

AKRÜTZEL



JENAS FÜHRENDE HOCHSCHULZEITUNG

Mission Prüfung
Hauptsache durchkommen



Ein offenes Ohr

Dein Prof schläft mit deiner Kommilitonin?
Das Prüfungsamt war so richtig unfair zu dir?
Oder du hast was anderes Wichtiges mitbekommen?

Dann schreib uns:
redaktion@akruetzel.de

Wissen vermitteln – Geld verdienen

Nachhilfeinstitution in Erfurt sucht schnellstmöglich Lehrer*innen, Referendar*innen oder Student*innen, die in der Lage sind Nachhilfeunterricht im Realschul- oder Gymnasialbereich in den Fächern Mathematik / Physik / Chemie / Englisch / Deutsch / Französisch oder Latein zu geben.

Der Einsatz erfolgt auf Honorarbasis bei guter Bezahlung.

Heureka-Förderinstitut Erfurt, Telefon: 0361/5614999

Liebe Leser und Leserinnen,

seit Kurzem, fast seit Längerem schon, sitzt etwas im Nacken. Das wächst und krallt sich fester hinein, es spricht mal lauter und mal leiser: Das sollst du jetzt machen! Es übertönt bereits Gespräche, gibt auch abends keine Ruhe und oft raubt es den Appetit. Es erscheint so groß und immer größer, bis es über den Kopf gewachsen ist. An einem Tisch in der Thulb wartet mit den nackten Füßen wippend und dem Kaffeebecher in der Hand schon der Prüfungsberater des Vertrauens. Er spricht mit deinem Nacken und ruft: PAUSE! Jetzt erst einmal nach Hause. In der Straßenbahn gedankenverloren die Thoska mit dem Semesterticket zeigen – die Preise steigen, das E-Ticket kommt. Angekommen in der WG, Tür zu, Nacken tot, das neue Album von Wooden Peak lauter drehen und das Chaos der letzten Tage beseitigen. Es geht ans Aufräumen für den Seelenfrieden mit Marie Kondo. Damit erhalten nicht nur das Zimmer und die Sockenschublade die verdiente Aufmerksamkeit, sondern auch das Innerste denkt plötzlich wieder in geregelten Bahnen. Lang wird die Nacht heute trotzdem. Aber wenn die Hausarbeit morgens dann endlich geschafft ist, gibt es ein Sekstfrühstück in der Bibliothek. Also wisch dir den Schweiß von der Stirn, kneif den Nacken zusammen, nimm ein, zwei tiefe Atemzüge in den Bauch und mach das jetzt! Denn Prüfungszeit ist nur zweimal im Jahr.

Die Redaktion



Titel

09 NUR EIN SATZ PRO TAG

Auch wer panische Angst davor hat, muss Hausarbeiten schreiben. Wie Uni und Prüfungsamt mit schwierigen Fällen umgehen.

11 PRÜFUNGSSTRESS – WAS TUN?

Mit Foodporn, Duden und Kräuterschnaps zur erfolgreichen Prüfung.

12 HAUSARBEIT IN NACHTSCHICHT

Du machst alles auf den letzten Drücker oder weißt nicht, wie du anfangen sollst?

Uni & Stadt

06 63 DÖNER PRO SEMESTER

So wird unser Semesterbeitrag verwendet.

Und Mehr

07 KLEINE FRAGEN – GROßE ANTWORTET

Die unangenehme Kolumne auf komplexe Fragen. Diesmal: Gebt das Pfand frei!

13 AUFRÄUMEN AUF JAPANISCH

Die Netflixserie Tidying Up with Marie Kondo – Blödsinn oder der neue Sinn des Lebens?

14 DIE WÄNDE SCHWINDEN LASSEN

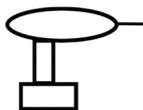
Garantierte Tiefenentspannung mit Yellow Walls von Wooden Peak. CD der Woche bei CampusRadio.

15 DIE SPITZE DER SCHÖPFUNG

Der Stöckelschuh als herausragende Art seiner Spezies.

*Tschüühüüüß
bis nächstes Semester!*

Durchlöchert



Eduard Rosenthal, zweimaliger Rektor der FSU (1899/1900 und 1913/1914), gilt als Vater der thüringischen Verfassung. Ihm widmete der Jenaer Botho-Graef-Kunstpreis 2018 sein Motto *Das verschwundene Bildnis*. Von den Nazis wurde versucht, ihn als Juden aus dem kollektiven Gedächtnis zu löschen. Am 19. Januar wurden die Gewinner Horst Hoheisel und Andreas Knitz gekürt. Das Künstler-Duo gewann gegen sechs andere Teilnehmer mit der Idee, durch die Wände von Gebäuden zu bohren, die bedeutende Lebens- und Wirkungsorte des Rechtswissenschaftlers darstellen. Die Bohrlöcher werden mit einer Messinghülse ausgekleidet und ein Sicherheitsglas mit Inschrift eingefügt. Offiziell eingeweiht werden die Denkmäler im Frühjahr 2020 in Jena, Weimar und Erfurt.

Schwer getroffen



Als Fußballprofi hat man es bekanntlich nicht leicht: Disziplin, hartes Training und ein strenger Ernährungsplan sind Voraussetzung. Um Letzteres scheint sich Mittelfeldspieler Kevin Pannewitz, von dem sich der FCC kürzlich trennte, nicht gekümmert zu haben. Offiziell gab der Verein keine näheren Gründe für die Entlassung an, jedoch soll Pannewitz ein paar Pfunde zu viel gehabt haben und verpasste außerdem, angeblich wegen einer hartnäckigen Erkältung, einen Fitnessstest am ersten Spieltag der Rückrunde.

Smart City Life



Chief Digital Officer und Finanzdezernent Benjamin Koppe hat große Pläne: Er will Jena zur Smart City machen. Ein Konzept, welches Städte mittels Digitalisierung effizienter, technologisch fortschrittlicher und grüner gestalten soll, um das Leben der Bürger leichter zu machen. Dieses Jahr soll die Umsetzung starten. Unter anderem soll es zu einem Breitbandausbau kommen. Außerdem sollen ein Verkehrsleitsystem und öffentliches WLAN eingerichtet werden.

