium zu beenden.

September 2015. Impuls sticht Zweifel. Es kommt wieder Farbe ins Spiel. Aufgerüttelt durch den Syrienkrieg und die Flüchtlingsproblematik in der Türkei will ich helfen und finde nach langem Suchen ein Praxisfeld. Schon bald realisiere ich für die SyrienHilfe e.V. zuerst in Bursa und später im Istanbuler Stadtteil Esenyurt ehrenamtlich kunstorientierte Interventionen für syrische Kinder und Jugendliche. Das Thema Trauma wird zentral.

In den oft überraschenden Momenten der Begegnung entwickelt sich das Gefühl für die, in der Intermedialen Kunsttherapie so wichtige, Haltung des Nicht-Wissens als ein Schlüsselfaktor in begleiteten Veränderungsprozessen. Diese Erkenntnis führt mich weiter zur intensiven Auseinandersetzung mit dem Kulturbegriff und seiner Bedeutung für die therapeutische Begegnung. Ich finde ein Forschungsfeld und schließlich mein Masterthema.

Dezember 2018. Mein Netzwerk in Istanbul vergrößert sich. Ich probiere mich weiter aus. Es folgen erneut unsichere Phasen. Doch meine Erfahrungen ändern meine Einstellung zur beruflichen Profilbildung. Die Lösung finde ich schließlich in den Inhalten des Studiums selbst. Meine anfänglichen Zweifel weichen der Bereitschaft, mich wie ein Künstler auf die Unberechenbarkeit eines Prozesses einzulassen. Neues entsteht nicht durch das, was ich in der Lage bin, mir auszumalen.

Mai 2020. In wenigen Wochen geht es zurück nach Deutschland. Mitten im Bewerbungsprozess erhalte ich die Zusage bei Teach First Deutschland, einer gemeinnützigen Bildungsinitiative, die zum internationalen Netzwerk Teach For All gehört und Schülerinnen und Schüler in herausforderndem Umfeld unterstützt, sich ihrer Ressourcen und Selbstwirksamkeit bewusst zu werden, damit sie ihre Bildungsziele erreichen.

An diesem Punkt tauchen wieder neue Fragen auf. Denn gerade ist ziemlich unklar, ob ich die Stelle antreten kann. Dennoch: das Bild meiner beruflichen Wende bleibt dynamisch. Und wenn ich jetzt gefragt werde: »Wie soll es weitergehen, Frau Hennecke?« Ich würde antworten: »Das werde ich sehen!«



Sohila Barfi absolviert 2020 den Teilzeit-Studiengang Kunstanaloges Coaching (Master of Arts) und ist heute selbstständig als Beraterin in Berlin sowie in der Schweiz tätig.

Loslassen, entdecken, mutig scheitern

Zweieinhalb ereignisreiche, intensive, herausfordernde und beglückende Lernjahre im Masterstudium Kunstanaloges Coaching am Department Kunst, Gesellschaft und Gesundheit der MSH liegen nun hinter mir. Diese Zeit war insofern besonders, als sie mich in meiner bis dahin durchaus langen und abwechslungsreichen Lernbiografie zum ersten Mal eine nachhaltig andere Erfahrung machen ließ.

Als Lehrerinnen-Tochter mit iranischem Migrationshintergrund bin ich mit Lehr- und Lernprozessen und Fragen zur eigenen Identität aufgewachsen. In der Schule habe ich mich entsetzlich gelangweilt und hatte den Eindruck, das System gehe an uns Schüler*innen vollkommen vorbei. Es frustrierte nicht nur mich, zu Befehlsempfänger*in und Erfüller*in von Vor- und Aufgaben degradiert zu werden. Ich beobachtete diese Frustration in unterschiedlichen Abstufungen im Laufe der Jahre immer wieder und bei nahezu allen Menschen in meinem beruflichen wie privaten Umfeld. Also begann ich mich dafür zu interessieren, welche Bedingungen in welchen Kontexten zum Gelingen beitragen. Mein beruflicher Weg führte mich nach einer Schauspielausbildung, ein paar Jahren am Theater und einem geisteswissenschaftlichen Studium schließlich an die MSH. Hier erlebte ich, dass der eigene Zugang, der eigene Rhythmus, die ureigenen Gedanken, Fragen und Themen, das tief innewohnende persönliche Interesse nicht nur Platz im Lern- und Entwicklungsprozess fanden, sondern ausdrücklich erwünscht und gefördert wurden. Die Folge war, neben einem stetigen Erkenntnis- und Fähigkeitenzuwachs, ein beglückendes und potentes Lebens-

gefühl trotz der Anstrengung und zeitweise auch Überforderung, nebenberuflich ein Masterstudium zu stemmen. Denn parallel war ich mit meiner Freundin und Partnerin Aneke Wehberg-Herrmann mit der Gründung von spielart.berlin, Coaching, Beratung und Konzeptentwicklung, beschäftigt.

