

die Schulzeitung  
der Ernst-Litfaß-Schule  
Ausgabe 03 / Jan 2023

# [lit.]

magazin



## Allein mit den Schmerzen?

**Titelthema:**  
**Über die Psyche**  
ab Seite 4

**Gastbeitrag der**  
**Carlo-Urbani-Schule**  
Seite 16 & 17

**AI- und 3D-Programm**  
**für kreative Köpfe**  
Seite 22 & 23

# Inhalt

## **EDITORIAL & IMPRESSUM**

Seite 3

**Titelthema: Über die Psyche**  
ab Seite 4

## **WERKSTATT-SERIE**

Das Druckkunstatelier Teewald  
Seite 9

## **SCHULLEBEN**

Kommentar zur Activity-Show  
Seite 10

Unsere Bücherbox  
Seite 10

IBA-Praktikum in Italien  
Seite 11

Die Schüler\*innenvertretung  
Seite 12 & 13

ELSe-Schüler\*innen in Paris  
Seite 14

Im griechischen Lechovo  
Seite 15

## **GASTBEITRAG:**

**Carlo-Urbani-Schule**

Seite 16 & 17

## **MELDUNGEN**

Seite 18

## **KULTUR**

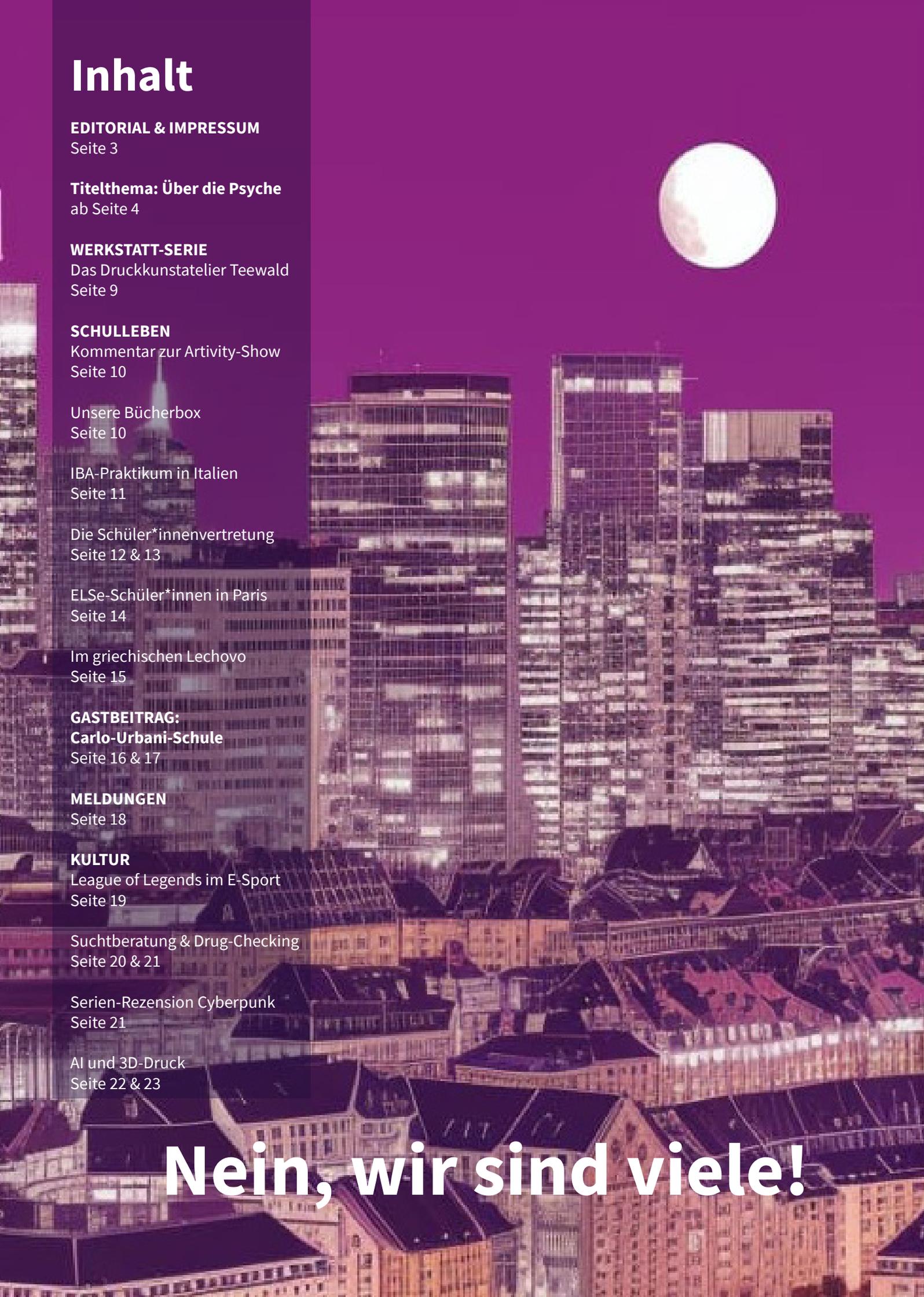
League of Legends im E-Sport

Seite 19

Suchtberatung & Drug-Checking  
Seite 20 & 21

Serien-Rezension Cyberpunk  
Seite 21

AI und 3D-Druck  
Seite 22 & 23

A cityscape at night with a full moon in the sky. The image shows a dense urban environment with many buildings, some of which are illuminated. The sky is dark, and the moon is a bright, circular object in the upper right quadrant. The overall color palette is dominated by dark blues, purples, and greys, with some warm lights from the buildings.

# Nein, wir sind viele!

# Wir müssen reden!

## Über die Tabuisierung psychischer Krankheiten

Das war vielleicht der Moment, der die Öffentlichkeit verändert hat bezüglich der Tabuisierung von Depressionen: Thorsten Sträter war zu Gast in der Sendung „Chez Krömer“ und der sonst so lässige Kurt Krömer sagt auf einmal: „Wir haben beide eins gemeinsam“, dann strauchelt er kurz, ergänzt noch **„Ich habe den ganzen Tag schon Bauchschmerzen, weil ich habe Schiss darüber zu sprechen. Es ist das Thema Depression.“** Worauf Sträter fragt: „Warum hast du Schiss, darüber zu sprechen?“ und Krömer antwortet: „Weil ich noch nie darüber öffentlich gesprochen hab“ und nachdem sich die beiden dann über Krömers 8-wöchigen Psychriaufenthalt ausgetauscht haben, kommt der alles entscheidende Satz von Sträter: **„Dadurch, dass du das jetzt gesagt hast, hat sich alles andere gelohnt [...] du bist jetzt ein Hoffnungsträger für alle anderen.“**

Als ich diese Worte hörte, ist es mir aufgegangen: Wenn alle, die eine psychische Erkrankung erlebt haben, darüber offen sprechen, dann wissen diejenigen, die sie gerade durchmachen, dass es ein danach gibt. Und auch wenn dieser Prozess ein ganz selbstständiger ist, denn nur jede\*r kann die psychische Erkrankung allein bewältigen, so ist es doch hilfreich, wenn da die Gewissheit ist: Ich bin nicht die einzige Person, die sich gerade durch eine schreckliche Phase in ihrem Leben quält. Und noch viel wichtiger ist die Erkenntnis für die Betroffenen: **Es gibt ein Leben nach der Krankheit. Ein gutes Leben!** Ich kann das jetzt schreiben und ich kann das mittlerweile auch ohne Probleme in Gesprä-

chen kommunizieren: Eine psychische Erkrankung zu haben, ist ohne Zweifel eine schwere Krise, die aber überstanden werden kann. Sie begleitet einen dann für den Rest des Lebens, aber mit einer Therapie kann der passende Umgang mit der Erkrankung gelernt werden, so dass ein schönes, erfülltes, glückliches Leben möglich ist.

Das soll jetzt aber nicht heißen, dass die ganze Verantwortung bei den Betroffenen liegt. Dass diese nicht gern über ihre schreckliche Erfahrung sprechen wollen, über den Schmerz und über das Gefühl, einfach nur am Glücklichen zu scheitern, ist total verständlich in einer Gesellschaft, die sich größtenteils über Leistungen und Selbstoptimierung definiert. **Diese Gesellschaft ist dafür verantwortlich, eine Atmosphäre zu schaffen, in der wir Betroffenen uns nicht schuldig, schwach oder unverstanden fühlen.** Das Stigma über psychische Krankheiten und die Tabuisierung geht von der Mehrheitsbevölkerung aus, die den Betroffenen noch immer suggeriert, eine gebrochene Seele ist nicht das gleiche wie ein gebrochenes Bein. Doch nur weil der Bruch nicht sichtbar ist, heißt es nicht, dass er nicht genauso schmerzt. Das tut er und er muss auch genauso behandelt werden: Von Expert\*innen. Eine Therapie zu beginnen ist so ein wichtiger Schritt für psychisch Erkrankte und wir wollen mit dieser Ausgabe alle Betroffenen dazu ermuntern, diesen Schritt zu gehen. Ohne sich dafür zu schämen, ohne sich dabei schwach zu fühlen. Es ist genau das Gegenteil: die Krankheit anzuerkennen, darüber zu sprechen und Hilfe zu holen ist nur eines: Mutig! **von N. Dinter**

### Impressum

**Redaktionsmitglieder:** Paulina Jootzer, Sami Al Taie, Melissa Hoffmann, Abdul Rahman Shahrour, Salman Khan, Panagiotis Lachanopoulos, Justin Bruckner, Lando Jürk, Nils Erfurth, Vivienne Woytas

**Verantwortlich im Sinne des Presserechts:**  
Mike Förster, Schulleiter der Ernst-Litfaß-Schule

**Entwurf des Layouts:** Abdul & Melissa  
**Organisation der AG:** Thomas Milde & Nelly Dinter

**Bildnachweise:** Titelbilder & Rückseite C. Patrascu, Seite 5 & 22 Nils, S. 21 Salman (alle mit der AI „Midjourney“ erstellt), Seite 6 Vivienne

**Fotonachweise:** Seite 9 Atlier Teewald, Seite 14 ELSE, Seite 10 oben & Seite 12 Markus Dupré, Seite 10 unten Katie Weber, Seite 11 Thomas Milde, Seite 15 Ingo Grollmus, Seite 19 Justin

**Redaktionsschluss:** 10. Januar 2023

**Auflage und Druck:** 300 Stück produziert in der hauseigenen Druckerei der Ernst-Litfaß-Schule.

Wir danken dem Förderverein der Ernst-Litfaß-Schule, für den Herr Schmäke zuständig ist, herzlich für die Finanzierung des Drucks. Ebenso danken wir Mike Förster, Anke Riechers und Stephanie Grade für die Förderung der AG.

Ein weiterer großer Dank für die schnelle Beantwortung unserer Anfragen sprechen wir allen an dieser Ausgabe beteiligten Ansprechpartner\*inne sowie Autor\*innen aus und für Druck und Lektorat geht ein herzliches Danke an Sven Möhler, Armin Kley & Angela Gottschalk!

Besonders freuen wir uns in dieser Ausgabe über den Gastbeitrag der Carlo-Urbani-Schule, die im Rahmen des Erasmus+-Programms unter der Organisation von Dirk Zellmer einen Studienaufenthalt an der Ernst-Litfaß-Schule hatte und in diesem Rahmen eine Doppelseite für das *[lit.magazin]* erstellte!