Klick, Klick, Job



Jobsuche einfach gemacht: Ab sofort können Studierende, Graduierte und Alumni der EAH im hochschuleigenen Stellenportal ihren Traumberuf finden. Die vom Career Service EAH und dem Berliner Softwareentwickler *Stellenticket* entwickelte Plattform bietet eine große Vielfalt an Angeboten: Jobeinstieg, Abschlussarbeiten, Praktika und studentische Nebenjobs. Das Portal setzt dabei auf Regionalität, indem Arbeitgebern in einem Fünfzig-Kilometer-Umkreis von Jena vier Anzeigen pro Monat kostenlos gewährt werden. Auch gibt es zahlreiche deutschlandweite und internationale Angebote.

zu finden unter:
<https://stellenticket.eah-jena.de>

Helden gesucht



Mutiges Engagement sollte belohnt werden. Aus diesem Grund findet jährlich die Verleihung des Jenaer Preises für Zivilcourage statt. Bis zum 29. März können Jenaer und Jenenser vorgeschlagen werden, die im letzten Jahr in Situationen eingriffen haben, in denen Menschen bedrängt, bedroht oder diskriminiert wurden. Das Ziel des Preises ist es unter anderem, das Thema der Zivilcourage stärker in die Öffentlichkeit zu rücken. Vorschläge können an die Jenaer Koordinierungs- und Kontaktstelle (Kokont) geschickt werden. Ende Mai dieses Jahres wird die Auszeichnung im Rathaus verliehen.

Roboechse



Ein wanderndes Roboter-Fossil? Was nach dem Filmset von Jurassic Park klingt, ist vor Kurzem Wirklichkeit geworden: Ein Forschungsteam, bestehend aus Angehörigen der FSU, der Humboldt-Universität Berlin und der École Polytechnique Fédérale de Lausanne, befasste sich mit der Fortbewegung des 300 Millionen Jahre alten Fossils der Urzeitechse *Orobates pabsti*, das in Thüringen entdeckt wurde. Zum Abschluss der Forschungen entwickelten das Team den *Orobot*, einen biomimetischen Roboter, welcher dem Fossil seines ausgestorbenen Vorbilds nicht nur ähnlich sieht, sondern sich auch ebenso ähnlich bewegt. Ein Glück, dass er wesentlich kleiner ist als seine Kollegen aus Jurassic Park.

DIESES UND JENAS

63 DÖNER PRO SEMESTER

221 Euro und 67 Cent. Dafür bekäme man entweder ein winziges WG-Zimmer am Stadtrand oder immerhin 63 Döner: Wofür wird unser Semesterbeitrag eigentlich genutzt?

36%

Semesterticket Nahverkehr (79,10 Euro)

Knapp 80 Euro gehen vom Semesterbetrag an Nahverkehrsunternehmen, die im VMT-Bereich, also in Mittelthüringen, die Studenten hin- und herkarren. Das kostet nur das Vorzeigen der Thoska im Fall einer Kontrolle. Zumindest wurde das bisher so gehandhabt, allerdings soll jetzt ein elektronisches Ticket für den Jenaer Nahverkehr auf der Thoska eingerichtet werden, das fälschungssicherer sein soll. Das heißt, dass die Kontrolleure in Bussen und Straßenbahnen in Jena die Karten mit einem elektronischen Gerät checken werden. Dabei soll nur die Gültigkeit des E-Tickets geprüft werden, andere Daten bleiben den Kontrolleuren im Sinne des Datenschutzes verborgen. Über die Einführung des E-Tickets muss laut Stura-Vorstandsmitglied Jonas Krüger noch final vom Studierendenrat der FSU abgestimmt werden.

Weiterhin verhandelt der Stura mit dem Jenaer Nahverkehr über den Preis für die kommenden Semester. Genauer: über die Berechnung des Preises. Denn bisher war das Semesterticket an den Preis der Schülerkarten in Jena gekoppelt. Das Nahverkehrsunternehmen möchte die nach eigenen Angaben vermehrte Nutzung des Studententickets mit in die Berechnung einbeziehen.

31%

Studierendenwerk (69 Euro)

Für **knapp 70 Euro** bietet das Studierendenwerk Mahlzeiten in Mensen und Wohnplätze zu studentisch verträglichen Preisen an. Außerdem sind zahlreiche Beratungsleistungen inbegriffen, zum Beispiel Tipps, wie man an Bafög kommt.

30%

Regionalzüge in Thüringen (66,57 Euro)

Die Nutzung der Regionalzüge in Thüringen kostet jetzt pro Student und Semester knapp 67 Euro. Im Sommersemester vergangenen Jahres gab es eine Urabstimmung, in der die Studenten der FSU und EAH mehrheitlich für ein Verbleiben des Semestertickets stimmten, nachdem die Bahnunternehmen eine Erhöhung gefordert hatten.



Zeichnung: Martin Emberger

3%

Stura-Beitrag (7 Euro)

In jedem Semester bekommt die Studierendenschaft 7 Euro aus den Semesterbeiträgen. Dieses Geld geht zu einem Teil an die Fachschaftsräte, einen weiteren Teil nutzt der Stura für Referatsarbeit, Aufwandserschädigungen und Personalkosten. Allerdings könne laut Stura-Vorstandsmitglied Jonas Krüger der Stura damit auf Dauer seine

Aufgaben nicht umfassend erfüllen, weswegen es seit 2013 einen Rechtsstreit mit der Uni gibt, in dem der Stura eine Erhöhung auf acht Euro verlangt. Bislang wird diese Erhöhung aber unter Verweis auf Rücklagen verweigert. Jonas kontert, dass der Stura diese Rücklagen brauche, um eine kontinuierliche Bezahlung der Angestellten sicherzustellen.

KLEINE FRAGEN – GROßE ANTWORTET

Immer wieder erreichen unsere Redaktion Fragen, die unserer gesamten Leserschaft auf der Seele brennen, an deren Beantwortung aber die meisten scheitern. Tim Große nimmt sich unerschrocken dieser Themen an.



Zeichnung: Martin Emberger

Liebes Akrützel,
auf dem Campus begegnen mir immer wieder Personen, die augenscheinlich nicht studieren und Pfandflaschen sammeln. Welche Tipps habt ihr zur Vorsorge einer möglichen Altersarmut?