Alles, was ich im Studium lernte und erprobte, konnte direkt in unsere Konzepte einfließen. Ich fand an der MSH eine verlässliche Unterstützung, auch wenn mich im Laufe der Gründung der Zweifel packte. Ich entwickelte ein kompaktes Verständnis von systemischen Zusammenhängen, erprobte Möglichkeiten der künstlerischen Begleitung von Gruppendynamischen und Teambildenden Prozessen in Unternehmen, lernte die Dramaturgie von Prozessen der Organisationsentwicklung zu erkennen und verstehen. Außerdem bekam ich Werkzeuge an die Hand, aus den verschiedensten Perspektiven Veränderungs- und Entwicklungsprozesse anzustoßen und zu begleiten. Die kunstpraktische Arbeit spielte neben der theoretischen An- und Einbindung immer eine zentrale Rolle. Dank der stetigen Aufforderung und Herausforderung, sich selbst künstlerisch zu betätigen, gehe ich heute mit einem Portfolio an künstlerischen Erfahrungen und Methoden in die eigene Berufspraxis. Neben alledem ist es aber vor allem eines, was mich in meiner Tätigkeit als Coach und Seminarleiterin trägt: Ich entwickelte hier so etwas wie ein Selbstverständnis in einer unvoreingenommenen, aufmerksamen und beobachtenden Grundhaltung. Was ich allen Studierenden ans Herz legen kann, ist die geschützten, vertrauensvollen Räume zu nutzen, die in diesem Studium geöffnet werden, um zu üben, sich ein- und die eigenen Konzepte loszulassen, frei von kopfgesteuerten Einengungen zu explorieren und mutig zu scheitern. Es sind diese Erfahrungen, die uns wachsen und lernen lassen, und in dem weiten Feld des Coachings tragen. So wurde die Kunst zu meiner ganz besonderen Verbündeten im Kampf gegen das Festhalten und die Kontrolle. Sie hat mir beigebracht, genauer hinzuhören, hinzuspüren, mich ein- und meine im Kopf konstruierten Konzepte loszulassen. Sie hat mich in Räume geführt, in denen ich ungeschminkt vor mir selber stand. Nach diesen stillen und intensiven Begegnungen mit mir und meinem Innenleben konnte ich jedes Mal feststellen, wie offen, frei und unangestrengt ich danach der Welt begegnen konnte. Die Kunst hat mich dazu bewegt, meine Angst vor Chaos und Durcheinander zu überwinden und Mut zum Unfertigen, zum Entwurf zu entwickeln. Sie hat mich herausgefordert, das Flüchtige, Ungeplante in die Welt zu schmeißen und zu staunen, was daraus entsteht. Der norwegische Theaterautor Jon Fosse hat einen schönen Ausdruck dafür gefunden: Er nennt diesen einen besonderen Moment, in dem alles stimmt und alles wahrhaftig wird: Når en engel går gjennom scenen – wenn ein Engel durch die Bühne geht. Man kann seinen Teil dazu beitragen, diesen Moment entstehen zu lassen, man kann ihn weder erzwingen noch festhalten. Wenn wir das auf unser Leben übertragen, dann schenkt uns die Kunst Entlastung und Freiheit.



Johanna Stephan studiert seit 2018 Expressive Arts in Social Transformation (Bachelor of Arts) und arbeitet neben dem Studium im Konfetti-Café sowie für ein Theaterprojekt mit Demenzerkrankten und Kindern.

Der Austausch der Künste

Der Studiengang Expressive Arts in Social Transformation (EAST) beschäftigt sich anhand der Schwerpunkte Bildende Kunst, Musik, Performance Art und Poesie mit Kunst in sozialen Veränderungsprozessen. Dabei können wir selbst wählen, worauf wir in unserem Studium den Fokus legen wollen. Ich habe mich für Performance Art als Schwerpunkt und Musik als Nebenschwerpunkt entschieden. Die Wahl von zwei künstlerischen Bereichen war nicht einfach, jedoch haben mir persönliche Gespräche mit Lehrenden bei der Entscheidungsfindung geholfen. Durch die intermediale Zusammenarbeit der Künste findet außerdem ein kontinuierlicher Austausch aller Bereiche statt. So werden in meinem Studium auch die anderen Schwerpunkte, Bildende Kunst und Poesie, vom Standpunkt der Performance Art und meinem Nebenfach Musik aus, betrachtet, integriert und behandelt.

Eine Besonderheit an unseren Lehrveranstaltungen im Schwerpunkt Performance Art ist, dass sich zu meiner Kohorte Studierende des nachfolgenden Jahrgangs angeschlossen haben. In der größeren Gruppe können wir uns noch mehr untereinander austauschen und voneinander lernen. Durch die Umstellung auf virtuelle Präsenzlehre aufgrund der Corona-Pandemie müssen wir leider auf diese Form von persönlichem Kontakt im Studium verzichten. Das empfinde ich als einschränkend, da schließlich alle Künste stark

von der Interaktion mit- und untereinander leben. Andererseits betrachte ich den digitalen Unterricht als eine neue Möglichkeit, die Kunst in den virtuellen Raum zu bringen und als ein neues Verwendungsmedium anzusehen.