**Ernst-Litfaß-Schule** / Cyclopstraße 1 - 5 / 13437 Berlin

# Versinken im Nichts

## Wie sich eine Depression anfühlt

*Unser Redakteur Salman hat ein Interview mit 2 Jugendlichen geführt, die an Depressionen leiden. Sie haben entschieden, ihre Namen nicht zu nennen, da sie noch immer die Tabuisierung psychischer Krankheiten spüren.*

### **Woran habt ihr selbst gemerkt, dass es euch nicht gut geht?**

A: Ich habe angefangen, mich selber zu verletzen. Ich wollte etwas spüren, hatte keine Emotionen mehr. Das wurde von Zeit zu Zeit immer schlimmer. Es fing mit Selbstverletzungen an. Ich habe auch gar nicht mehr geschlafen, habe sehr viel Koffein getrunken. Ich konnte dann irgendwann auch nicht mehr aufstehen, lang stundenlang einfach nur im Bett, konnte aber auch nicht schlafen. Es war furchtbar.

B: Bei mir war das ganz komisch: Ich habe mich auch selbst verletzt, doch ich spürte kaum Schmerzen. Ich lag im Bett und bin einfach nicht mehr hochgekommen. Du hast keine Kraft mehr, liegst nur noch. Ich bin auch gar nicht mehr zur Schule gegangen, habe den ganzen Tag im Bett verbracht, ohne aufzustehen oder etwas zu essen.

### **Woher kam das, wie fing die Depression an?**

B: Zuhause hatte ich viel Stress mit meiner Mutter wegen den Noten, die Situation war immerzu angespannt. Hinzu kam, dass meine Freundin auch psychische Probleme hatte, das hat mich sehr viel Kraft gekostet. Ich habe mir sehr viel Mühe für sie gegeben, und das hat mich dann überfordert.

### **Habt ihr professionelle Hilfe bekommen?**

B: Am Anfang wollte ich keine Hilfe von Ärzten, ich wollte lieber alleine gelassen werden. Mir war alles egal.

A: Ich habe schnell mit meinen Eltern darüber gesprochen. Mein Vater hat mir geholfen, einen Therapieplatz zu finden. Selbst schafft man das überhaupt nicht. Mir wurde eine Tagestherapie angeboten, die wollte ich aber nicht, ich wollte nicht ins Krankenhaus, wenn auch nur von morgens bis abends. Ich bekam dann Einzelsitzungen, mehrmals die Woche. Später wurden es aber weniger, ca. 2 Sitzungen pro Woche. Ich war sehr glücklich, dass ich diesen Platz bekommen habe, so ein Glücksgefühl hatte ich vorher lange nicht mehr. Es ist nämlich wahnsinnig

schwer, schnell einen Platz zu finden. Normalerweise dauert es Monate, bis man eine Therapie beginnen kann. Während der Therapiesitzung spricht man sehr viel, und obwohl man ja „nur“ redet, hilft das ungemein. Man fühlt sich dadurch nicht mehr so alleine.

### **Wie hat euch eure Erkrankung im Alltag beeinflusst?**

B: Ich war oft nicht in der Schule, und wenn doch, dann stand ich neben mir. Ich wollte alleine sein, habe Kontakt gemieden. Ich hatte Vertrauensprobleme mit meiner Mutter. Ich hatte einfach Niemanden zum Reden.

A: Ich lag den ganzen Tag im Bett, habe nicht einmal gezockt, nichts mehr gegessen, kaum getrunken, kaum etwas gesagt. Ich habe dann relativ schnell Tabletten (Antidepressiva) bekommen. Schon nach der ersten Tablette ging es mir viel besser. Ich bin dann aber beinahe abhängig geworden. Als ich die Tabletten abgesetzt habe, bekam ich Kreislaufprobleme, aber ich konnte sie trotzdem erfolgreich wieder loswerden. Sport ist auch sehr hilfreich, um sich abzulenken – ich habe angefangen, sehr viel Sport zu treiben, während ich die Antidepressiva abgesetzt habe.

B: Als es mir besser ging, habe ich viel Musik gemacht, Gitarre gespielt, das hat mir geholfen, stabil zu bleiben. Musik war mir auch schon vor der Erkrankung sehr wichtig. Insgesamt können Hobbies ungemein helfen, sich abzulenken und psychisch stabil zu bleiben.

### **Wie haben eure Freunde und Familie reagiert?**

B: Mit meinen Freunden habe ich nicht darüber geredet, ich wollte sie nicht belasten. Freunde können sich nicht hineinversetzen in so eine Situation. Mit meinen Eltern wollte ich nicht reden, sie waren ja Teil des Problems. Und meine Schwester war einfach zu jung dafür.

A: Meine Familie war für mich da, vor allem auch meine kleinere Schwester. Meine damalige Freundin habe ich auch informiert. Irgendwann wusste es die gesamte Familie und alle waren aufgeschlossen, was ich anfangs sehr schön fand. Später hat es mich aber genervt, dass mich alle mit Samthandschuhen

angefasst haben. Besser ist es: Einfach normal mit Betroffenen umgehen, das Thema aber trotzdem ernst nehmen!

B: Man will, dass jemand hilft. Andererseits will man aber auch alleine sein und keinen Kontakt. Das macht die Situation ausweglos.

#### Wie geht es euch heute?

A: Aktuell gut! Vor 2 Wochen hatte ich aber Schlafstörungen. Ich habe dann meinen Koffeinkonsum stark reduziert und jetzt geht es mir wieder besser.

Vitamin D und Baldrian helfen auch sehr gut, das beruhigt und gibt Kraft. Ich habe nach wie vor immer wieder depressive Tage, sie kommen immer schubweise. Aber es gibt auch viele gute Tage, diese überwiegen zum Glück.

B: Mir geht es jetzt besser als früher. Und ich habe sehr viel über Depression gelernt, was mir hilft, mit dieser Erkrankung umzugehen. **von S. Khan**

**Vielen Dank für eure große Offenheit!  
Wir wünschen euch alles Gute!**

## Ein weit verbreitetes Leiden

### Zahlen & Fakten über psychische Krankheiten

Der Report der Deutschen Psychotherapeutenvereinigung (DPtV) veröffentlichte 2020 die Zahlen und Fakten zu psychischen Erkrankungen in Deutschland. Er will damit die längst überfällige öffentliche Diskussion um eine adäquate Gesundheitsversorgung anregen. Seit der Coronapandemie hat sich die Verbreitung psychischer Erkrankungen sogar noch verschärft, besonders unter Kindern und Jugendlichen. Es ist also unabdingbar, dass alle Menschen vorurteilsfrei über die Psyche sprechen, so dass sich Betroffene nicht allein, nicht diskriminiert und vor allem von anderen Leidenden verstanden fühlen. Die wichtigste Aufgabe unserer Gesellschaft ist also zunächst einmal: Weg mit dem Stigma über psychische Krankheiten!

Dass es gar keine Scham im Umgang mit den Erkrankungen geben sollte, beweisen vor allem die Zahlen über die Verbreitung, denn diese sind sehr viel höher, als das Schweigen der Gesellschaft vermuten lässt!

#### Der Report Psychotherapie 2020 besagt:

43% der Erwachsenen in Deutschland leiden einmal in ihrem Leben an einer psychischen Erkrankung.

Ca. 17 von 100 Menschen leiden im Laufe ihres Lebens unter einer Depression.

Ca. 16 von 100 Menschen leiden im Laufe ihres Lebens unter einer somatoformen Störung.

Ca. 4 von 100 Menschen leiden im Laufe ihres Lebens unter einer Panikstörung.

Frauen sind häufiger (34%) von psychischen Erkrankungen betroffen als Männer (22%).

Personen mit niedrigerem sozioökonomischem Status weisen häufiger psychische Erkrankungen auf (38%) als der Rest der Bevölkerung.

Ca. 16% der erwachsenen Bevölkerung geht mindestens einmal im Leben in eine psychotherapeutische oder psychiatrische Behandlung.

64% derer, die seelische Probleme aufweisen, nehmen eine psychotherapeutische Behandlung in Anspruch.  
**von N. Dinter**



# Das Leben der Anderen

## Auch Angehörige können in Not geraten

Im Folgenden werde ich von meiner hautnahen und sehr persönlichen Erfahrung mit dem Umgang einer Partnerin mit Depressionen berichten. Insgesamt kenne ich die Person schon seit 5 Jahren aus der Schule, wir waren auch noch in derselben Klasse. Ich habe J. durch eine Freundin kennengelernt, die ich schon vorher aus der Grundschule kannte. Leider hat es mir J. ziemlich schwer gemacht, mit ihr eine Beziehung einzugehen und mich damals auch sehr stark verletzt, indem sie mir ihre Liebe gestanden hat und mich dann gehostet hat. Heute



weiß ich, dass es daran lag, dass sie Angst hatte. Nämlich, sich selbst mir anzutun, weil sie genau wusste, dass es schwierig wird, mit ihr eine Beziehung zu führen. Dabei habe ich gelernt, dass in der Regel Menschen mit psychischen Erkrankungen es nie so meinen, wie sie es ausdrücken. Sie tun oft Dinge, damit sie andere schützen, nur führt das dann bei den Angehörigen auch mitunter zu Verletzungen. Zumindest war das meine

Erfahrung. Aber nicht nur mir ging es so, J. fällt es insgesamt schwer, in Kontakt mit Freund\*innen zu bleiben. Sie schreibt nie jemanden an. Na ja, aber das ist noch das geringste Problem.

Das größte Problem aus meiner Sicht war einfach, dass sie sich nicht um sich selbst kümmern konnte. Sie meint, sie hat einfach keine Energie zu leben. Dadurch wurden die normalsten Dinge schwer, z.B. dass sie nicht aus dem Bett aufstehen konnte, nicht einmal auf Toilette gehen will oder Zähneputzen. Natürlich hat sie das trotzdem gemacht, aber nur unter großem Aufwand, es hat sie unglaubliche Energie gekostet, solche alltäglichen Dinge zu tun. Was im Gegensatz dazu fast gar nicht klappte: Sie hat sich nie Essen gemacht. Immerhin hat sie etwas gegessen, wenn man es vor ihre Nase setzte.

J. hat in den letzten 2 Jahren durch ihre Psyche nicht an einem gesellschaftlichen Leben teilneh-

men können. Sie hat ihr Abitur abgebrochen in der Homeschooling-Zeit und ist seither in psychiatrischer Behandlung. Ich habe dazu beigetragen, dass sie die Behandlung beginnt. Sie ist offiziell diagnostiziert mit Depressionen, Angststörung, posttraumatischer Belastungsstörung, Tendenz zu Borderline und ADHS. Für mich war das natürlich sehr belastend. Mit aller Macht habe ich versucht, dass es ihr geht, weil ich so viel für sie empfunden habe.

Ich muss sagen, es raubte mir meine Energie, mit J. zusammen zu leben. Ich habe viel Energie aufgewendet, um einen Berg zu bewegen und dabei habe ich alles aufgegeben, was mir zuvor wichtig war: Meine Hobbys, Freunde, Familie. Mein eigenes Leben. Im Nachhinein kann ich sagen, das war nicht richtig von mir, denn niemand sollte die Verantwortung für zwei Leben auf den Schultern tragen müssen. Dadurch ist es z.B. auch passiert, dass ich viel in der Schule gefehlt habe, da ich einfach keine Energie mehr hatte.