Jelle Stollwerk

Auch eine Frage an den Große?
Dann schreib an:
redaktion@akruetzel.de
oder
Akrützel-Redaktion
Fürstengraben 1
07743 Jena

Zum Glück dauert es noch eine Weile, bis wir in ein Alter kommen, um von zu wenig Rente arm werden zu können. Genug Zeit also, nochmal die alten Knax-Hefte von der Sparkasse durchzublättern, um nachzuschauen, wie das mit dem Sparen so funktioniert. Blöd nur wenn man wie die meisten Studenten nichts zum Sparen hat.

Unsere exekutiven und legislativen Vertreter vom Stura planen dieses Jahr sogar mit 90.000 Euro Defizit. Und? Juckt doch keinen. Mittlerweile starten mehr Leute ein Studium als eine Ausbildung. Da wird sich doch mal jemand ein System ausdenken können, das alle Bewohner dieses Erdenrunds irgendwie durchfüttert. Und wenn nicht, dann latschen wir vielleicht auch mit siebzig noch durch die Uni. Nicht auf der Suche nach Wissen, Lebenssinn und Fortpflanzungspartnern – sondern nach Wärme, Zivilisation und Pfand.

Laut der Uni-Hausordnung, die man nach etlichen Stunden Recherche nicht etwa auf der sympathischen Uni-Homepage, sondern als PDF-Link auf Yahoo findet, ist das auch gar kein Problem. Sie besagt: Gäste dürfen während der Öffnungszeiten die Universität als Körperschaft des öffentlichen Rechts betreten, es sei denn, der Hausherr hat etwas dagegen. Hausherr ist nach Punkt 2.2. der Rektor der Uni, der seit fünf Jahren eigentlich Präsident heißt, da Rosenthal nach 456 Jahren der Erste war, der nicht schon vorher in Jena gewirkt hat.

Beim Lesen der weiteren Paragraphen wäre mir fast die Diskette aus dem Laufwerk gerutscht: So sei die Nutzung privater Rundfunkempfänger vorher unbedingt bei der GEZ anzugeben. Wenn also jemand was in der Mediathek nachschaut, immer dran denken, das auch vorher anzumelden. Sonst: Exmatrikulation. Doof nur, dass es die Gebühreneinzugszentrale genau wie den Rektor nicht mehr gibt. Aber egal, wer liest schon Hausordnungen.

In der Bib, die sich im studentischen Sprech irgendwie gegen die viel coolere Bibo durchgesetzt hat, sieht es ähnlich aus. Auch hier darf während der Öffnungszeiten jedes Lebewesen, das eine transparente Polyethylen-tüte sein Eigen nennt, passieren. Ausleihen dürfen allerdings nur Studierende und Ur-einwohner mit Behausung in Thüringen.

In einem Rainald-Grebe-Song heißt es über den Freistaat „Das grüne Herz Deutschlands / Seit wann sind Herzen Grün? / Grün vor Neid, aufgrund Bedeutungslosigkeit / Grün vor Hoffnung, dass es lange Zeit so bleibt“. Genauso sind wir grün vor Hoffnung mit Hilfe des barmherzigen Bafög-Amtes am Leben zu bleiben, auch wenn die meisten nach dessen Ansicht noch nicht zum Prekariat zählen und genauso viel bekommen wie die Pfandsammlerin für eine leere Flasche überteuerten Smoothie. Nichts. Zum Schluss noch ein Geheimtipp: Am besten jetzt schon das Pfand in den Keller stellen, dann muss man es mit 69 nicht draußen im Park suchen.

Tim Große

„Wenn alles gut läuft, muss man uns eigentlich erst aufsuchen, um sein Zeugnis abzuholen“, erklärt Elke Netz. Sie leitet mit dem ASPA das größte Prüfungsamt der Universität, das für etwa die Hälfte der Studierenden, vorwiegend aus den Geistes- und Sozialwissenschaften und dem Lehramt, zuständig ist. Obwohl der Großteil laut Netz „einfach durchstudiert“, gehört für viele der Gang zum Prüfungsamt zum Studium dazu. Die Gründe dafür sind vielfältig und oft komplex.

Auch Lukas [Name von der Redaktion geändert] hatte keine Probleme im Studium, bis er im dritten Semester bei einer Hausarbeit durchfiel. „Das hat in mir irgendetwas getriggert“, sagt der Lehramtsstudent der Fächer Deutsch und Geschichte, dem zuvor alles gelungen war. In den folgenden Wochen konnte er nichts mehr essen, ohne sich zu übergeben, wachte nachts wie gelähmt auf und hatte immer wieder Heulkrämpfe und Zitteranfälle. Ein Arzt diagnostizierte Angststörungen und Depressionen. Bis heute, fünf Jahre später, hat er panische Angst vor Hausarbeiten.

Seitdem hatte Lukas aufgrund seiner Erkrankung mehrmals mit dem ASPA zu tun. Einmal wollte er von einer Prüfung zurücktreten und ließ sich dort beraten. Er stellte einen Antrag an den Allgemeinen Prüfungsausschuss, denn nur der darf darüber entscheiden. Um sein Anliegen überzeugender zu machen, ließ er sich die Notizen seines Psychotherapeuten geben. Lukas kritisiert, dass nicht transparent genug sei, wonach der Ausschuss entscheide. Die Studierenden gäben dadurch eher zu viel als zu wenig von sich preis: „Ich mit einer psychischen Erkrankung muss mich nackt machen.“

Im Sinne der Studierenden

Adrian Simpson ist Professor für Sprechwissenschaft und sitzt dem Prüfungsausschuss vor. Er erwidert: „Wenn ein Antragsteller aufgrund eines psychischen Leidens mit dem Studium Probleme hat, dann müssen

wir das wissen.“ Simpson beteuert, dass das Gremium vertraulich mit den Informationen umgehe und keine Namen kenne. Für einen Antrag sei eine Begründung oder ein ärztliches Attest eben wichtig. „Bei Krankheit, Familien- oder Beziehungsproblemen und so weiter entscheiden wir aber in der Regel für die Studierenden.“

Das Gremium besteht aus sechs Lehrenden und drei Studierenden, die von den Fakultätsräten gewählt werden. „Alle Anträge, die wir bearbeiten, sind eigentlich Sachen, die aufgrund der Prüfungsordnungen von vornherein abgelehnt werden müssten“, fasst Simpson die Fälle – von der nachträglichen Prüfungsanmeldung über Notenanfechtungen bis zum Rücktritt – zusammen. Im Jahr 2018 verhandelte der Ausschuss etwa 1.100 Fälle und entschied zu 76 Prozent im Sinne der Studierenden.