Neben meinem EAST-Studium arbeite ich regelmäßig im Konfetti-Café, das 2014 gegründet wurde und einmal wöchentlich in einem Hamburger Seniorenheim stattfindet. Vor Ort unterstütze ich die anderen Ehrenamtlichen in der Vorbereitung und im Aufbau sowie die wechselnden Künstler und die teilweise demenzkranken Bewohner. Diese Arbeit bringt mir sehr viel Spaß und Freude, da ich nicht nur ein Gefühl der Wertschätzung erfahre, sondern nach Absprache sogar eigene künstlerische Angebote durchführen kann. Dies gibt mir die Möglichkeit, das theoretisch Erlernte aus meinem Studium an der MSH in die Praxis umzusetzen, mich selbst besser kennenzulernen und zu erfahren, in welchem Feld und mit welchen Menschen ich später arbeiten möchte. Das EAST-Studium verändert nicht nur konstant meine eigene Haltung und Einstellung, sondern wirkt sich auch auf mein Kunstverständnis aus. Ich lerne Kunst kritisch zu betrachten und zu hinterfragen, mich zu öffnen und das Wahrgenommene in einen gesellschaftskritischen Rahmen zu setzen.

IM EINSATZ GEGEN DAS VIRUS

Normalerweise lehrt er an der MSH Medical School Hamburg im Bachelorstudiengang »Rescue Management« und bildet künftige Führungskräfte im Rettungsdienst aus. Doch durch die Corona-Krise ist plötzlich alles anders und er mitten drin. Gewissermaßen über Nacht muss Prof. Dr. Harald Karutz in seinem Wohnort ein Netzwerk aus Notfallseelsorgern, Beratungsstellen, Psychotherapeuten, Schulpsychologen und städtischen Ämtern koordinieren, um die psychosoziale Notfallversorgung der lokalen Bevölkerung zu organisieren. Was ihn persönlich antrieb sich zu engagieren, welche Erlebnisse ihn nachhaltig bewegen und was selbst ihn als Profi an seine Grenzen stoßen ließ, erzählt er im Interview.

INTERVIEW Wenke Ladenthin FOTOS Harald Karutz



Krisenstab statt Home-Office: Als Professor für Notfall- und Rettungsmanagement ist Prof. Dr. Harald Karutz hier in seinem Element



Ordnungsgemäß mit Mundschutz: Vorbereitungen für die Befragung von Jugendlichen zu ihrem Erleben der Schulöffnungen

Zu Beginn der Corona-Pandemie wurden Sie zum Leiter des Sachgebiets »Psychosoziales Krisenmanagement« in den kommunalen Krisenstab Ihres Wohnortes Mülheim an der Ruhr berufen. Was ging Ihnen an diesem Tag durch den Kopf?

Die Führungskräfte der Mülheimer Feuerwehr kennen mich seit vielen Jahren. Einige noch aus meinen aktiven Rettungsdienstzeiten, die meisten aber vor allem aus Seminaren und Fortbildungen – oder aus Einsätzen, in denen ich als Notfallseelsorger vor Ort gewesen bin. Schon nach der Loveparade-Katastrophe 2010 habe ich einige Wochen lang die kommunale Nachsorge-Koordinierungsstelle in Mülheim geleitet. Insofern gibt es ein sehr vertrauensvolles Verhältnis zueinander, das durch die langjährige Zusammenarbeit gewachsen ist. So bekam ich am späten Abend des 16. März einen Anruf aus der Branddirektion: Der städtische Krisenstab war damals gerade einberufen worden. Aufgrund der Berichte aus Italien und Spanien befürchtete man eine dramatische Lageeskalation – man ist von Anfang an davon ausgegangen, dass psychosoziale Fragestellungen eine besonders große Bedeutung haben würden. Aus diesem Grund wurde ich ge-

fragt, ob ich das psychosoziale Krisenmanagement koordinieren könnte.

Wussten Sie, was auf Sie zukommen würde?

Ich hatte die Lageentwicklung in den Medien natürlich schon verfolgt und habe mich daraufhin kurz mit meiner Familie abgestimmt: Meine Frau arbeitete damals bereits im Home-Office, und unsere beiden Kinder – neun und elf Jahre alt – waren durch die Schulschließungen zu Hause. Mir war klar: Wenn ich diese Aufgabe übernehme, bin ich zu Hause erst einmal abgemeldet. Vom ersten Augenblick an habe ich mir aber auch gedacht: Jetzt wird das, was ich seit Jahren erforsche und unterrichte, ganz konkret in der Praxis gebraucht. Ich lebe für meine Themen. Das Psychosoziale Krisenmanagement ist mir ein Herzensanliegen. Das weiß meine Familie natürlich – also habe ich der Feuerwehr zugesagt. Am nächsten Morgen war ich früh im Lagezentrum, bekam ein Büro, einen Computer, diverse Zugangsberechtigungen, Telefonverzeichnisse und noch einige andere Unterlagen – dann ging es los.

Sie waren mehrere Wochen ununterbrochen im Einsatz. Wie hat in dieser Zeit Ihr Tagesablauf ausgesehen?

Ich habe noch nie so viel und »dicht« gearbeitet wie in den letzten Wochen. Ich war immer sehr früh im Büro, weil es unglaublich viel abzustimmen und zu koordinieren gab. Der Kommunikationsaufwand war extrem hoch. Spätestens ab 8 Uhr klingelte das Telefon mehr oder weniger nonstop. Täglich um 10:30 Uhr fand eine Besprechung statt, bei der sich alle Führungskräfte austauschen konnten und über die aktuelle Situation informiert wurden.