Heute sind J. und ich getrennt, weil es mir zu viel wurde und ich für uns keine Zukunft gesehen habe. Und ich wollte mein eigenes Leben wieder zurück. Mein Kopf und Herz haben lange gekämpft. Ich war glücklich und gleichzeitig wusste ich, dass "es" (Die Liebe? J.? Ich mich selbst? Das Leben?) mich kaputt macht. Wir haben Kontakt. Ich versuche ihr weiterhin zu helfen, vor allem dabei, dass sie bald in einer Tagesklinik ihre Therapie weitermachen kann. Wir spielen öfter mal Volleyball. Es ist noch immer so, dass ich nicht genau weiß, wie ich mit ihr umgehen soll. Ihre psychische Gesundheit ist etwas stabiler als früher durch die Therapie, was ein guter Fortschritt ist. Und zum Glück beeinflusst mich ihr Seelenzustand nicht mehr so stark wie früher, ich kann mich besser davon abgrenzen. Ich bin auch wieder durchgängig anwesend in der Schule und habe generell mein eigenes Leben wieder. Das tut gut, aber es ist natürlich traurig, dass wir trotz unserer Gefühle füreinander keine Beziehungen führen konnten. Aber für mich habe ich gelernt, dass ich mich nicht aufopfern und auch selbst schützen muss. Falls ihr in einer ähnlichen Situation seid, findet ihr auf den nächsten Seiten Tipps von Expert\*innen, wie ihr euch als Angehörige von Menschen mit psychischen Erkrankungen schützen könnt und wie ihr am besten mit ihnen umgehen solltet. **anonym**

# Erkennen, reden, Hilfe suchen

## Das ist zu tun bei psychischen Erkrankungen

### Die wichtigste Info vorab:

Selten bekommen Patient\*innen sofort einen Platz für eine Psychotherapie. Zwischen der ersten Anfrage bei Psychotherapeut\*innen bis zum Behandlungsbeginn **vergehen meist mehrere Monate**.

Rund 40 Prozent der Patientinnen und Patienten warten mindestens **drei bis neun Monate** auf den Beginn einer Behandlung. Das ist das Ergebnis einer Studie der Bundespsychotherapeutenkammer (BPTK), bei der 2019 über 300.000 Versicherungsdaten ausgewertet wurden. **In Berlin ist die Versorgungslage zum Glück relativ gut!**

**Du fühlst dich schlecht und glaubst, an einer psychischen Krankheit zu leiden?**

**Bitte rede darüber und suche dir Hilfe!**

**Die Telefon-Seelsorge** ist gebührenfrei und rund um die Uhr unter **0800/111 0 111** oder **0800 111 0 222** erreichbar.

**Familienmitglieder und Angehörige** finden beim Landesverband Berlin der Angehörigen psychisch erkrankter Menschen (ApK Berlin) eine Beratung.

**Die Kontaktdaten findest du hier:**



### Im Notfall: Den Sozialpsychiatrischen Dienst kontaktieren

Der Sozialpsychiatrische Dienst des bezirklichen Gesundheitsamtes unterstützt Erwachsene mit psychischen Erkrankungen (Depressionen, Psychosen, Ängsten oder Zwängen bei der Vermittlung weitergehender ambulanter oder stationärer Hilfen. Die Beratung ist kostenlos.

**Die Kontaktdaten nach Bezirken findest du hier:**



### Ärzt\*innen kontaktieren

Wenn es um die Gesundheit geht – und auch um die Psyche – ist er eine der wichtigsten Anlaufstellen: der Hausarzt. Er kennt im Idealfall deine Krankengeschichte und kann körperlich bedingte Erkrankungen ausschließen. In der Regel stellt der Hausarzt die Erstdiagnose ...

... und überweist dich bei Bedarf an Psychiater\*innen oder Psychotherapeut\*innen. Je nach Einzelfall ist auch eine Überweisung in eine psychiatrische Klinik möglich.

**Natürlich können Therapeut\*innen aber auch direkt kontaktiert werden.**



### Hilfe über die KV

Seit April 2017 haben Patienten Anspruch, innerhalb von vier Wochen eine Sprechstunde bei Psychiater\*innen oder Psychotherapeut\*innen zu bekommen. Das hat die Bundesregierung im Versorgungsstärkungsgesetz festgelegt.

**Die Kontaktdaten der Kassenärztlichen Vereinigung sind hier:**



# Verständnis und Selbstschutz

## Tipps für einen guten Umgang mit Betroffenen

*Viele Hilfsangebote, wie die Deutsche Depressionshilfe oder auch Krankenkassen, geben wertvolle Anregungen, wie Angehörige von psychisch erkrankten Menschen sich selbst und die Betroffenen schützen und unterstützen können. Wir geben die wichtigsten Tipps hier an euch weiter:*

Es kann passieren, dass die erkrankte Person dich zurückweist und mit abwertenden Äußerungen verletzt. Das hat aber nichts mit dir persönlich zu tun, sondern gehört zum Krankheitsbild. Im Umkehrschluss bedeutet es aber nicht, dass du alles, z.B. aggressives Verhalten, tolerieren musst. Setze klare Grenzen, um dich selbst zu schützen. In solchen Situationen kann es helfen, dich anderen anzuvertrauen und um Rat zu bitten.

Auch du bist nicht allein – nimm Hilfsangebote wahr! Wenn du jemanden bei seiner psychischen Erkrankung unterstützt, kann es passieren, dass du

dich überlastet fühlst. Zum Glück gibt es auch professionelle Hilfe, Beratung und Betreuung für Angehörige und Freunde von Betroffenen. Einen Link findest du in der Infografik auf der vorigen Seite!

Ganz wichtig für die Betroffenen ist, ihnen Geduld zu zeigen und sie daran zu erinnern, dass ihre Krankheit vorübergeht und sich in den meisten Fällen auch gut behandeln lässt. Vermeide aber dabei, die Krankheit zu bagatellisieren. Schwierig ist auch, die richtigen Worte zu finden. Sprich ruhig über deine eigenen Gefühle und Eindrücke und höre der Person aufmerksam zu. Versuche nicht, der Person etwas auszureden und vermittele ihr deine Zuversicht.

Wie bei allen schweren Krankheiten sollte so schnell wie möglich ärztlicher Rat eingeholt werden. Ergreife die Initiative und vereinbare für die Betroffenen einen Termin, falls diese nicht dazu in der Lage sind.  
**von N. Dinter**

## Wie viele sind zu viele?

### Brauchen wir Therapien oder eine Revolution?

Ich bin eine große Freundin davon, über den Erfolg von Psychotherapien zu sprechen und kann allen Betroffenen aus eigener, guter Erfahrung dazu raten, bei einer psychischen Erkrankung professionelle Hilfe in Anspruch zu nehmen - auf welchen Wegen das möglich ist, zeigt die Infografik auf Seite 7. Dennoch frage ich mich bei dem Blick auf die Zahlen des Reports Psychotherapie 2020: Wie viele sind zu viele?

Natürlich könnten die aktuellen Daten bedeuten, dass schon immer gut die Hälfte der Erwachsenen in diesem Land einmal im Leben eine psychische Erkrankung durchmachte, sich aber in den letzten Jahren immer mehr Menschen trauen, dazu Angaben zu machen und eine Therapie in Anspruch zu nehmen. Vielleicht heißen die Zahlen aber auch genau das, was sie auf den ersten Blick suggerieren: Immer mehr Menschen leiden an Krankheiten wie Depressionen, Angststörungen, Zwängen oder Psychosen. Und dann stellt sich die alles entscheidende Frage: Warum steigt die Anzahl der Betroffenen kontinuier-

lich? Eine mögliche Antwort ist: Der Nährboden ist unsere Gesellschaft und die Anforderungen, die sie an uns alle stellt. Vielleicht liegt es daran, dass wir uns über die falschen Werte definieren, dass immer noch zahlreiche Menschen aus unterschiedlichsten Gründen diskriminiert werden und mühselig für Gleichberechtigung kämpfen müssen und vielleicht liegt es an der Stigmatisierung davon, arm zu sein, denn in Armut lebende Menschen sind besonders gefährdet, eine psychische Krankheit zu entwickeln, wie der Report von 2020 zeigt. Vielleicht trägt auch die völlig unrealistische Vorstellung dazu bei, dass ein Leben durch kontinuierliches und geradliniges Wachstum geprägt sein sollte, obwohl wir natürlich alle Höhen und Tiefen durchleben müssen, die uns auch heftig aus der Bahn werfen können. Vielleicht liegt es mitunter an der ungesunden und unreflektierten Nutzung von Social Media, die uns das alles glauben lässt und veranlasst, einem unrealistischen Bild von Erfüllung nachzueifern. Vielleicht ist es an der Zeit, das alles zu ändern! **von N. Dinter**

# Werkstatt-Serie Teil 3

## Das Druckkunstatelier „Teewald“

*Auf diesen Seiten wollen wir euch heute und in Zukunft die Arbeit unserer schuleigenen Werkstätten vorstellen – aber außerhalb unserer Räume, mit Blick auf den Beruf und die „Welt da draußen“. Dann braucht ihr euch nicht mehr zu fragen „Wozu lerne ich so ein Handwerk überhaupt?“, denn das beantworten euch die Betriebe, die wir für diese Interview-Reihe ausgesucht haben: Sie leben von dem Handwerk und lieben ihren Beruf! In dieser Ausgabe stellen wir euch eine der beliebtesten Werkstätten unserer Schule vor: die Hoch- und Tiefdruckwerkstatt von Herrn Grollmus, die ihr nicht nur im Unterricht kennenlernen, sondern auch in der AG jeden Mittwoch ab 17 Uhr nutzen könnt. Aber nicht nur bei uns ist die kreative Arbeit in der Druckwerkstatt gefragt, auch auf Instagram oder auf Kunstmärkten ist zu sehen, wie sich viele, vor allem junge Leute, an unterschiedlichen Drucktechniken ausprobieren. Wir haben darum für euch bei dem Berliner Druckkunstatelier „Teewald“ nachgefragt, warum diese Ausdrucksform derzeit so beliebt ist und ob es sich davon leben lässt.*

### **Liebe Daniela, lieber Wladimir, wie seid ihr auf die Idee gekommen, das Druckatelier „Teewald“ zu gründen?**

Jeder von uns hat sich seit langem für die Herstellung von Bildern, seien es Zeichnungen, Tuschezeichnungen, Aquarelle, Wachsmalerei usw. interessiert und mehr oder weniger intensiv damit beschäftigt. Was wir gemeinsam hatten, war unsere Bewunderung für die grafische Kunst und die Möglichkeiten, die sie bietet. Daniela wollte den Schritt zum Druck mit Linoleum wagen und Wladimir brachte Erfahrungen aus Chile mit. Glücklicherweise sind in Deutschland viele Materialien zu einem relativ günstigen Preis erhältlich, so dass wir die notwendigen Werkzeuge für den Start des Ateliers erwerben konnten.

### **Wie habt ihr die Drucktechniken gelernt, die ihr dort anwendet?**

Die ehrlichste Antwort wäre „durch Machen“. Wladimir hat zwar schon vor Jahren mit Holz, Aluminium und Kupfer gedruckt, jedoch nie mit Linoleum. Ein wichtiger Teil unserer Arbeit besteht darin, uns ständig weiterzubilden, sei es durch Bücher, durch den Konsum von Bildern oder auch durch das Internet, das eine Fülle an Information bietet, die noch vor 10 Jahren sehr schwer zu bekommen waren. Und auch

wenn der Weg von der Theorie zur Praxis noch weit ist, bleibt nichts anderes übrig als zu üben, zu testen, zu beobachten und zu wiederholen.