„In eine Entscheidung fließen viele Faktoren ein“, erläutert Simpson. Ob die Person kurz vor dem Abschluss steht oder beim zweiten Härtefallantrag noch nicht einen Punkt auf dem Konto hat. Oder ob die Entscheidung eine Benachteiligung anderer darstellt. Für Simpson ist es wichtig, dass Betroffene auch selbst aktiv werden: „Ich will wissen, dass sich jemand selbst hilft oder Hilfe holt, um durch das Studium zu kommen.“

Sich selbst helfen

Lukas hat erst versucht, allein mit der Angst klarzukommen. Während er mündliche Prüfungen „aus dem Ärmel schüttelte“, konnte er bei Hausarbeiten nicht aufhören, sich Gedanken zu machen: „Ich habe pro Tag nur einen Satz geschrieben. Ich konnte immer erst weitermachen, wenn ich damit zufrieden war.“ Zwischenzeitlich stand er kurz davor, das Studium zu schmeißen. Nach zwei Jahren suchte Lukas sich professionelle Hilfe. Für ihn waren die Psychosoziale Beratung des Studierendenwerks und das Schreibzentrum der Universität gute Anlaufstellen, mit deren Unterstützung er seine Ängste

mildern konnte. Wirklich helfen konnten ihm schließlich eine Psychotherapie und Medikamente.

Auch die Studierendenräte an FSU und EAH bieten eine Prüfungsberatung an. Mike Niederstraßer, selbst Bachelorstudent der Soziologie, hatte im letzten Jahr achtzig neue Beratungsanfragen. Manche lassen sich per Mail lösen, andere erfordern jahrelange Begleitung. Er ist kein Rechtsberater, aber gibt Tipps, wie man argumentiert und wohin man sich wenden kann: „Anders als das ASPA nehme ich mir Zeit für längere Gespräche.“

Die Probleme liegen tiefer

In seinem Tätigkeitsbericht spart Mike nicht mit Kritik am ASPA: Unter anderem sei die Aktenführung „nicht des Begriffs wert“, die Beratung teilweise falsch und tendenziös und Anträge würden nicht vollständig gelesen. „Ich verstehe, dass das alles aufwendig ist, aber die Entscheidungen können einen ein Leben lang belasten“, sagt er. Zudem neige die Universität dazu, Verfahren so lange hinauszuzögern, bis die Betroffenen einknickten. „Problemfälle werden uniseitig stets als Einzelfälle, nicht aber als Hinweis auf ein tiefer liegendes Problem angesehen“, meint Mike.

Laut Simpson sei man bei Problemen, die gehäuft auftreten, nicht ganz so untätig: „Da kommt von uns auch schon mal ein strenger Brief an die Kollegen.“ Die Qualität der Beratung im ASPA bewertet Netz selbst als gut und hebt besonders die ständige Erreichbarkeit hervor. Viel Kritik sei zudem nicht wirklich an das Amt gerichtet, sondern betreffe die Prüfungsordnungen der Fakultäten, an die man gebunden sei. Lukas findet dennoch, dass das ASPA noch klarer kommunizieren könne, „um seine Bedrohlichkeit zu verlieren“.

Die Probleme sind für ihn grundlegender: „So wie das System Universität jetzt funktioniert, ist es nicht gerecht. Ich kenne reihenweise Leute, die ausfallen. Leute in der Tagesklinik, in Therapien, im Freisemester. In meinem Jahrgang kommt da

bestimmt eine kleine Schulklasse zusammen.“ Das hat ihm zufolge auch mit den engen Grenzen der Prüfungsleistungen zu tun. Obwohl er Lehrer werden will, muss er fast nur Hausarbeiten schreiben, anstatt praxisnähere Prüfungen. „Ich habe jede Option wahrgenommen, Hausarbeiten zu vermeiden. Und trotzdem habe ich in meinem Studium sechzehn geschrieben.“ Lukas plädiert für eine flexiblere Wahl der Prüfungsform und die Möglichkeit, Abgabetermine einfach verschieben zu können. Dass die Universität durchaus zu Veränderungen bereit ist, zeigte sich im letzten Sommer. Der Senat legte die Anmeldefrist für Prüfungen auf zehn Wochen nach Vorlesungsbeginn fest. Pro Studienfach gibt es seit dem Wintersemester 2018 außerdem einen Drittversuch, der ohne Angabe von Gründen gewährt wird. Netz erhofft sich von der neuen Regelung weniger Anträge: „Wir schreiben auch lieber Zeugnisse.“

Simpson wäre am liebsten noch weiter gegangen. Er forderte die An- und Abmeldung über Friedolin bis zwei Wochen vor Prüfungszeit. Laut ASPA sei das für die Planung von speziellen Lehrveranstaltungen wie Sport- und Laborkursen oder Praktika jedoch schwierig. Auch die Friedolin-Technik meldete technische Bedenken. Netz rät Studierenden, sich innerhalb der regulären Frist erst einmal für alles anzumelden. „Raus kommt man

leichter“, erklärt sie, nämlich bis zwei Wochen vor Vorlesungsende.

Mehr Dialog

Einig sind sich Uni und Studierende, dass mehr Dialog über Prüfungsprobleme allen gut tut. Lukas findet es „wichtig, darüber zu reden, weil es so viele gibt, die das betrifft“. Simpson betont, dass Studierende bei ihm „immer willkommen“ seien. Und Mike ermutigt Studierende dazu, sich bei der Neugestaltung der Prüfungsordnungen zu engagieren. Bis zum 30. September müssen diese dem neuen Thüringer Hochschulgesetz angepasst werden. Vor Kurzem hat auch der Sturaden Arbeitskreis ASPA wiederbelebt und sucht nach Interessierten.

„Wir schreiben auch lieber Zeugnisse“

Wie viele andere Studierende sitzt Lukas zurzeit wieder jeden Tag in der Thulb und schreibt an seiner Abschlussarbeit. Vor Kurzem hatte er einen Rückfall und konnte mehrere Wochen nicht weiterarbeiten. Da er ein Staatsexamen ablegt, beantragte er beim Landesprüfungsamt eine Schreibzeitverlängerung. Mittlerweile weiß er genau, wie das Verfahren läuft. Lukas hat jetzt einen Monat länger Zeit. Wie immer hat er trotzdem daran gezweifelt, dass sein Antrag durchgeht.