Dann habe ich meist einige Zeit am Schreibtisch gearbeitet: Informationsmaterial geschrieben, Hilfsangebote und eine »Corona-Bürgerbroschüre« konzipiert, Empfehlungen für die städtische Krisenkommunikation formuliert, Daten für das psychosoziale Lagebild ausgewertet, und vieles andere mehr. Vor allem in der ersten Zeit musste alles schnell gehen. Der Handlungsdruck war enorm hoch und die Tage daher lang und kräftezehrend – ich kam nie vor 22 Uhr nach Hause.

An dieser Stelle muss ich allerdings sagen, dass ich natürlich nicht alles allein gemacht habe. Ich habe mir ad hoc ein Team zusammengestellt – zwei Lehrkräfte, die ich aus meiner Arbeit in der Notfallseelsorge kannte, eine Mitarbeiterin aus dem städtischen Sozialamt und eine Studentin aus dem Rescue Management-Studiengang der MSH gehörten dazu. Darüber hinaus haben wir all unsere Aktivitäten stets eng mit den Kolleginnen und Kollegen im Gesundheitsamt, Sozialamt und Schul- bzw. Jugendamt abgestimmt.

In welche Entscheidungsprozesse waren Sie im Zuge der Corona-Krisenbewältigung involviert?

In unregelmäßigen Abständen trat der eigentliche Krisenstab zusammen, dem u. a. der Stadtdirektor, der Stadtkämmerer, der Sozialdezernent und die Leiter diverser städtischer Ämter angehörten.

Außerdem anwesend waren Vertreter von Ärzteverbänden, ein Verbindungsbeamter der Polizei – und ich. In dieser großen Runde wurden übergeordnete Entscheidungen getroffen. Wie sich die Schulöffnungen durchführen lassen würden beispielsweise. Oder welche Krisenmanagementstrategie überhaupt verfolgt werden sollte, welche rechtlichen Fragen mit der Umsetzung der Corona-Schutzverordnung des Landes verbunden waren, und vieles mehr.

Zudem gab es häufige Treffen mit Kolleginnen und Kollegen aus dem psychosozialen Bereich: Noch am ersten Arbeitstag habe ich ein »Netzwerk Psychosoziales Krisenmanagement« gegründet, dem u. a. Beratungsstellen, die Notfallseelsorge, Sozialarbeiter, Psychotherapeuten und der kommunale soziale Dienst des Jugendamtes angehörten.

In Ihrer Karriere als Notfallsanitäter, -seelsorger und Einsatzleiter haben Sie über mehrere Jahrzehnte Erfahrungen in verschiedenen Krisenlagen gesammelt. Inwiefern ist diese Situation auch für Sie als Profi neu? Wie unterscheidet sich die psychosoziale Notfallversorgung während einer Pandemie von der in anderen Katastrophen?

Es gibt viele Unterschiede. In der aktuellen Krise muss größer sowie langfristiger gedacht und geplant werden. Bei einem Zugunglück, einer Explosion oder einem Amoklauf findet das eigentliche Notfallgeschehen innerhalb weniger Minuten statt. Dann kann man sich darum kümmern. Jetzt haben wir eine Lage, die Monate dauert – und die sich immer noch dynamisch entwickelt. Eine weitere Besonderheit ist, dass tatsächlich alle Menschen in irgendeiner Weise betroffen sind – auch die Rettungskräfte selbst. Und: Ein Virus ist unsichtbar. Das hat zu einem sehr skurrilen, unwirklichen Erleben geführt. So bin ich morgens in mein Auto gestiegen und habe gedacht, was wir für einen herrlichen Frühlingsanfang erleben! Mit den Gedanken, die wir uns dann im Krisenstab machen mussten,

hat das in keiner Weise zusammengepasst. Viele meiner Kolleginnen und Kollegen haben das ähnlich empfunden.

Wie haben Sie ganz konkret geholfen?
Wir haben zunächst Informationsmaterial verfasst und überlegt, wie unsere Hilfsangebote auch wirklich die Menschen erreichen, die sie benötigen. Wir haben Printmedien in Seniorenzentren verteilt und in Bäckereien oder Lebensmittelmärkten auslegen lassen. Außerdem haben wir die städtische Internetseite, Facebook, Instagram und Twitter genutzt. All unsere Materialien wurden in mehrere Sprachen übersetzt, es gab jeweils auch eine Version in Leichter Sprache.

Für unterschiedlichste Zielgruppen haben wir Hotlines geschaltet. Zum Beispiel für Einsatz- und Pflegekräfte, Eltern, Kinder, Senioren, aber auch Mitarbeitende in Supermärkten. Zuletzt haben wir psychosoziale Informations- und Kontaktstellen etabliert: In Stadtteilzentren waren Notfallseelsorger und Sozialarbeiter vor Ort, um Fragen zu beantworten und Entlastungsgespräche anzubieten.

Für Einsatz-, Pflege- und Führungskräfte haben wir außerdem Prävention betrieben: In Schulungen haben wir versucht, Ressourcen zu stärken, Schutzmechanismen zu aktivieren und zur Nutzung hilfreicher Bewältigungsstrategien anzuregen.

Wie haben Sie die Schulöffnungen begleitet?