### **Lebt ihr von der Arbeit im Atelier oder habt ihr noch ein anderes berufliches Standbein?**

Wir beide arbeiten hauptberuflich als Pädagogen und betreiben das Atelier nebenbei. Wir versuchen so oft wie möglich unsere Bilder auf Märkten anzubieten, man kann uns zum Beispiel hin und wieder auf dem Berliner Kunstmarkt an der Museumsinsel finden, ansonsten bieten wir unsere Bilder online auf Facebook und Instagram an. Wir planen aber in der Zukunft, nur von dem Atelier zu leben.

### **Habt ihr auch den Eindruck, dass die klassischen Drucktechniken als Hobby gerade sehr beliebt sind? Macht sich diese Euphorie bei euren Verkaufszahlen bemerkbar?**

In der Tat glauben wir, dass es einen Druckboom gibt, an dem auch wir beteiligt sind. Wahrscheinlich gefällt sie vielen, da sie einen Mittelweg zwischen „Massenware“ und „Handgemacht“ darstellt. Eine Vorlage reicht aus, um nicht nur viele identische Exemplare herzustellen, sondern auch andere Bereiche und Techniken zu erkunden. Gleichzeitig befreit es die Menschen davon, „gut“ zeichnen zu müssen - so lange es gut ausgeführt und ein sauberes Ergebnis erzielt wird, kann es abstrakt, figurativ, realistisch, vereinfachend usw. sein. Die Druckgrafik ist sehr schwer zu erschöpfen - von Hokusais „Die große Welle vor Kanagawa“ über Posadas Calacas bis hin zu Dorés „Göttliche Komödie“, gibt es Techniken und Ästhetiken, die es Wert sind gerettet zu werden und viele andere, die es zu entdecken gilt. Und das macht sich definitiv auch bei den Verkaufszahlen bemerkbar. **von N. Dinter**



In ihren Werken lassen sich Daniela und Wladimir von „Teewald“ vor allem von der Natur inspirieren.

# Jack Sparrow auf wish bestellt?

## Ein Kommentar über die Artivity-Show

Die Kreativ- und Leistungsshow „Artivity meets Health“ fand am 24. Juni 2022 statt. Von der Organisation, die unser Sportlehrer Herr Krause stemmte, bis hin zur Vorführung war es ein langer Weg. Die Generalprobe lief noch relativ chaotisch ab, manche wussten nicht so recht, was zu tun war und wann sie an der Reihe sind. Dies führte dazu, dass einige Schüler\*innen ihre Aufgabe nicht bewältigen konnten.

### Vielfältige, coole Show

Doch am Abend der großen Aufführung haben zahlreiche Akteure an der Show teilgenommen und die Zuschauertribüne war gefüllt mit Schüler\*innen und Lehrer\*innen der ELSe sowie mit schulexternen Gästen. Die Show hatte viele Facetten, von chinesischer Kampfkunst Wushu, persischer Ebru-Malerei, Yoga und Livemusik bis hin zu Akrobatik, Rollstuhlbasketball sowie Parcours und dem Speedwettkampf zwischen Lehrer\*innen und Schüler\*innen. Dabei sind sie beim Sprint, Klettern und Rudern gegeneinander angetreten und haben Vollgas gegeben. In der Pause



konnten sich alle Zuschauer\*innen und aktive Teilnehmer\*innen leckere Energy Balls zur Stärkung holen, die von Schüler\*innen der Emil-Fischer-Schule hergestellt und in einer von Schüler\*innen der Else gestalteten Verpackung zum Selbstfalten angeboten wurden. Wer großen Hunger hatte, konnte zum Grillbuffet neben der Turnhalle. Doch leider war hier nicht für jeden etwas dabei.

### Pompöses Finale

Nach der Pause ging es mit der Black Pearl weiter, der Hauptattraktion dieser Show. Black Pearl – erinnert Ihr euch?

Genau, es wurde der Film „Fluch der Karibik“ nachgeahmt, mit sehr authentischen Kampfszenen, die viel zur Atmosphäre der Veranstaltung beitrugen. Dabei wurde das Schiff – wenn auch nicht ganz originalgetreu – nachgebaut. Wow, das hat alle auf den Tribünen überzeugt, nicht nur unsere *lit*-Redaktion. Dieser Höhepunkt der Show lieferte einen bunten und farbenfrohen Abschluss ganz im Sinne unseres Schulmottos *Medien machen – Farbe zeigen*.

**von M. Hoffmann & P. Lachanopoulos**

## Fantasiewelten for free

### Überzeugt unsere BücherboXX?

Die BücherboXX ist eine alte Telefonzelle, die in der Cafeteria steht, in der man Bücher tauschen kann. Man hat freie Hand ein Buch auszuleihen mit der Bedingung, dass man auch eins hineinlegen muss. Momentan ist es leider fast nur mit Romanen und Thrillern be-

stückt, mit der Ausnahme von ein paar Comics und Biographien. Aus eigener Erfahrung sind das leider eher nicht die Bücher, welche unsere Altersgruppe ansprechen, deshalb habe ich in den letzten 4 Jahren an dieser Schule noch niemanden gesehen, der die BücherboXX betreten hat. An sich ist das Prinzip gut, nur leider geht das Lesen in unserer Generation stark verloren. Vielleicht wäre es hilfreich, die Bücher ein wenig auf uns anzupassen und die BoXX an einem anderen Ort zu platzieren, an dem man sie besser mitbekommt. **von L. Jürk**

Die BücherboXX ist im Erdgeschoss neben der Cafeteria zu finden!



# 18° Celsius im November

## Das IBA-Praktikum im italienischen Spoleto

Dienstagmorgen, 9 Uhr, Treffpunkt am historischen Stadttor Porta di Monterone. Lukas erscheint pünktlich, er arbeitet für unseren italienischen Projektpartner UTC und ist verantwortlich für die Organisation der Praktikumsbetriebe. Er wird unserer Schülerin Carla gleich ihren neuen Praktikumsplatz zeigen, wo sie in den nächsten vier Wochen Berufserfahrungen sammeln kann. Das Ziel ist *Publi 2M*, eine große Druckerei am Rand der Stadt. Dort wird Carla sehr freundlich von der Chefin empfangen, diese zeigt ihr den Betrieb und ihren Arbeitsplatz. Jetzt werden noch die Arbeitszeiten festgelegt und der Vertrag wird unterschrieben. Weiter geht es anschließend mit Molhem, der sein Praktikum in der Pizzeria *La Tana del Ghiotto* absolvieren wird, einem angesagten Lokal, in dem sich abends viele junge Leute zum Aperitivo treffen.

Vom 14. November bis zum 9. Dezember 2022 absolvierten insgesamt 11 Schüler\*innen der Berufsausbildungsvorbereitung ihr Praktikum in Spoleto (Italien). Dass sich dieses Praktikum im Lebenslauf bei der Jobsuche positiv auswirken wird, ist unbestritten. Und nicht nur das: Die Erlebnisse vor Ort, die neue Sprache, Kultur, Küche, neue Bekannte, vielleicht sogar Freunde, das alles vergisst man sein ganzes Leben lang nicht mehr. Finanziert wird der Auslandsaufenthalt vom Förderprogramm Erasmus+ der Europäischen Union; Unterstützung bei allen notwendigen Formalitäten und der gesamten Organisation in Spoleto gibt es von unseren Partnerorganisationen GEB (Gesellschaft für Europabil- dung) in Berlin sowie UTC (Umbria Training Center) in Italien.

Ich als Lehrer bin vor allem stolz auf den Mut dieser 11 Schüler\*innen, ihre gewohnte Umgebung für einen längeren Zeitraum zu verlassen und alleine in einem fremden Land zu sein, dessen Sprache sie nicht sprechen. Und vier Wochen lang in einem völlig unbekanntem Umfeld zu arbeiten, in dem man sich manchmal nur mit Händen und Füßen verständigen kann. Doch was sagen die Schüler\*innen eigentlich selbst dazu? **von T. Milde**

Spoleto ist eine kleine, aber richtig schöne Stadt. Egal wo man hinguckt ist die Aussicht mehr als schön wegen der Berge. Spoleto ist auch eine extrem alte Stadt, die Gebäude sind seit der Zeit des Römischen

Reichs da. Die Menschen hier sind sehr nett und sie helfen uns alle, wenn sie merken, dass wir kein Italienisch sprechen. Dann versuchen sie, Englisch zu reden. Ich mache mein Praktikum bei einer Pizzeria und ich bin damit ganz zufrieden. Die Arbeitszeiten sind gut und die Mitarbeiter\*innen sind auch richtig nett. Aber natürlich gibt es auch kleine Probleme, z.B. der Weg vom Betrieb zur Wohnung ist schwer, weil unsere Wohnung ganz oben auf einem Berg ist und die Betriebe sind unten. Wir müssen diesen Weg jeden Tag nach der Arbeit laufen, was nach der Schicht sehr anstrengend ist. Das größte Problem aber ist, dass Spoleto etwas langweilig ist, denn es gibt nichts zu tun in der Freizeit und das Internet ist ziemlich schlecht. Aber wenn jemand fragt, ob ich nochmal herkommen würde, wäre meine Antwort immer eindeutig: Ja! **von M. Kadura**



Die Gruppe hatte eine sehr gute Zeit in Spoleto, auch wenn es eine Kleinstadt war. An den Wochenenden ging es auf Reisen in Italien.

# Unsere Schüler\*innenvertretung

Diese Vier wurden von euch gewählt



**Schülersprecher Tom Luis Wassermann**

Klasse: 2-MG 21.01

Hobbys: Mitglied der Grünen, Fitness, Volleyball und ich schreibe gern Filmkritiken



**Schülersprecherin Jamie-Lee Langnickel**

Klasse: 1-ME/BOS-22.01

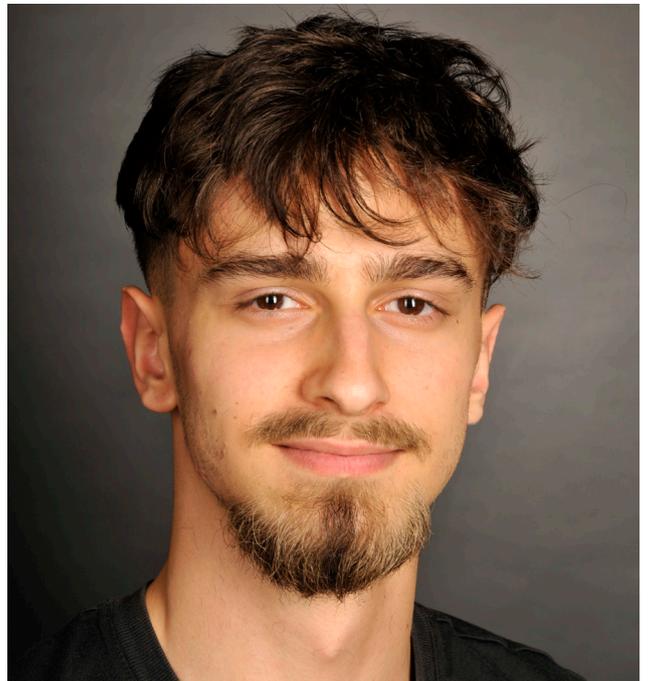
Hobbys: Ich gehe zur freiwilligen Feuerwehr in Frohnau, tanze und zeichne gerne



**Abteilung 1 Sprecher: Salman Khan**

Klasse: 1-MA-21.02

Hobbys: Basketball, Fitness, Volleyball, Board fahren, Super Smash



**Abteilung 2 Sprecher: Halilcan Duvan**

Klasse: 2-IBA-22.02

Hobbys: ich koche sehr gerne und mache regelmäßig Kampfsport

# Große Pläne, viel Engagement

## Das hat die SV dieses Schuljahr vor

Viele wissen wahrscheinlich gar nicht, wie die Wahl zu den Schülersprecher\*innen funktioniert: Ihr wählt die Klassensprecher\*innen, welche dann zusammenkommen und in diesem Kreis die Schülersprecher\*innen wählen. Dies kennen wir schon von unserem politischen System, so wie die von uns gewählten Abgeordneten den Bundeskanzler oder die Kanzlerin wählen. Der SV-Rat besteht aus Klassensprecher\*innen, die Interesse haben, sich an der Gestaltung der Schule zu beteiligen, und natürlich auch aus den gewählten Sprecher\*innen.