Robert Gruhne

HÄUFIGE FRAGEN:

Welches Prüfungsamt ist für mich zuständig?

Generell hat jede Fakultät auch ihr eigenes Prüfungsamt. Die Philosophische sowie die Theologische Fakultät und die Fakultät für Sozial- und Verhaltenswissenschaften haben ein gemeinsames: das ASPA. An der EAH sind die Prüfungsämter nach Fachbereichen eingeteilt.

Wo finde ich meine Prüfungsordnung?

Seine eigene Prüfungsordnung sollte man sich wenigstens einmal angeschaut haben. Man findet sie auf den Seiten der Fakultät (FSU) oder des Fachbereichs (EAH). Einige Prüfungsämter wie das ASPA bieten außerdem online Infos zu den am häufigsten gestellten Fragen an. Dort findet man auch alle Fristen und Termine, beim ASPA zum Beispiel unter dem komplizierten Namen „Prüfungsablaufplanung“.

Wer hilft mir weiter?

Hilfe bei Prüfungsfragen gibt es in den Prüfungsämtern und bei der Zentralen Studienberatung im UHG. Man kann sich auch direkt an die Mitglieder der Prüfungsausschüsse wenden. Die Studierendenräte bieten eine Prüfungsberatung von Studierenden für Studierende an. Hapert es mit dem Schreiben, kann das Schreibzentrum der FSU in der Zwätzengasse helfen (siehe Seite 12). Auch die allgemeine und psychosoziale Beratung des Studierendenwerks steht allen offen.



Appetitlosigkeit

Ingwer-Tee | klarer Kräuterschnaps | das Lieblingsessen vorstellen | Foodporn auf Instagram | kleine Snacks und Salzstangen in Griffweite haben

Innere Unruhe

Stream of Consciousness | eine Viertelstunde joggen gehen mit anschließendem Sprint | ein Wohlfühl-Kinoabend | pflanzliche Beruhigungsmittel | ein Gespräch mit guten Freunden

*Max, Medizinstudent im fünften Semester
Erfahrungsbericht zu Autogenem Training*

Im Fachgebiet Psychosoziale Medizin lernte ich durch die Psychoonkologin Prof. Magdalena Kaczmarek autogenes Training kennen. Das ist eine Entspannungsmethode, die über Autosuggestion, also die Selbsthypnose, funktionieren soll. Schon nach zehn Minuten stellte sich ein Effekt ein: Langsam entkoppelst du dich von den Aufgaben im Hinterkopf, machst dich leer und lenkst die Konzentration auf basale Körperfunktionen wie auf die Atmung. Beispielsweise wird bei einer Sitzübung der Oberkörper auf den Oberschenkeln abgelegt und der Kopf sowie auch die Arme einfach hängen gelassen. Dabei wird tief in den Bauch geatmet. Du spürst, wie sich der Brustkorb hebt und senkt, sich dein Gewicht in den Stuhl drückt. Es stellt sich ein Aufmerksamkeitsverschiebung ein, weil du dir sagst: „Deine Arme werden ganz schwer“ oder „Dein Atem fließt ganz ruhig und gleichmäßig“. Dann vergisst du für eine kurze Zeit, was dir Angst macht, kannst Abstand gewinnen, vielleicht die Perspektive ändern und zu dem Schluss kommen, dass alles eigentlich nur halb so wild ist.

PRÜFUNGS- STRESS? WAS TUN GEGEN...



Schlaflosigkeit

Heiße Milch mit Honig | Baldrian-Tee | ein Glas Rotwein | heißer Apfelsaft mit Gin, ein heißes Bad mit Duftöl | Sex | kaltes Licht vermeiden To-Do-Liste für den nächsten Tag erstellen | Duden lesen

Übelkeit

Fenchel-Anis-Kümmel-Tee (ohne Zucker) | Wärmflasche, tiefe Bauchatmung | ein Spaziergang Worst-Case-Szenario visualisieren | an den Moment nach der Prüfung denken | laut zu sich selbst sagen: Ich schaffe das!

*Emma, Politikwissenschaftlerin im achten Semester
Erfahrungsbericht zu Aromatherapie*

Mitten in der Prüfungsphase freute ich mich über ein aufmunterndes Päckchen von einer lieben Freundin aus Bayern. Sie schickte mir einen Aroma-Roll-On in Lippenstiftgröße mit den Worten: „Das soll dir gegen den Stress helfen“. Nicht vom Arzt verschrieben, aber in ihrer Wirksamkeit bestätigt, können ätherische Öle den Gemütszustand beeinflussen. Der Geruch von Zitrusfrüchten wirkt aktivierend, während zum Beispiel Lavendel bei der Entspannung hilft. Im Gehirn werden bestimmte Areale angesprochen, die für Triebe und Gefühle zuständig sind. Mein Roll-On erinnerte mich an die *nimm2*-Bonbons, die es oft bei meinen Großeltern zum Naschen gab. Die Gedanken daran lösten gemischte Gefühle von Geborgenheit und Strenge aus und steigerten mein Wohlbefinden. Aber vor allem änderte das Aroma der Bonbons in der Nase meine Einstellung zu vor mir liegenden Aufgaben. Ich wollte sie anpacken, weil ich mich sicherer fühlte und dadurch die Angst vor dem Versagen weniger spürte.

Motivationslosigkeit

Hampelmann machen | Koffein oder Teein | Motivationsstrategien (Tipp: fünfzehn Minuten-Ratgeber hören auf Blinkist) | Pomodoro-Technik | aktivierende Musik | Sonne tanken | sich selbst anlächeln | sich herausputzen

Überlastung

Überbelastung CampusCouch | Psychosoziale Beratung (Termin ausmachen) | ein Hobby oder Handwerk suchen | zu sich selbst sagen: „Ich werde gebraucht“

HAUSARBEIT IN NACHTSCHICHT

Wer sich kurz vor dem Abgabetermin zurück in die Vergangenheit wünscht, für den sind Doc Braun und seine Tutoren vom Schreibzentrum da.

Kaum einer schreibt auf Anhieb den perfekten Text. Ob ängstlicher Ersti oder alter Prokrastinationshase im zehnten Semester, viele haben Probleme mit dem Schreiben. Und all denen, die sich damit angesprochen fühlen, steht das Schreibzentrum mit seinen Tutoren zur Seite.