Als die Schulöffnungen anstanden, haben wir dafür Rahmenkonzepte entwickelt, um Lehrkräfte und Schulleitungen zu unterstützen. Für Eltern und Schüler stellten wir ebenfalls Informationen bereit. Und ganz nebenbei haben wir diverse kleine Begleitstudien durchgeführt: Zum Beispiel haben wir 150 Schülerinnen und Schüler dazu befragt, wie sie die Schulöffnungen erlebt haben. Aus der Auswertung dieser Interviews konnten wir wiederum ableiten, wie wir in unsere Konzepte überarbeiten müssen.

Der kommunale Krisenstab: Nur wenige Städte und Kreise in Deutschland haben ein eigenes Sachgebiet »Psychosoziales Krisenmanagement« (PSKM) eingerichtet





Sitz des kommunalen Krisenstabs: Die Hauptfeuerwache in Mülheim an der Ruhr

Welche Situationen waren für Sie bisher besonders einprägsam?

Ich bin mit unzähligen Einzelfallschilderungen konfrontiert worden, von denen viele bedrückend gewesen sind. Eine Großmutter hat zum Beispiel bitterlich geweint, weil sie sich so lange darauf gefreut hat, endlich ihr Enkelkind im Arm zu halten. Als es dann zur Welt gekommen ist, konnte sie aufgrund der Kontaktbeschränkungen nicht zu ihm. Darunter hat sie sehr gelitten. Die ersten Lebenswochen des Kindes hat sie gewissermaßen verpasst und nur per Videochat verfolgen können.

In einem Seniorenzentrum ist ein älterer Mensch verstorben und seine Angehörigen wurden schon Tage vor seinem Tod nicht mehr zu ihm gelassen. Viele Kinder und Jugendliche haben wochenlang ihre Freunde vermisst – oder sich gefragt, wie sie unter solchen Umständen eine Abiturprüfung bestehen sollen. Eine völlig aufgelöste Ehefrau hat sich an uns gewendet, weil ihr Mann nach einem schweren Schlaganfall dringend auf einen Therapeuten angewiesen war, der jetzt aber nicht mehr zu ihnen nach Hause kommen konnte. Unternehmer gerieten in Existenznot: Da haben sich bittere Dramen abgespielt.

Und ich habe selten so besorgte Einsatz- und Pflegekräfte gesehen. Letztlich ist die Lage in Mülheim zu keinem Zeitpunkt eskaliert. Die befürchteten Überforderungs- und Triage-situationen wie in Italien hatten wir glücklicherweise nicht. (Anm. d. Red.: Triage beschreibt die ethische Herausforderung, die Rettungskräfte in Notfällen bewältigen müssen, wenn sie am Einsatzort auf unerwartet vielen Patienten treffen und die verfügbaren medizinische Hilfeleistungen und Ressourcen nach eigenem Ermessen priorisieren.) Aber trotzdem war ein entsprechendes Kopfkino da. Das haben viele als sehr belastend erlebt.

Haben Sie auch positive Entwicklungen erlebt?

Ich kann eine lustige Anekdote berichten: Eine Mutter schrieb uns kurz vor Ostern, dass ihre Kinder – drei und sechs Jahre alt – sich um den Osterhasen sorgen würden. Sie hat uns gefragt, ob wir dazu nicht etwas zur Beruhigung auf unserer Internetseite schreiben könnten. Also haben wir rasch ein kurzes Video gedreht: Gezeigt wird darin, wie ein Kommandowagen der Feuerwehr den Osterhasen extra an der Stadtgrenze in Empfang genommen hat, um ihn sicher nach Mülheim zu bringen. Mit Blau-

licht selbstverständlich und inklusive Beschriftung »Osterhasen-Notfalltransport«. Auch um solche Dinge haben wir uns nebenbei gekümmert und das ist in der Bevölkerung sehr gut angekommen.

Mit welchen (psychologischen) Herausforderungen müssen die Einsatzkräfte momentan selbst umgehen?

Die Kolleginnen und Kollegen im Rettungsdienst sind natürlich immer gewissen Infektionsrisiken ausgesetzt, gerade wird es jedoch besonders bedrohlich erlebt. Anfangs standen nicht ausreichend Schutzmasken zur Verfügung, es gab aber eine Vielzahl von Corona-Verdachtsfällen. Das hat für Unruhe gesorgt, vor allem, als man noch von Szenarien wie in Italien ausgegangen ist. Unter anderem haben wir zwei Behelfskrankenhäuser vorgeplant und teilweise eingerichtet, in denen mehrere Hundert Patienten hätten behandelt werden können. Wir haben uns sogar Gedanken gemacht, wie Hinterbliebenen der Abschied von infektiösen Verstorbenen ermöglicht werden könnte.

Viele Einsatzkräfte haben bei all diesen Maßnahmen natürlich auch an die eigenen Angehörigen gedacht, die sie durch ihren Dienst nicht gefährden wollten. Und es gab noch eine Besonderheit bei den ehrenamtlichen Helfern im Katastrophenschutz: Einige waren und sind noch immer extrem besorgt, ihren Arbeitsplatz zu verlieren. Das sorgt für eine weitere Zusatzbelastung.

Wie meistern die Einsatzkräfte diese Belastungen und wie können sie während des Einsatzes unterstützt werden?