Wenn Ihr also ein Thema oder Anliegen habt, dann spricht direkt Eure Klassensprecher\*in an und sie leiten es an uns weiter. Oder ihr meldet Euch direkt bei uns.

### Wo findet ihr uns, wenn ihr uns braucht?

Tom ist zwar leider nur alle 3 Wochen in der Schule und sonst im Betrieb, ist aber trotzdem immer für Eure Anliegen da. Wenn er in der Schule ist, dann ist er im Raum 2.4.01 zu finden. Halilcan ist oft in der großen Pause vor dem Schulgebäude. Und Salman ist so gut wie jede Pause im Raum 0.3.05, der Hoch- und Tiefdruckwerkstatt, anzutreffen. Natürlich wäre der einfachste Weg, ihr könntet uns per E-Mail anschreiben - daran arbeiten wir gerade, indem wir uns dafür einsetzen, eine offizielle Schul-Email zu erhalten! Dazu müsst ihr uns aber natürlich auch kennen...

### Leider habe ich allerdings das Gefühl, dass niemand wirklich von uns weiß. Woran liegt das?

Es wäre gut, wenn an der Lehrer\*innen-Pinnwand auch Bilder von den Schülersprecher\*innen hängen würden. Dies hat aus organisatorischen Gründen bisher leider noch nicht geklappt, aber es sollte demnächst fertiggestellt sein. Na ja, vielleicht haben Euch ja wenigstens Eure Klassensprecher\*innen darüber informiert, wer wir sind. Wie dem auch sei, das sollte sich ändern und die Schüler\*innenvertretung muss sichtbarer werden, damit der Schülerrat präsenter für alle Schüler\*innen wird. Dazu soll es demnächst auch eine SV-Informationswand geben.

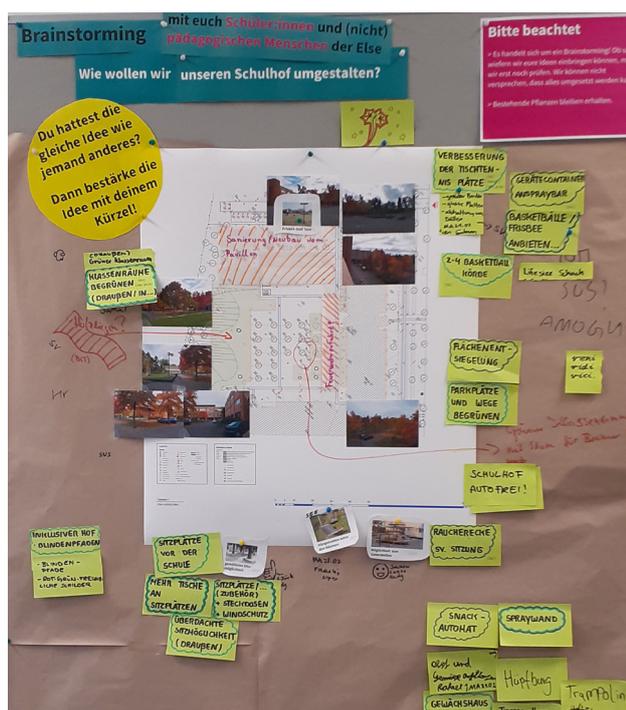
Doch auch wenn der Schülerrat bisher nicht präsent für Euch war, hat er im Hintergrund viel geackert, denn in diesem Schuljahr ist das Team super engagiert. Verschiedene Aufgaben wurden aufgeteilt und wir stecken derzeit mitten in der Umsetzung.

### Woran arbeiten wir überhaupt?

Tom und Halilcan stecken in der umfangreichen Planung einer Schülerfirma, die Euch die Möglichkeit bieten soll, Aufträge von echten Firmen zu bekommen und auszuführen.

Jamie ist für die Eventplanung zuständig, z.B. einen Abiball, den es an unserer Schule bisher nicht gibt, Schulfeste, Sportturniere wie Tischtennis, Fußball, etc.

Außerdem stecken wir mitten in der Organisation der Neugestaltung des Schulhofes. Verantwortlich dafür ist Salman. Wir unterstützen die Initiative von Frau Bittar, die sich seit letztem Jahr schon dafür einsetzt, das Umweltbewusstsein an unserer Schule zu stärken. Viele Projekte wurden von ihr angestoßen und eines davon ist die Erneuerung des Schulhofes. Sicher habt ihr im Flur des ersten Stocks gegenüber vom Wasserspender die Pinnwand gesehen, an der ihr alle eure Ideen für den neuen Schulhof festhalten konntet. Die SV hat sich dazu extra getroffen, beraten und alle ihre Ideen kurz vor den Weihnachtsferien an der Pinnwand angebracht. Nun ist die Ideensammlung wieder bei Frau Bittar, die die Umsetzbarkeit dieser Ideen prüfen und mit uns besprechen wird. Das nächste Treffen dazu ist bereits angesetzt. **von S. Khan**



Die SV arbeitet u.a. mit Frau Bittar an der Umgestaltung des Schulhofes.

# Un projet écologique commun

## ELSe-Schüler\*innen zum Austausch in Paris

*Unsere Schule hat zusammen mit einer Schule aus Frankreich einen Austausch durchgeführt, in dem einige Schüler\*innen für eine Woche zu uns nach Berlin kamen und wir anschließend für eine Woche bei ihnen in Paris sein durften.*

### Mit dem Zug nach Paris

Für uns ging es am 16. Mai 2022 los. Um 7 Uhr hatten wir uns alle am Hauptbahnhof getroffen, denn unser Zug fuhr bereits um 7.28 Uhr ab. Am Frankfurter Hauptbahnhof sind wir dann einmal umgestiegen, mussten aber gar nicht so lange warten und kamen dann schließlich um ca. 17 Uhr in Paris an. Geplant war eigentlich 16:54 Uhr, aber der Zug hatte ein wenig Verzögerung, was aber kein Problem darstellte. Am Bahnhof wurden wir dann auch direkt von der Pariser Gruppe herzlich empfangen und zusammen haben wir uns auf den Weg in unsere Unterkunft begeben. Die gesamte Woche haben wir im Hotel „Les Piaules“ verbracht. Allerdings haben wir da kaum Zeit verbracht, da unser Zeitplan relativ voll war und wir in unserer Freizeit auch viel von der Stadt sehen wollten.

Die Rückfahrt verlief genau wie die Hinfahrt, nur dass wir ein wenig später am Bahnhof sein mussten. Um ca. 9 Uhr fuhr der Zug von Paris ab und wir kamen gegen 20 Uhr, mit ungefähr 1 ½ Stunden Verspätung (wieder aufgrund von Verzögerungen seitens der Deutschen Bahn), am Hauptbahnhof in Berlin an.

### Gute Organisation und Durchführung

Generell muss ich sagen, dass die ganze Woche wirklich super geplant war. Wir sind gut hin- und auch

zurückgekommen und hatten für unser Budget eine relativ gute Bleibe, inklusive Frühstück. Auch haben wir jeden Tag in einem Restaurant Abendessen bekommen.

### Designorientierte Ausbildung in Paris

Die Pariser Schüler\*innen haben eine relativ ähnliche Ausbildung wie wir, allerdings viel mehr designorientiert. Die ersten Tage hatten wir uns alle ein wenig besser kennen gelernt und gegen Ende der Woche haben wir uns dann in Gruppen an ein kleines Projekt gesetzt, in dem wir zusammen ein Haus designt und dieses dann auch gebaut haben. Ich fand, das hat sehr viel Spaß gemacht.

Auch die Zusammenarbeit zwischen den Schüler\*innen fand ich sehr gut. Wir haben uns alle super verstanden und es waren auch immer Übersetzer mit dabei, die im Notfall von Deutsch auf Französisch und anders herum übersetzen konnten. Allerdings haben wir uns viel über Englisch oder manchmal auch gebrochenes Französisch und Deutsch unterhalten.

### Straffe Arbeit, aber auch Sightseeing

Abgesehen von dem relativ vollen Plan hatten wir aber auch viel Freizeit bekommen, die wir genutzt haben, um die Stadt zu erkunden. Generell sind wir aber auch in Gruppen viel umher gewandert, während die Pariser\*innen uns herumgeführt und auch deren Lieblingsplätze gezeigt haben. Das Projekt war meiner Meinung nach gut geplant und ein voller Erfolg. Falls so eine Chance nochmal besteht, dann kann ich nur empfehlen, da mal mitzumachen. Es war eine wirklich schöne Erfahrung. **von P. Jootzer**

Die Teilnehmenden aus Berlin und Paris haben sich super verstanden, produktiv gearbeitet und die Stadt erkundet.



# Auf Spurensuche in Ravensbrück

## Zusammenarbeit mit griechischem Gedenkort

*Ein deutsch-griechisches Austauschprojekt, in dessen Verlauf zur grausamen Besatzungsherrschaft von Wehrmacht und SS (1941-1945) in Griechenland recherchiert wurde, wobei Spuren von Zwangsarbeiter\*innen ins brandenburgische Ravensbrück aufgedeckt wurden – darüber haben wir in unserer letzten Ausgabe des [lit-Magazins] bereits berichtet. Mittlerweile fanden die beiden Treffen in Lechovo und Berlin bzw. Ravensbrück statt, in deren Verlauf Druckgrafiken und Podcasts für den griechischen Gedenkort erstellt wurden, die Besucher\*innen vor Ort mittels eines QR-Codes abrufen können. Ein Teilnehmender berichtet im Folgenden von dem Projekt:*

Wir hatten Online-Meetings, in denen wir verschiedene Aufgaben hatten, wie z.B. Audios von unserer Umgebung aufzunehmen, uns gegenseitig vorstellen etc. Diese dienten der Vorbereitung für eine der Hauptaufgaben des Projekts: Podcasts zu erstellen. Von den Online-Meetings sind zwei hervorzuheben: „Creative Writing“ mit Dan Wolf und „Podcasts“ mit Christian W. Find. Beide hatten zum Ziel, die Texte für die später zu erstellenden Podcasts treffender zu gestalten und sie mit Geräuschen oder Klängen zu unterstützen.

Zunächst besuchte uns die Gruppe der griechischen Teilnehmenden, das war vom 17. bis 22. Juni 2022. Die Aktivitäten in dieser Woche waren: drucken, die Podcasts erstellen und Berlin erkunden. Die Kommunikation lief größtenteils in English. Die Abende waren dabei auf jeden Fall die Highlights, da sich die ganze Gruppe gut verstanden hat. Aber natürlich haben wir hauptsäch-



lich gearbeitet und zwar an den Podcasts. Inhalt der Podcasts war, die Biografie von KZ-Häftlingen aufzunehmen, die wir in der Ausstellung der Gedenkstätte Ravensbrück recherchiert haben und diese jeweils in beiden Sprachen verfügbar zu machen. Anschließend haben wir uns auch von den Biografien inspirieren lassen und Radierungen erstellt.