Für alle, die Abgabefristen gerne bis aufs Letzte auskosten, wird auch in diesem Semester am 7. März wieder *Die Lange Nacht der aufgeschobenen Hausarbeiten* ausgerichtet. „Das hat

Workshops und Rahmenprogramm statt.

Auch wenn der Großteil der bis zu 200 Teilnehmer dann zwischen zwei und vier Uhr morgens geht, stehen die Mitarbeiter des Schreibzentrums den Hartgesottenen bis zum Ende bei. Lohn für die letzten Standhaften dieser langen Nacht soll aber nicht nur die hoffentlich gelungene Hausarbeit sein. „Am Ende gegen halb sieben sind dann vielleicht noch fünfzehn oder so übrig und für die gibt

gibt er zu, „angefangen damit, dass ich sie erst zu lange hinausgeschoben und das dann in so einer Hausrück-Aktion in den letzten Tagen geschrieben habe.“ Diese Erfahrungen hätten dazu geführt, dass er sich für ein Schreibzentrum stark gemacht hat. Sein Ziel ist es, das Schreiben an sich mehr in den Mittelpunkt zu rücken. „Schreiben ist ein Prozess, und kein Text ist auf Anhieb fertig und gut“, weiß Braun.

Das Schreibzentrum bietet unter der Woche regelmäßige Sprechstunden mit Tutoren aus der Studierendenschaft an, da es leichter fällt, mit jemandem auf Augenhöhe über seine Probleme zu reden. Zusätzlich dazu gibt es auch immer wieder Workshops rund ums Thema Schreiben und natürlich ein Mal im Jahr *Die lange Nacht der aufgeschobenen Hausarbeiten*.

Dennoch möchte Braun betonen, dass das Herauszögern von Hausarbeiten nicht Sinn der Sache sei: „Wir wollen ja nicht das Aufschieben unterstützen, sondern etwas dagegen tun.“ Braun ist vor allem wichtig, dass Studierende eine

positive Beziehung zum Schreiben entwickeln und die Hausarbeit vielleicht sogar als ein kleines geistiges Abenteuer betrachten können. Dafür, sich vor der Arbeit zu drücken, wird von ihm niemand verurteilt, denn er weiß: „Aufzuschieben, was einem vielleicht unangenehm ist, ist total menschlich.“

Marcel Haak



Verdientes Sektfrühstück!
Foto: Julian Hoffmann

einen ganz irren Effekt, wenn man nicht alleine ist, sondern um sich herum Leute sind, die eben dasselbe tun, die ebenfalls mit dem Schreiben ringen. Das motiviert“, beschreibt Peter Braun. Neben den angebotenen Workshops rund ums Thema Hausarbeit und der individuellen Beratung durch Tutoren sieht er in der gebotenen Atmosphäre einen weiteren Nutzen. Für die Nacht bündeln das Schreibzentrum mit dem Leiter Peter Braun und Mitarbeiter der Thulb ihre Kräfte, um zum Beispiel Vorträge zur Literaturrecherche zu halten und generell beim Schreiben zu helfen. Zwischen 18 und 24 Uhr finden

es dann Sektfrühstück“, sagt Braun.

Das Schreibzentrum als solches ist an Unis noch eine relativ junge Einrichtung. Früher habe es kaum Hilfe gegeben, erklärt Braun: „Ich erinnere mich an eine Sprechstunde in einem Nebenfach von mir, da gabs einen einzigen Professor, der stärker auf das Handwerkliche des Schreibens eingegangen ist“, durch dessen Bestreben 2011 auch an der FSU ein Schreibzentrum gegründet wurde, damit es den Studierenden heute nicht so ergeht wie ihm damals. „Ich hätte mir ein Schreibzentrum sehr gewünscht; Hausarbeiten sind mir überhaupt nicht leichtgefallen“

AUFRÄUMEN AUF JAPANISCH

Was macht die KonMari-Methode aus? Und wo wird wirklich aufgeräumt – nur im Haus oder auch im Kopf?

Im Prinzip ist es in jeder der acht Folgen der gleiche Ablauf: Marie Kondo, Japanerin, zweifache Mutter und Ordnungs-Guru, kommt und stellt sich dem Haus vor und erklärt den Bewohnern die *KonMari-Methode*. Diese besteht aus fünf Lektionen, die immer in dieser Reihenfolge abgearbeitet werden: Kleidung, Bücher, Papierkram, *Komono* (das heißt Küche, Bad, Garage, Kleinkram) und Emotionales.

Dargestellt werden Stereotype: Eine Familie mit kleinen Kindern, eine mit Teenagern und eine materialistische, ein Messi-Rentnerpaar und eine trauernde Witwe, zwei junge Gay-Couples und ein Pärchen mit Schuhtick. Jeder kann sich in einer oder mehreren der acht Folgen wiederfinden.

Entweder findet man es absoluten Quark, sich bei jeder durchgelatschten Socke zu bedanken, kann sich mit der Methode grundlegend anfreunden oder macht es zum neuen Inbegriff des Daseins. Es darf natürlich nicht vergessen werden, dass Kondo aus einem ganz anderen Kulturkreis kommt und wir mit unserer europäischen Prägung oft dazu neigen, mit dem Kopf zu schütteln. Aber vielleicht ist das auch etwas, was wir von der Serie lernen können: offen sein für Neues und Anderes.

Mehrwert oder
Symptombekämpfung?

Nehmen wir uns die erste Folge einmal genauer vor: Das Problem einer jungen Familie, nicht genug Zeit füreinander zu haben, gestresst und müde zu sein, lässt sich wohl kaum mit einem Staubwedel wegwischen. Es muss innerlich aufgeräumt, sortiert und vor allem priorisiert werden, denn die Arbeit, ob im Beruf oder zuhause, wird nicht weniger. Dem überarbeiteten Vater steht es frei, seine Kinder als Priorität zu setzen und in der gemeinsamen Zeit die Arbeit auszuklammern.

Der Mutter, der der Haushalt über den Kopf wächst, obliegt es, sich Freiräume zu schaffen, dazu müssen natürlich die Kinder lernen, sich selbst zu beschäftigen und Verantwortung für ihre eigenen Sachen zu übernehmen. Und das gegenseitige Entlasten ist natürlich auch immer eine Möglichkeit. Keine Lösung ist, sich Hilfe ins Haus zu holen, um die Symptome zu bekämpfen, denn sollte diese wegfallen, ist das Problem immer noch da.