Im Dienst selbst haben alle Einsatzkräfte, soweit ich weiß, jederzeit »funktioniert« und hoch professionell ihre Arbeit geleistet. Wir haben im Vorfeld aber auch über psychologische Selbsthilfestrategien und eine mögliche psychosoziale Einsatzbegleitung informiert. Helfer können sich z. B. positiv formulierte Selbstinstruktionen geben oder einfache Distanzierungs- und Entspannungstechniken anwenden. Kolleginnen und Kollegen können sich auch



6.30 Uhr morgens: Dienstbeginn auf der Hauptfeuerwache

untereinander stärken: Manchmal kann schon eine aufmunternde Geste sehr wertvoll sein. Bei einer akuten Überforderung, wenn jemand tatsächlich nicht mehr handlungsfähig sein sollte, würden Einsatzkräfte auch abgelöst. Das ist glücklicherweise zu keinem Zeitpunkt notwendig gewesen. Vorbereitet waren wir für einen solchen Fall aber durchaus.

Sind Helfer und psychologische Einsatzkräfte gut auf die aktuelle Lage vorbereitet? Ist aus Ihrer Sicht deren Ausbildung auch im Pandemiefall praxistauglich?

Grundsätzlich ja. Aber die persönliche Betroffenheit sollte noch einmal genauer betrachtet werden. Einsatzkräfte, die sich um die eigenen Eltern sorgen, deren Kinder über Wochen hinweg nicht in die Schule gehen oder sich mit Freunden treffen können beispielsweise. Das hat bei einigen Helfern für Loyalitätskonflikte gesorgt. Einerseits gilt es natürlich, seinen dienstlichen Verpflichtungen nachzukommen. Andererseits ist es verständlich, dass jeder für seine eigenen Angehörigen da sein möchte. Die Möglichkeit solcher Dilemmata sollte man meines Erachtens zukünftig in der Ausbildung verstärkt beachten. Wenn es bei uns zu Triage-situationen gekommen wäre: Ich

glaube, das hätte viele Beteiligte vor ganz erhebliche Probleme gestellt. Auf solche Situationen sind wir im zivilen Rettungswesen nicht wirklich vorbereitet. Da müssten wir evtl. – so erschreckend das klingen mag – noch einiges von militärischen bzw. kriegsmedizinischen Konzepten lernen.

Auch die Lehre an der MSH findet derzeit ausschließlich in Form von virtuellen Präsenzveranstaltungen statt. Wie beeinflusst die aktuelle Situation Sie als Lehrender?

Tatsächlich habe ich ein Seminar von meinem Büro im Lagezentrum aus moderiert – das war aber kein Problem. Ich habe viele Erkenntnisse aus meiner Tätigkeit im Krisenstab unmittelbar in meine Lehrveranstaltungen einfließen lassen. Die Schulöffnungen waren beispielsweise mit unzähligen Schwierigkeiten verbunden – aus organisatorischer, hygienischer, rechtlicher, ethischer und, nicht zuletzt natürlich, aus pädagogischer Sicht. Das habe ich direkt in mein Seminar zum Bildungsmanagement bei den Medizinpädagogen eingebaut. Diverse Erfahrungen in der Zusammenarbeit mit Kolleginnen und Kollegen habe ich in Lehrveranstaltungen zur Interdisziplinarität bei den Rescue Managern angesprochen.

Haben sich für Sie als Professor für Rescue Management neue Fragen und Probleme ergeben, mit denen Sie sich künftig intensiver beschäftigen wollen?

Aus dem, was ich in den letzten Wochen erlebt habe, kann ich in den nächsten Jahren noch unzählige Forschungsvorhaben generieren. Ein konkretes Projekt ist bereits in Arbeit: Das Bundesamt für Bevölkerungsschutz und Katastrophenhilfe in Bonn ist darauf aufmerksam geworden, wie wir in Mülheim an der Ruhr täglich neu unser psychosoziales Lagebild erarbeitet haben. Einen Teilaspekt davon, das »psychosoziale Online-Monitoring«, werten wir jetzt gemeinsam wissenschaftlich aus. Es gibt viele weitere Aspekte, die in Ruhe noch einmal kritisch reflektiert werden müssen. Wann und auf welcher Grundlage welche Entscheidungen getroffen worden sind. Wie Abläufe in einem Krisenstab noch effektiver organisiert werden können. Wie sich eine unvorstellbare Flut von Informationen managen lässt. Welche Maßnahmen angemessen waren und welche nicht, und vieles andere mehr.

Wir alle hoffen, dass die Krisensituation bald dem Ende zugeht und wieder Normalität einkehrt. Was können Sie schon jetzt für sich persönlich und beruflich mitnehmen?

Für mich persönlich nehme ich zahlreiche wertvolle und bereichernde Erfahrungen mit. Ich habe viel gelernt und bin froh und dankbar dafür, dass es nicht schlimmer gekommen und meine Familie gesund geblieben ist. An vielen Abenden bin ich sehr nachdenklich nach Hause gefahren. Vor allem aber haben mir die letzten Wochen persönlich viel Sinn gegeben: Als Professor für Notfall- und Rettungsmanagement hätte ich es niemals aushalten können, einfach im Home-Office zu sitzen und der Pandemie von der Seitenlinie aus zuzuschauen. Dass ich mich als Wissenschaftler in dieser Weise in die Praxis einbringen konnte, freut mich jedenfalls sehr.