In Lechovo setzte sich dann der sprachliche und kulturelle Austausch fort. Wir haben uns auch dort mit den Ereignissen zur Zeit des Nationalsozialismus beschäftigt. In den Sommerferien ist unsere Gruppe von Schüler\*innen der Ernst-Litfaß-Schule nach Griechenland geflogen. Der Flug war nicht gut, da auf die letzte Minute Tickets gebucht werden mussten, die von Berlin nach München und von München nach Thessaloniki (Θεσσαλονίκη) gingen. Die Ankunft in München war sehr stressig, weil der nächste Flieger schon auf uns gewartet hat. Als wir dann in Thessaloniki ankamen, stellte sich jedoch heraus, dass unser Gepäck noch in München war, weswegen wir für ein paar Tage unser Gepäck nicht hatten und im Dorf Sachen wie Zahnbürsten kaufen mussten, bis die Koffer uns endlich wiedergebracht wurden. Die deutsche Gruppe wusste auch leider nicht viel über den Ablauf Bescheid als wir ankamen. Als wir dann das Dorf Lechovo erreichten, waren wir über die großen Zimmer überrascht, die mit Dusche, 4-5 Betten, Kühlschrank, Klimaanlage etc. ausgestattet waren und mit Balkon eine gute Sicht aufs Dorf hatten.

Wir hatten verschiedene Aktivitäten in Lechovo, aber die, an die ich mich am meisten erinnere, war die Wanderung durch die Berge. Die Wanderung führte entlang des „Paths of Peace“ und somit durch ein Gebiet deutscher Grausamkeiten, die den Menschen in und um Lechovo von den Nationalsozialisten zugefügt wurden. **von I. Tournavitis**

# CARLO URBANI

## What you need to know about us

L'I.I.S. Carlo Urbani has always been a point of reference and resource for the territory. It's Structured in two complexes, in Ostia and Acilia. Our training offers an important opportunity for connection and service to the community through the creation of skills and professional figures. It also offers wider opportunities for economic, social and cultural development. The school is equipped with advanced technologies to meet the needs of the students and to ensure the best learning experience.

## Ostia

- Grafica e comunicazione inclinazione videogioco

The technical education Graduate of this course has specific skills in the interpersonal and mass communication field, with particular reference to the use of technologies to produce it and it's involved in the productive processes that characterize the graphic sector, the publishing sector, the printing sector and related services like the planning of the products processing cycle.

- Design per la comunicazione visiva e pubblicitaria

The professional education graduate of this course, knows the economic aspects of the company and its organizational models and it's part of the project/ service marketing process. It interprets, plans and develops visual communication projects for products and services, considering the historical/ social, ethical, cultural, economic and environmental sustainability aspects. Applies communication strategies both through traditional methods and with new technologies.

- Liceo delle scienze umane opzione economico sociale

This course aims to train a competent and attentive student to the problems of today's society through the acquisition of the contents and methods of the social, economic and legal sciences. These will allow the students to approach the complex dynamics of the contemporary world in a critical, creative and planning way.

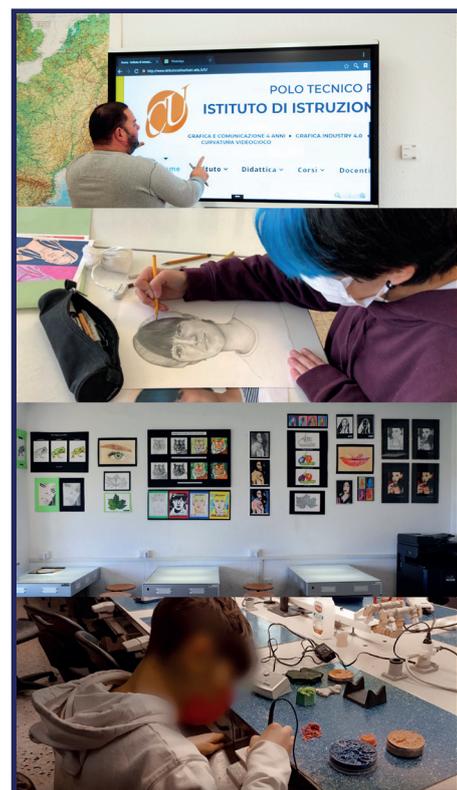
## Acilia

- Odontotecnico servizio socio sanitari

The professional education graduate of this course has the necessary skills to prepare dental prosthesis on models provided by qualified health professionals. It identifies the correct solutions to sanitary problems of the sector and uses methods and tools for monitoring the quality of the service. The dental technician is a health technician who manufactures prosthetic devices on prescription of the dentist to restore the function of the chewing system. The prostheses are made in analogue, traditional and digital mode, therefore the dental technician must have biomechanical skills, knowledge of primary and secondary materials, and computer skills to apply technological innovations.

- Grafica industry 4.0

The professional education graduate of this course, has the skills to conceive, design and create graphic and multimedia products, manage the production process and materials from a technical- economic and qualitative point of view.



Ostia complex – Via dell'Idroscalo, 88 – 00121 Roma  
Tel. 06.12.11.26.360 – 06.12.11.26.361 Fax 06.56.14.279  
e-mail: [rmis03300b@istruzione.it](mailto:rmis03300b@istruzione.it)

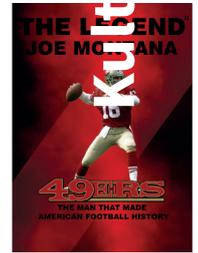
Acilia complex – Via di Saponara, 760 – 00125 Roma  
Tel. 06.12.11.25.325 Fax 06.67 66.38 34  
e-mail: [rmis03300b@istruzione.it](mailto:rmis03300b@istruzione.it)



# MADE IN ITALY!

## The story behind our Erasmus in ELSe

This is Tiziano! I'm 19yo and Italian student of Graphic Design and Marketing at Carlo Urbani School, in Ostia, Rome. I have chosen this school 'cause since when i was young I was obsessed by Racing Cars Liveries and Sportive Kits Designs. So here I am, at my very last year of school trying to follow my dream of being a Graphic Designer in Sport and Motorsport. I'm glad to be in your school this year, my hopes are to improve my skills in Design Process and achieve experience to become what i want to be. I wanna thank all the fantastic people who drove me in ELSe so far, starting from teachers, to school personnel and students! - Tiziano



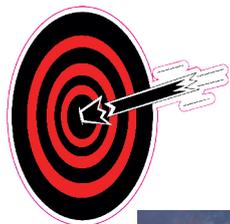
Some of my works at school i made in past



Shrimp King 

Hi I'm Gianluca, an 18yo student from Rome, attending the editorial graphic course at the "Accademia delle Belle Arti" and I'm here in Berlin for a European Erasmus project. My biggest passion has always been Videogames. I first started playing them with my dad when i was a kid and got obsessed with it. This passion led me to attend Game Design course at "AIV: ITALIAN VIDEOGAME ACADEMY" where I took part in 3 contests and I won. From this experience I expect to improve my interpersonal skills and those related to graphics. I think this is a really great opportunity.

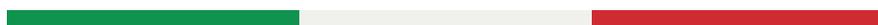
Hi my name is Chiara and I'm an Erasmus student from Carlo Urbani, a Graphic school in Rome, Italy. I started this experience just a few days ago and it's going pretty well so far. My friends from Italy and I, have been welcomed by the people and teachers here. Thanks to them we can enjoy our time in Berlin, but most importantly, in ELSe. This journey will definitely help me reach my dream of learning new languages and improve my Graphic skills. Here on the right you can find 2 of my favourite works made in 2022.



These are some of my favourite projects made with my school



Hi I'm Giulia, or Jule, I'm an 18yo Graphic Design student from Carlo Urbani, in Rome. I've been experiencing an Erasmus in Berlin to study. In these days we've been working on a project to show the beauty of this city to our classmates in Italy. We did some projects with 360° cameras and also made a storymap about river Spree. I really love art and design and videogames, in fact I love how Berlin gives this vibe and aesthetic. Last year I took part in a project with AIV together with Gianluca and also with a fashion company. This is a great experience that I recommend to everybody. I think that it could help me a lot with my projects.



## Neue Schüler\*innen-Ausweise

Seit November 2022 gibt es an der ELSe neue Ausweise, die nach und nach über die Klassenleitungen an die Schüler\*innen ausgegeben werden. Dabei gibt es vom Berliner Senat für Bildung genaue Regeln zu beachten, was auf den Ausweisen drauf sein muss, damit bspw. die BVG ihn auch akzeptiert. Die ELSe hat ihn aber auch für eigene Zwecke etwas erweitert. Auf der Rückseite des Ausweises befindet sich ein Barcode, mit dem sich Schüler\*innen Medien an der Schule ausleihen können, einen Leihlaptop oder Bücher für den Unterricht zum Beispiel. Letztendlich ist es eine modernere Version des Papierausweises, denn bisher ist der Schülersausweis noch nicht digital, auch wenn sich dieses Gerücht hartnäckig hält.

Das Besondere an der ELSe ist: Die Ausweise stellen wir selbst her. Wir haben eigens dafür einen Kartendrucker angeschafft. Eine Mitarbeiterin der IT wird in den nächsten Wochen Bilder der Schüler\*innen machen. Damit das alles datenschutzkonform läuft, werden diese Bilder mit einer Webcam aufgenommen,

nur auf die Karte gedruckt und nicht zusätzlich gespeichert. Alle anderen benutzerspezifischen Daten erhalten wir direkt aus der Schulverwaltung. Wenn man den Ausweis verlieren sollte, ist dies kein Problem, dann gibt es einen neuen. Ob für

diesen dann eine Gebühr gezahlt werden muss, wird sich noch klären. Die ersten Vollzeitklassen haben ihre Ausweise bereits erhalten, die IBAs erhielten ihre im Dezember. Anfang 2023 folgen dann die dualen Klassen. **von E. Okumus**

## Neue AG: Volleyball

Es ist möglich, unsere Sporthalle für alle frei zu nutzen - egal ob ihr Basketball spielen wollt oder einfach nur Platz zum Toben braucht. Ein Drittel der Halle ist noch frei. Die Sporthalle ist freitags nutzbar von 13.30 bis 17 Uhr. Parallel dazu findet die Akrobatik und Kletter-AG von Herr Krause statt. Ich nutze diese besondere Möglichkeit, um Volleyball zu spielen und suche noch weitere Mitstreiter. Das beginnt aber erst ab 15:30 Uhr, da ich vorher im Unterricht sitze, ihr wahrscheinlich ja auch. Ich finde es großartig, so eine Möglichkeit zu haben. Vor allem im Winter, weil es nicht schön oder oft gar nicht möglich ist, draußen zu spielen durch das schlechte Wetter, Regen, Kälte, Wind, nasser Boden etc. Kommt gerne einfach vorbei! **von S. Khan**

## Unsere Projekte auf der Schul-Homepage

Es werden so unglaublich viele tolle Projekte im Unterricht und darüber hinaus an der ELSe durchgeführt, dass wir hier unmöglich über alle berichten können. Wir wollen euch darum unbedingt ans Herz legen, regelmäßig die Projektseite unserer Schulhomepage zu besuchen! Scant dazu einfach diesen Code! **von N. Dinter**



## Wichtige Infos für neue Schüler\*innen der ELSe

Eine Lernmittelbefreiung erhalten Schülerinnen und Schüler, die entweder BAföG bekommen oder wenn die Eltern Arbeitslosengeld-II-Empfänger\*innen („Hartz IV“) bzw. Empfänger\*innen von Hilfe zum Lebensunterhalt und Grundsicherung nach dem SGB XII oder Empfänger\*innen von Wohngeld oder Kinderzuschlag sind. Zuschüsse bekommen Schüler\*innen, wenn sie eine der oben genannten Forderungen erfüllen (ausgeschlossen BAföG). Dies kann ein kostenloses Mittagessen in der Schule sein oder andere Kostenübernahmen zu Klassenfahrten, zur Lernförderung (Nachhilfeunterricht) sowie zur Schulausstattung.