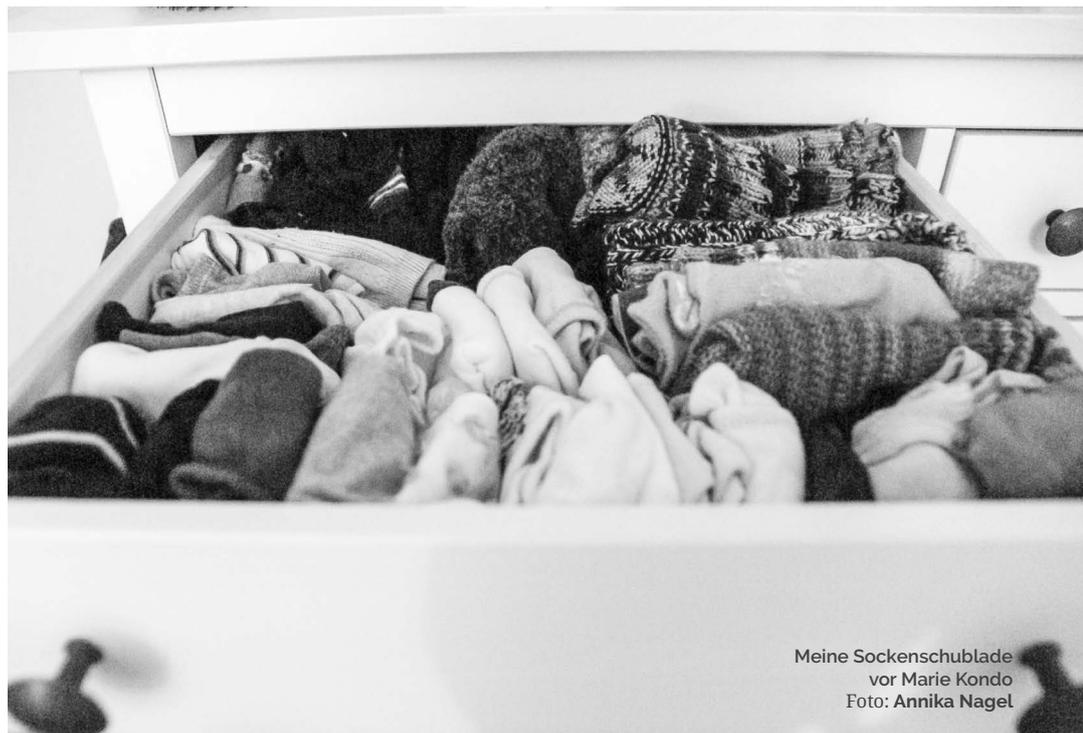
Mehr als nur Aufräumen?

Ein grundlegender Sinn für Ordnung, dass jede Sache seinen Platz und damit eine Daseinsberechtigung hat, kann nicht nur ein positives Bild für andere sein, sondern auch für die eigene innere Ordnung. Was kann Kondo denjenigen noch beibringen, die nicht wie die vorgestellten Personen bereits von Haus aus einen guten Ordnungssinn besitzen? Ein paar Tricks und Kniffe in der Faltechnik der Kleidung sind nicht zu verachten, aber

entscheidender ist die menschliche Tendenz, Gesehenes nachzuahmen. Spätestens nach der dritten Folge ist das Kribbeln in den Fingern so stark, dass man direkt in einen Aufräumrausch verfällt.

Was leistet Kondo wirklich? Sie motiviert und leitet Leute aus ihrer selbstverschuldeten Unordnung hin zu einer geordneten Grundlage für die Zukunft. Was die Show ausmacht, ist nicht die Methode, denn die kann jeder nachlesen und selbst ausprobieren, sondern die Begleitung durch eine unparteiische Person. Anscheinend schaffen wir es nicht selbst, uns aus unserer vertrackten Lage zu befreien. Wir brauchen jemanden, der uns in den Hintern tritt, aber uns gleichzeitig aufmuntert und nicht verurteilt. Kondo macht das, auf eine ruhige und positive Weise, ohne Druck und mit einer Frisur wie aus Beton.

Annika Nagel



Meine Sockenschublade
vor Marie Kondo
Foto: Annika Nagel

DIE WÄNDE SCHWINDEN LASSEN

*Träumerische
Klangwelten und
Gitarren, die sich
wie Kaugummi
ziehen – So hört
sich Yellow Walls
auf dem aktuellen
Album der Leip-
ziger Band Wooden
Peaks*



UKW 103.4 | www.campusradio-jena.de

**CD der Woche zum
Nachhören unter:**

<https://tinyurl.com/y8939ao2>

Yellow Walls – das sind Grenzen, die nicht als solche gesehen oder ernst genommen werden wollen. Sebastian Bode und Jonas Wolter, auch bekannt als **Wooden Peak**, malen lieber Mauern an und lassen sie verschwinden, als sie wie Grenzen in ihr Leben zu lassen. Das Duo aus Leipzig veröffentlichte am 18. Januar mit **Yellow Walls** sein viertes Studioalbum. Darauf zu finden ist eine träumerische Mischung aus Lo-Fi, Indie Pop und Electronica. **Low Fidelity** beschreibt einen Musikstil, der aktuell besonders durch Künstlerinnen und Künstler wie **Mac DeMarco**, **King Krule** oder **Yellow Days** an Popularität gewinnt und darauf abzielt, einen Sound zu produzieren, dessen Soundqualität bewusst geringer ist als in aktuellen Standards. Eine nostalgische Ästhetik soll damit aufgefangen werden.

„Der Release ist praktisch ein Destillat aus dem, was uns in unserer Musik wichtig ist, ohne dass es glatt und oberflächlich wirkt. Es sollte, wie immer, authentische Musik sein, mit der ausgiebig getourt wird“, beschreibt Wolter das Album. Sebastian Bode produzierte schon früh elektronische Musik für Film und Rundfunk. Nachdem beide bereits in einem experimentellen Ensemble zusammen spielten, entstand vor zehn Jahren das gemeinsame Projekt **Wooden Peak**. Mittlerweile haben Bode und Wolter ein eigenes Studio in Leipzig und arbeiten darin an verschiedener Musik, beispielsweise auch an Projekten für Museen.