WE ROCK THE NIGHT

Schon gewusst? Hamburg war in den 50er Jahren eine Hochburg für Rock’n’Roll. Wir zeigen, wo es auf dem Kiez noch heute laut und rockig zugeht. Und weil diese Tipps in Zeiten von Kontaktbeschränkungen und Co. entstehen und wir nicht sicher sagen können, wie sich die Situation entwickeln wird, haben wir auch einige Ideen zusammengetragen, wie sich die Nächte digital durchfeiern lassen.

Brewdog St. Pauli. Bier & Burger:

Direkt am Anfang der Reeperbahn im Erdgeschoss der tanzenden Türme liegt die perfekte Location für den Start der nächsten Kieztour: Die »Brewdog«-Bar St. Pauli. Aus 24 Zapfhähnen fließen hier Craft-beer-Sorten mit so verlockenden Namen wie Kiez Keule, Dead Pony Club oder Co-coa Psycho. Daneben sorgt die Speisekarte mit deftigen Burgern, Wings und Fries für die richtige Grundlage für eine lange Nacht. Reeperbahn 1, 20359 Hamburg
www.brewdog.com/bars/global/stpauli



Bier trinken und schnacken – hier geht das besonders gut

Drip Bar. Cocktails to go:

Einen Coffee to go gibt es inzwischen an jeder Ecke. Sich einen Cocktail für unterwegs oder zu Hause mitzunehmen, ist allerdings neu. Bei der »Drip Bar«, die direkt am Park Fiction liegt, ist genau das möglich. Von Donnerstag bis Samstag zwischen 16 und 22 Uhr kann hier eine Auswahl an Drinks bestellt und abgeholt werden. Die Karte hat neben klassischen Cocktails und einer Auswahl an Gin & Tonic auch ein Hamster-Paket zu bieten, bei dem es die drei beliebtesten Drinks jeweils im Zweierpack gibt. Antonistraße 4, 20359 Hamburg
www.dripbar.de



Einmal zum Mitnehmen bitte

20 Flight Rock.
Tanzbar am Hans-Albers-Platz:

Beim »20 Flight Rock« handelt es sich um eine waschechte Rock’n’Roll-Bar, in der Jungs mit Lederboots, Karohemd und ordentlich Pomade in den Haaren und Deerns mit Petticoat, Haarband und knallrotem Lippenstift schwindelerregend schnell zum 4/4-Takt über die winzige Tanzfläche schwingen. Hier fühlt sich ein Besuch immer wie eine kleine Zeitreise an. Friedrichstraße 29, 20359 Hamburg
www.20flightrock.de

Lehmitz. Bar mit Live-Musik:

Der Sound einer Samstagnacht auf der Reeperbahn ist ein ganz besonderer. Hier mischen sich Musikfetzen mit Stimmengewirr, dem Lachen und Rufen der Feiernden – und lauten Gitarrensounds. Letztere sind vor allem aus einer Bar an der Reeperbahn 22 zu vernehmen, dem »Lehmitz«, wo am Wochenende regelmäßig (Cover-)Bands rocken. Da das »Lehmitz« bis heute keine eigene Bühne hat, wird für die Live-Performance einfach die Theke der Bar genutzt. Reeperbahn 22, 20359 Hamburg

United We Stream.
Hamburgs DJs im Livestream

Molotow, Uebel & Gefährlich, Grünspan, Waagenbau oder Hafenklang – die Sehnsucht nach den wummernden Bässen und lauten Beats der Lieblingsclubs wird zu groß? Auf »United We Stream« legen DJs in menschenleeren Clubs auf und bringen so das Club-Feeling nach Hause. Auch viele weitere Städte, wie Berlin oder Leipzig sind bei »United We Stream« mit ihren DJs vertreten. Wer also schon immer wissen wollte, was so in der Hauptstadt aufgelegt wird, kann das jetzt ganz bequem vom Sofa aus herausfinden. www.unitedwestream.hamburg



One Hamburg. Social TV für Hamburg: Was tun, wenn die Clubs und Bühnen dieses Landes leer bleiben müssen? Wenn Gintastings, Yogastunden und Konzerte bis auf weiteres gestrichen sind? Genau das haben sich auch die Macher von »One Hamburg« gefragt und eine so simple wie gute Antwort darauf gefunden: Was draußen nicht geht, wird einfach nach drinnen geholt. So werden Wohnzimmer und Balkone zur digitalen Bühne. »One Hamburg« hat auf diesem Weg bereits Beertastings, gemeinsame Workouts und interaktive Fragerunden an Politiker per Livestream in die eigenen vier Wände gebracht. Viele der Formate können auch nachträglich in der Mediathek angeschaut werden. Unser Tipp: Auf jeden Fall zum Newsletter anmelden, um keine digitale Yogastunde mehr zu verpassen. www.one-hh.de

IT'S ONLY ROCK'N'ROLL - 10 JAHRE MSH

Von 136 auf 3.000 Studierende in gerade mal 10 Jahren. Seit ihren Anfängen entwickelt sich die MSH rasant und ein Ende ist noch lange nicht in Sicht. Im Jahr 2019 feierten wir mit kleinen und großen Veranstaltungen ein Jahrzehnt Hochschulgeschichte. Das bedeutet Bewegung, Power auf allen Ebenen, aber auch emotionale Abschnitte mit Höhen und Tiefen, die uns gemeinsam wachsen ließen.