Wenn du in der Schule mal nicht zurechtkommst, kannst du dich an das Beratungsteam wenden. Das Beratungsteam wird von Herrn Huth (Schulsozialarbeiter), Frau Knigge (Beratungslehrerin), Frau Martens (Beratungslehrerin) und Herrn Krause (Drogenprophylaxe) vertreten. Herr Huth ist vorwiegend für soziale und allgemeine Beratung da, während Frau Knigge und Frau Martens dir bei Lern- und Sprachförderung helfen, sodass du bspw. wenn du LRS hast mehr Zeit für Klausuren bekommst. Außerdem können sie dir bei Konfliktklärung im Unterricht und mit Mediation weiterhelfen. Die Beratung bei Suchtproblemen übernimmt Herr Krause. Die Kontaktdaten des Beratungsteams und weitere Anlaufstellen findest du auf der Schulhomepage unter Service für Schüler. **von M. Hoffmann**



# League of Legends im E-Sport

## Über eine Sportart, die Ü30 keine\*r kennt



So sieht es aus, wenn E-Sport gespielt wird: hochkonzentriert!

In diesem Artikel geht es um das Thema E-Sport im Computerspiel League of Legends. Ich möchte euch gerne einen kleinen Einblick bieten, da ich der Meinung bin, dass das Thema immer größer wird.

### Was ist E-Sport überhaupt?

E-Sport ist der sportliche Wettkampf mit Computerspielen. In der Regel wird der Wettkampf mit dem Mehrspielermodus eines Computerspieles ausgetragen. So ein Spiel ist League of Legends, ein vom US-amerikanischen Unternehmen Riot Games entwickeltes und betriebenes Multiplayer-Online-Battle-Arena-Computerspiel. Worum geht es darin? League of Legends ist ein teambasiertes Strategiespiel, in dem zwei Teams mit je fünf starken Champions gegeneinander antreten, um die jeweils andere Basis zu zerstören.

### Turniere im E-Sport werden immer wichtiger

Ein E-Sport-Turnier läuft so ab, dass im Vorfeld feststeht, wer gegeneinander spielen muss. Der Modus ist best of 5, also es werden 5 Spiele gespielt und wer davon am meisten gewinnt, gewinnt dann auch das Match an sich. Die Turnierteilnehmer\*innen treffen sich in einem Stadion mit Zuschauenden und Fans, sie setzen sich an die PCs und sitzen sich gegenüber. Jedes Team besteht aus jeweils 5 Spieler\*innen und einer Person, die als Trainer\*in fungiert, die hinter ihnen steht und die Spielenden coached. Es beginnt mit der Pick-und-Ban-Phase, dabei werden die beiden Teams aufgeteilt in „Blue Side“ und „Red Side“.

**BAN PHASE 1:** In der ersten Phase wird immer abwechselnd ein Champ gebannt, bis jedes Team drei Champions gebannt hat.

**PICK PHASE 1:** Das blaue Team hat den ersten Pick, darf aber nur einen Champion wählen. Nach zwei Picks für die rote Seite folgen wiederum zwei von der blauen. Damit beide Teams auf die gleiche Anzahl an Champions kommen, hat die rote Seite zum Abschluss noch einen einzelnen Pick.

**BAN PHASE 2:** In der zweiten Ban-Phase werden zwei weitere Champs pro Team vom Spiel entfernt, einzeln und abwechselnd. Doch dieses Mal fängt das rote Team an.

### Mehr Aufmerksamkeit für E-Sport, bitte!

Nach der Pick-und-Ban-Phase geht es ins Spiel. Bei einer Livestream-Übertragung befinden sich unten die Kameras, in denen man die Spielenden sieht und im Hintergrund hört man 2 Kommentator\*innen, die über das Spielgeschehen sprechen. Für das Gewinnerteam gibt es übrigens ein Preisgeld von 5.000 €. Ich persönlich finde das Thema E-Sport sehr spannend, denn es ist eine schöne Alternative zu Fußball oder Basketball. Es findet auch im Stadion statt und es gibt Zuschauende, aber man schießt keinen Ball ins Tor oder wirft ihn in einen Korb, sondern man sitzt vor einem Computer. Es ist etwas völlig Neuartiges und ich hoffe, dass es mehr Aufmerksamkeit bekommt. **von J. Bruckner**

# Suchtberatung an der ELSe

## Herr Krause über die Suchtprävention vor Ort

### Herr Krause, warum sind sie Suchtbeauftragter an der ELSe geworden?

Ich wurde Kontaktlehrer an der Schule, weil ich in meiner Funktion als Lehrer für Sport und Gesundheitsförderung große inhaltliche Übereinstimmungen zwischen beiden Aufgaben feststellen konnte, und auch weil ich vom Kollegium und der damaligen Schulleitung gefragt wurde.

### Welche Erfahrung haben sie in dieser Funktion bisher sammeln können?

In den letzten Jahren sah ich, wie vielschichtig die Herausforderungen für junge Menschen sein können, weil ihnen immer neue Suchtmittel begegnen, und das in einer für sie entwicklungsbedingt schwierigen Phase ihres Lebens. Hinzu kommen persönliche Probleme beim Übergang vom Jugendlichen zum jungen Erwachsenen durch Krisen wie die Corona-Pandemie oder der sich möglicherweise ausbreitende Krieg im unmittelbaren europäischen Umfeld. Junge Menschen, also auch unsere Schüler\*innen, reagieren sehr sensibel auf solche Instabilität. Häufig werden dann vermeintlich einfache Wege gesucht, diese „Probleme“ künstlich zu kontrollieren oder sich von diesen abzulenken.

Suchtmittel haben in solchen Abschnitten die größten Chancen, erstmalig von Schülern\*innen ausprobiert zu werden oder gar zunehmend Einfluss auf den Lebensalltag zu bekommen. In der Schule fällt das durch vermehrte Fehlzeiten, Unpünktlichkeit, Leistungsabfall, Übermüdung, Abbau der sozialen Kontakte oder Desinteresse gegenüber den schulischen Inhalten auf. All das hat in den letzten Jahren enorm zugenommen.

### Welche Suchterkrankungen gibt es eigentlich?

Man unterscheidet Suchtmittel, die einen stofflichen Hintergrund haben, also konsumiert werden, und diejenigen, die für eine Erkrankung solch einen körperlichen Konsum gar nicht bedürfen. Im ersten Fall wäre das z.B. das Inhalieren von THC oder Tabak über die Lunge oder das Schlucken von synthetischen Drogen. Bei Spielabhängigkeit oder Essstörungen hingegen spielen sich Abhängigkeiten auf der psychischen Ebene ab. Ab wann man allerdings überhaupt von einer Krankheit sprechen kann, ist mitunter nicht so klar. Dazu braucht es eine offizielle Anerkennung durch den Gesetzgeber bzw. die kassenärztliche Vereinigung, und das wird zu-

dem noch von Land zu Land anders eingeschätzt. Spielsucht zum Beispiel hat lange gebraucht, um als Krankheitsbild anerkannt zu werden. Es stellen sich dadurch nämlich direkt auch Fragen zu Verantwortlichkeiten bei der Behandlung solcher Erkrankungen, und ob die Kosten dafür überhaupt von den Krankenkassen übernommen werden.

### Sind Suchterkrankungen an der ELSe ein aktuelles Thema?

Wir haben wie jede andere Schule auch mit problematischem Konsum verschiedenster Suchtmittel zu tun. An der ELSE sehe ich mehrere Hauptherausforderungen: Der missbräuchliche Konsum von Cannabis, Alkohol (da aber vor allem an Wochenenden) und das „Versacken“ beim Gaming und der exzessive Konsum sozialer Kontakte bzw. die gesamte Nutzung sozialer Medien (Instagram, TikTok, etc.).

### Wie sieht ihre Hilfe an der Schule konkret aus?

Ich biete meine Hilfe in Form von Beratungsgesprächen an. Da ich als eine Art Vertrauenslehrer agiere, bleiben alle geführten Gespräche in diesem Rahmen natürlich streng vertraulich. Ohne eine solche strenge Verbindlichkeit könnte ich diese Tätigkeit gar nicht ausführen. Man muss allerdings dazu sagen, dass die wenigsten Schüler\*innen ein solches Angebot bei Bedarf wahrnehmen. Die Hemmschwelle scheint einfach zu groß. Die Schüler\*innen erkennen zudem ganz spät oder gar nicht, dass sie Hilfe bedürfen. Scham und Angst vor Stigmatisierung spielen sicher auch oft eine große Rolle. Dabei wird oft eines missverstanden: Niemand, der zu unseren Beratungslehrer\*innen oder zu mir mit seinem Wunsch nach Hilfe oder Unterstützung kommt, muss fürchten, sich zu outen.

Ich bin kein ausgebildeter Drogenberater, sondern führe erste Sondierungsgespräche und finde gemeinsam mit den Schüler\*innen heraus, ob und wenn ja an welche professionelle Beratungsstelle ich vermitteln kann.

### Was halten sie von Drug-Checking?

Drug-Checking ist ein aus meiner Sicht wichtiges Hilfsmittel, um Konsumierende vor Schäden der Überdosierung, Verunreinigung oder gefährlichen Vermischung psychoaktiver Substanzen zu schützen. Daran angebunden sind persönliche Beratungen vor Ort, aber auch Onlinetools. **von L. Jürk**

# Das Drug-Checking in Berlin

## Neues Konzept im Umgang mit Drogen

2020 sind in Deutschland 1581 Menschen durch den Konsum von Drogen gestorben. Die Hauptursachen dafür sind die Überdosierung oder die Kombination von mehreren Drogen. Das Thema Überdosierung kommt meist nicht einmal von den Konsumierenden, sondern von der Droge selbst. Eine Unwissenheit darüber, wie stark eine Droge ist, kommt meist daher, dass sie von Menschen selbst in Laboren hergestellt werden, die dafür wahrscheinlich kein Chemiestudium abgeschlossen haben. Das zeigt sich daran, dass ein hoher Anteil der Drogen in Deutschland gestreckt ist, was bedeutet, dass sie nicht mehr einen „guten“ Reinheitsgrad besitzen, sondern mit Abfällen wie Rattengift oder Waschmittel vermischt wurden. Das führt dazu, dass der Körper nicht mehr nur die Droge, sondern auch den Abfall aufnimmt und dadurch starke körperliche Schäden entstehen können, die teilweise leider auch zum Tod führen. Deshalb soll es für dieses Problem nun in Berlin eine Lösung geben: Drug-Checking. Die Drug-Checking-Initiative sorgt dafür, dass illegale Substanzen auf

dem Markt getestet werden können. Es ist eine chemische Analyse, die den Reinheitsgrad einer Droge in kurzer Zeit bestimmen kann. Dadurch wird bestimmt, wie schädlich eine Droge durch Verunreinigung ist. An sich ist jede Droge gesundheitsschädlich, physisch wie auch psychisch, nur wird dieser Effekt durch das Strecken eben noch verstärkt. In Berlin soll das Drug-Checking nun unmittelbar bevorstehen, teilte der Senat für Gesundheit mit.

Ich persönlich kann nur jedem von Drogen abraten, da ich selbst schon meine Erfahrungen damit gemacht habe und diese leider zum größten Teil negativ waren. Drogen sind schlecht für die Gesundheit und können weitreichende und langfristige Folgen haben, denen man sich anfangs noch nicht bewusst ist, die einen aber mit der Zeit einholen. Doch da man niemanden vom Konsum abhalten kann, kann ich nur empfehlen, dass wenn die Möglichkeit des Drug-Checkings in Berlin verwirklicht wird, dieses auch zu nutzen. Es schadet nicht, sondern kann vielleicht sogar zum Entzug anregen. **von L. Jürk**

# Über Cyberpunk: Edgerunners

## Comeback für das Videospiel?

Erneut hat es Netflix geschafft, mit einer Serie durch die Decke zu gehen. Schon in der letzten Ausgabe schrieb ich über ein anderes Meisterwerk namens Arcane. Und nun haut Netflix nochmal raus! Dieses Mal geht es um die Serie „Cyberpunk: Edgerunners“. Einigen kommt der Name „Cyberpunk“ wahrscheinlich schon von dem Videospiel bekannt vor. Da liegt ihr richtig, die Serie ist mit dem Spiel verknüpft. Einige sind jetzt vielleicht verschreckt, aber ich versichere euch, dass die Serie ein Vorzeigestück ist. Tatsächlich haben sich die Spielerzahlen sogar immens gesteigert durch die Serie und das Spiel ist sowieso schon vor Monaten verbessert worden, seit einige Probleme behoben wurden. Das Spiel hatte zwar extrem große Macken, aber nun verdient es eine zweite Chance!

Also, jetzt zur Serie: Cyberpunk ist ein Subgenre von Science Fiction und spielt in einem utopischen,

futuristischen Setting. In dieser Welt dreht sich alles um das Modifizieren des Körpers durch moderne Technik, so wird beispielsweise das Gehirn so modifiziert, dass die menschliche Wahrnehmung viel schneller ist. In diesem Setting beginnt die Geschichte: Der junge David erlebt einen Mist nach dem anderen und wird immer weiter in die Enge getrieben. Er lässt sich auch den Körper modifizieren, mittels Technik, die er zufällig findet und schließt sich einer Söldnertruppe an. Er braucht schnell Geld, um die immensen Schulden seiner Mutter zu zahlen und dabei eskaliert die Story natürlich. Ich will nicht zu viel veraten, schaut euch die Serie einfach unbedingt an! **von S. Khan**



# AI und 3D-Druck zum Gestalten

## Mal was Neues für kreative Köpfe

Da wir ja eine Medienschule sind, haben wir hier auch sicher viele kreative Schüler\*innen, die alles mögliche machen. Daher dachte ich, es wäre sicher für einige interessant, zwei Programme kennenzulernen, mit denen ich gern arbeite – eine AI (Artificial Intelligence, also Künstliche Intelligenz), die sehr gut ist, um wieder kreativ zu werden, wenn man gerade mal eine unkreative Phase hat. Und auf ein 3D-Programm wollte ich auch aufmerksam machen, da man die Arbeit mit der AI sehr gut an das 3D-Programm anbinden kann. Kenntnisse im 3D-Modellieren sind v.a. wichtig für Leute, die mal als 3D-Artists, z.B. als Game Designer, arbeiten wollen, aber z.B. auch in der Autoindustrie werden solche Kenntnisse gebraucht.

### So funktioniert die AI

Konkret nutze ich als AI das kostenlose Programm von Google: die Google Colab (im Netz zu finden unter [colab.research.google.com](https://colab.research.google.com)) oder die qualitativ noch bessere AI Midjourney. Beide AI's funktionieren ganz einfach: man muss der AI nur möglichst detailliert beschreiben, was man sich vorstellt und dann erstellt sie daraus ein Bild. Man kann bei beiden AI's sogar vorgeben, in welchem Style sie ein Bild gestalten sollen, z.B. ein surrealistisches Bild eines goldenen Elefanten in dem Stil von Leonardo da Vinci. Man kann der AI auch sagen, welches Format das Bild haben soll und das Bild hochskalieren lassen. Bei Midjourney kann man zudem die Bilder von anderen Nutzern verändern, sie als Vorlage nehmen oder mit einem Code fast die gleichen Bilder erschaffen lassen. Das ist zum Verstehen, wie die AI funktioniert, am Anfang sehr praktisch, da man sehen kann, was andere geschaffen und was sie dafür geschrieben haben. Für beide AI's sollte man aber gut in Englisch sein, denn Deutsch verstehen sie nicht.

### 3D-Programme setzen noch einen drauf

Wenn man möchte, kann man die Erstellung der Bilder durch die AI noch weiter treiben, indem man dann diese Bilder als Vorlage nutzt, um sie in 3D zu gestalten. Blender ist eine kostenlose 3D-Grafiksuite, die man dafür nutzen kann, denn sie ist dazu gedacht, Objekte und Körper digital zu modellieren, zu texturieren und sogar zu animieren. Diese können z.B. in Grafiken, Animationen, Filmen oder Softwares, wie PC-Spielen und vielem mehr eingesetzt werden. Blender kann ich sehr empfehlen, weil man

sehr einfach lernen kann, wie das Programm funktioniert, denn es gibt einen sehr guten und kostenlosen Kurs von *Blenderguru* auf Youtube. Blender hat sehr viele Funktionen, es ist sehr geeignet zum Modellieren von hardsurface, aber man kann auch gut sculpen und außerdem gibt es kostenlose Erweiterungen der Blender-Community, die immer wieder neue Funktionen hinzufügen und den Umgang mit dem Programm vereinfachen. **von N. Erfurth aka <https://blutbar0n.artstation.com>**

**„Character design, abyss bloodborne ornate knight, with transparent head, iced, photorealistic, octane render, hyper detailed, volumetric lighting - ar 9:16“**



So wird aus dem Text (1) mit Hilfe der AI ein Bild (2), das dann im 3D-Programm noch weiter entwickelt wurde (3).

# Die Schattenseiten der AI

## Die neue Ausdrucksform birgt auch Probleme

Sicher hast du den Begriff „AI“ schonmal gehört und wenn nicht, betrifft dich das trotzdem ziemlich stark, weil AI überall in unserem Alltag ist und sie immer präsenter wird. Beispiele dafür wären Algorithmen, die sich so gut wie auf jeder Streaming-Plattform befinden, z.B. Spotify. Diese Algorithmen bestimmen anhand deiner gehörten Musik, Serie oder Film, was dir gefällt und schlagen dir ständig passende und ähnliche Produkte vor. Auch die Werbung auf deinem Smartphone funktioniert nach diesem Prinzip. So weit, so gut. Wo ist also das Problem? Die von der AI generierten Bilder sind sehr cool, wie ihr an den Beispielen von Nils auf der vorigen Seite oder an unseren Titeln und der Rückseite dieser Ausgabe sehen könnt. Unsere Redaktion war total gehypt, als wir mit der AI Midjourney all diese Bilder erstellten. Doch dann recherchierten wir über die Entwickler\*innen der AI und fanden einige negative Seiten, die wir euch nicht vorenthalten wollten.

### Also wie genau funktioniert die AI?

Einfach gesagt brauchen AI tonnenweise Referenzmaterial, um etwas zu lernen. Wenn du ein Bild, wie Nils es beschrieben hat, generieren willst, braucht sie tonnenweise Bilder. Je mehr die AI mit einer bestimmten Kunst- oder Stilrichtung gefüttert wurde, desto besser ist das für dein Ergebnis. Das AI-Spektrum ist extrem weitreichend: Von Textgenerierung bis Filtern von anstößigen Inhalten auf Social Media und Kreieren von Bildern funktioniert es aber immer gleich.

### Die Referenzmenge ist das große Problem

Die große Kehrseite ist: AI braucht wie erwähnt eine enorme Menge an Referenzdaten und die meisten Entwickler\*innen von AI nutzen diese Daten ohne Erlaubnis. Um es euch besser darzustellen: Nehmen wir mal an, die AI soll jetzt ein Bild von der Serie *Cyberpunk Edgerunners* erstellen und nutzt aber Bilder bzw. die Daten von Millionen Künstler\*innen und Milliarden Bilder, ohne dass sie davon wissen. Dasselbe gilt für jegliche Art von AI. Bilder, Texte, etc. werden ohne Erlaubnis eingespeist und damit können dann alle, die es ausprobieren, genauso qualitativ hochwertige Ergebnisse erzielen wie die Künstler\*innen, deren Originalwerke dafür genutzt wurden. Die Auswirkungen von AI auf den Kunstmarkt geht mittlerweile so weit, dass einige ernsthaft Angst um ihren Job haben - und das ist auch

berechtigt! Künstler\*innen haben es schon so schwer und jetzt kann man einfach per Klick Bilder nach den eigenen Wünschen generieren - die Profis werden damit unnötig. Es gibt viele Leute, die ihr Geld mit den kreativen Ergebnissen der AI verdienen. Eine Person hat z.B. Kinderbücher mithilfe einer AI erstellt und war damit sehr erfolgreich - ohne viel zu tun und an den eigentlichen Grafiker\*innen vorbei, die sonst so eine Arbeit umsetzen würden.

Des Weiteren kann man sehr viel Schaden anrichten durch Deepfake. Das kommt bestimmt sehr vielen bekannt vor. Dies ist eine AI, die dein Gesicht, wenn man es gut macht, in andere Videos einarbeiten kann und somit könnte dein Gesicht beispielsweise in einem Porno auftauchen oder in einem Video einer Straftat. Generell kann man damit Cybermobbing auf das nächste Level bringen. Entwickelt wird diese Technik natürlich nicht für solche Zwecke. AI sind eigentlich dazu gedacht, die Menschen zu unterstützen, ihnen Inspiration zu geben.

### Ergebnisse der AI sind nicht perfekt

Die von Nils vorgestellten AI können bisher nicht fehlerfrei generieren und benötigen meist eine Nachkorrektur. Wie Nils beschreibt, benutzt man eigentlich diese AI nur als Inspiration, wenn man gerade in einer un kreativen Phase ist. In meinem Fall wollte ich beispielsweise ein Bild für Cyberpunk Edgerunners generieren, aber die AI konnte absolut nicht das umsetzen, was ich wollte, obwohl die Bilder grandios aussahen. Aber es war halt nicht das, was ich wollte. Solange die AI noch auf diesem Level arbeitet, werden die Künstler\*innen auch noch gebraucht, aber entwickeln sie sich noch weiter, könnten viele kreative Berufe damit ersetzt werden.

### AI ist in anderen Bereichen richtig gefährlich

Was ich erklärt habe, befindet sich noch im künstlerischen Bereich. Doch wenn wir vom militärischen Bereich ausgehen, sind AI hochgefährlich. Drohnen können dann einfach durch AI gesteuert werden und Massenmorde begehen. Auch gab es Fälle, in denen sich die Intelligenz der AI bedrohlich entwickelt hat, nämlich unabhängig von menschlichem Einfluss. Auf jeden Fall müssen wir die Entwicklung kritisch betrachten und nicht einfach nur hinnehmen oder feiern. AI bieten tolle Möglichkeiten, aber sind teils auch sehr gruselig. **von S. Khan**



um das Thema  
**„Über die Psyche“**  
mit **Rilke** zu schließen:

NO **FEELING**  
IS **FINAL**