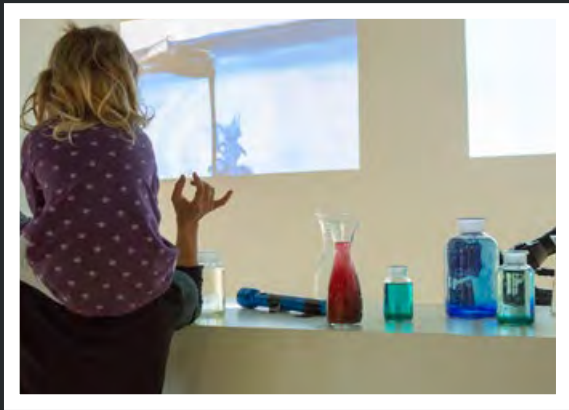
Ballkleid mit Lederjacke, Lackschuh zum Nietengürtel. Die ehemalige Seifenfabrik am Harburger Binnenhafen bot das ideale Ambiente für unseren rockigen Herbstball



Hautnah erleben, was passiert, wenn jede Sekunde zählt. Bei der »Intensiven MSH« wurde für 30 Stunden der Alltag einer Intensivstation für Besucher erlebbar



Workshops, SilentDisco, Gaming und Karaoke. Während der MSH Students' Night ließen die Studierenden es im Kaiserkai ordentlich krachen



Am Kulturtag konnten Besucher am Harburger Campus Live Performances und Ausstellungen von Studierenden entdecken



Unter dem Motto »Wir wachsen und wachsen zusammen« erarbeiteten Studierende in bunt zusammengewürfelten Teams, wie interprofessionelles Lernen an der MSH zukünftig noch besser funktionieren kann



Ein perfekt getimter Meilenstein. Pünktlich zum 10. Geburtstag unserer Hochschule erhalten wir endlich die staatliche Anerkennung für den Studiengang Humanmedizin



Impressum

MSH Medical School Hamburg GmbH
University of Applied Sciences and Medical University

Am Kaiserkai 1 · 20457 Hamburg
Telefon 040.36 12 26 40 · Telefax 040.36 12 26 430
info@medicalschoo-hamburg.de

 Facebook.com/MSHMedicalSchoolHamburg

 instagram.com/msh_medical_school_hamburg

Herausgeber & V.i.S.d.P.

Ilona Renken-Olthoff,
Geschäftsführerin

Redaktionsleitung Ilona Renken-Olthoff, Wenke Ladenthin

Textredaktion Julia Ekat, Wenke Ladenthin, Anne-Christin Wagner

Bildredaktion Yusuf Bala, Parham Khorrami

Layout & Design Yusuf Bala

Mitarbeit Alumni: Sohila Barfi, Fabian Barth, Prof. Dr. Holger Broich, Prof. Dr. Thorsten Bührmann, Andreas Burcea-Marcu, Laura Fricke, Anja Gebhardt, Prof. Friederike Gölz, Svenja Hamann, Gabriele Hennecke, Prof. Dr. Harald Karutz, Prof. Dr. med. Georg Lüers, Louisa Mallien, Christina Michler, Alina Mitschailow, Zahra Modares, Melanie Pabst, Manuela Post, Simon Schneider, Prof. Dr. Katja Siefken, Prof. Dr. Li-ane Simon, Prof. Dr. Jan Sonntag, Johanna Stephan, Anna Techen, Dr. David Tigges, Katrin Wieckhorst, Constantin Wilke, Sarah Zurmöhle

Bildnachweis Wie jeweils angegeben; Titel: Parham Khorrami, S. 7: Parham Khorrami, S. 8-21: Parham Khorrami, Yusuf Bala, privat: Anja Gebhardt, Christina Michler, David Tigges, Friederike Gölz, Katrin Wieckhorst, Laura Fricke, Simon Schneider, Friederike Gölz, S.22-23: privat, S. 31: Parham Khorrami, S.32-37: Parham Khorrami, Yusuf Bala, privat (Anna Techen), S.38-43: Parham Khorrami, © FC Bayern München/ Holger Broich, privat (Andreas Burcea-Marcu, Katja Siefken), S.44-49: Parham Khorrami, Charles Deluvio / unsplash.com, Dainis Graveris / unsplash.com, S.53: Parham Khorrami, S. 54-59: privat (Sarah Zurmöhle, Gabriele Hennecke, Sohila Barfi, Johanna Stephan), S.66-67: © BrewDog, © DripBar, Gaby Tenda / pexels.com, S.68-69: Parham Khorrami, Yusuf Bala

Auflage 2.000

Redaktionsschluss 14. August 2020

Für die Richtigkeit aller Angaben übernimmt die Redaktion keine Gewähr. Die Redaktion setzt voraus, dass ihr zur Veröffentlichung zur Verfügung gestelltes Material frei von Rechten Dritter ist. Vervielfältigung bedarf der Genehmigung der Redaktion.