Das Album **Yellow Walls** besticht durch seinen minimalistischen, gedämpften Sound, der an Bands wie **The Notwist** denken lässt. Jedes Lied ist ein in sich geschlossenes Werk, welches sich dennoch gut neben den anderen einreihet. Die Melodien klingen exquisit und zart. Mit jedem Hören treten neue Klangelemente ins Bewusstsein, ohne dabei zu überwältigen.

Schritt für Schritt arbeiteten **Wooden Peaks** über einen Zeitraum von einem Jahr an den neuen Liedern. Das entstandene Album wirkt wie eine in sich stimmige Mischung aus

melodiegetriebenen und experimentelleren Stücken. Zu den ersteren gehören Tracks wie **Swarm** oder **Stitch**. Der Gesang Wolters ist dort präsenter als in anderen Songs, aber behält immer noch einen reduzierten Charakter, fast so als würde er sich durch **Wooden Peaks** Klangwelt mogeln. In **Swarm** beispielsweise fächert sich die Melodie mithilfe von Bass, Xylophon und Perkussion immer weiter auf und kommt zu der einsetzenden Gitarre, welche leichtfüßig vor sich her tanzt, hinzu.

Etwas experimenteller wird es bei Songs wie **Wires**, **Wednesday** oder **Lamp**. **Wires** beginnt mit einer Stimmung, die sich wie die Abenddämmerung anschleicht, in den Ohren hallt und nur noch durch Bodes schepperndes Schlagzeug aufgerissen wird. In dem Song **Lamp** schaffen **Wooden Peak** eine sich immer weiter ausbreitende Klangwelt. Gitarrentöne ziehen sich wie Kaugummi durch das Lied und erinnern an **Psychedelic Rock** aus den Siebzigern. Perkussion, zurückhaltende Drums und eine Fußorgel schlagen wie Wellen sanft gegen ein imaginäres Ufer und elektronische Klänge blinzeln gegen Ende des Tracks durch die Melodie. Das letzte Lied auf dem Album, **Zeep**, kommt schließlich wie ein kleiner Geheimtipp daher: Das Instrumentalstück findet eine Balance zwischen Elektronik und Jazz und besticht durch seine sanften Töne.

Yellow Walls ruft eine Tiefenentspannung hervor, welche man am besten alleine über Kopfhörer mit gutem Stereosound genießt. Das Leipziger Duo überzeugt mit seinem minimalistischen Sound, bei dem die Elemente wie Schichten übereinandergelegt werden, als würden Bode und Wolter einen Teppich weben. Jedes Element klingt so, als wäre es bewusst platziert. Und so kann man sich mit **Yellow Walls** gut auf einem gemütlichen Sessel platzieren, lauschen und seine eigenen Wände im Kopf verschwinden lassen.

Louisa Neitz

DIE KRONE DER SCHÖPFUNG

In dieser Serie widmen wir den vermeintlichen und echten Meisterwerken unsere Liebeserklärungen und Hasstiraden. Diesmal: Der Stöckelschuh

Stiefel, Sandalen, Sneakers, Balloons, Gummistiefel, Flip-Flops – die Spezies Schuh hat sich über einen langen Zeitraum hinweg auf unserem Planeten ausgebreitet. In jeder Form und Farbe, passend zu jedem Anlass und jeder Stimmung, in der sich ihre Herrchen und Frauen gerade befinden, lassen sie sich immer wieder bereitwillig adoptieren. Ganz besondere Aufmerksamkeit darf dabei auf eine bestimmte Art gelegt werden: den Stöckelschuh.

Er bildet eine Kategorie, die sich in viele Unterarten aufteilen lässt. Von Sandaletten über Pumps zu Stiletto und High Heels – meist werden diese Begriffe trotz unterschiedlicher Merkmale der einzelnen Arten synonym verwendet. Aber nur um das mal klarzustellen: Pumps sind geschlossene Halbschuhe ohne Riemen mit formvariierendem Absatz zwischen drei und neunzehnhalb Zentimeter Höhe. Ab zehn Zentimeter fangen die High Heels an, die ebenso wie Sandaletten von Pumps zu unterscheiden sind. Die Bezeichnung Stiletto, italienisch für *kleiner Dolch*, bezieht sich in erster Linie auf die Form des Absatzes, der sehr dünn ist und deshalb auch Bleistiftabsatz genannt wird.

Absatzpflicht für den modischen Mann

Bis zum Beginn der Französischen Revolution galten Schuhe mit hohen Absätzen als Zeichen aristokratischer Herkunft. Anders als heute hatten die hohen Schuhe gerade für Männer eine große Bedeutung. Louis XIV. kaschierte mit Pumps seine überschaubare Körpergröße und erklärte das Tragen von Absatzschuhen für Männer sogar zur Pflicht. Zum typischen

Damenschuh wurden sie erst gegen Ende des 19. Jahrhunderts, was jedoch nicht heißt, dass der Stöckelschuh vorher nur von Männern geschätzt wurde. Adelige Frauen trugen mitunter so hohe Schuhe, dass sie sich nur mithilfe eines Dieners fortbewegen konnten.

Doch Absätze hatten durchaus einen Sinn. Sie verhinderten zum Beispiel, dass die Stiefel beim Reiten aus den Steigbügeln rutschten oder dienten dazu, dem Schmutz der Straßen zu entgehen.

„Give a girl the right shoes, and she can conquer the world.“

Mehr als nur ein Accessoire

Heute kann der Stöckelschuh sich ganz auf das modische Selbstgefühl und die Freude seiner Träger und Trägerinnen konzentrieren. Auf Stöckelschuhen einen Raum zu betreten, kann viel verändern. Es ist nicht möglich, mit eingezogenen Schultern und gesenktem Kopf hineinzuschlurfen, als trüge man die durchgelatschten Flip-Flops des letzten Familiensommerurlaubs. Elegantes

Laufen mag als Herausforderung gelten, aber als eine, der man mit aufrechter Körperhaltung und erhobenem Kopf begegnet; Eleganz, Zielstrebigkeit und Selbstsicherheit in einen Auftritt verpackt. Eine Form von Magie, die vom Einfluss unzähliger Ikonen geteilt und von Marilyn Monroes Worten auf den Punkt gebracht wird: „Give a girl the right shoes, and she can conquer the world.“

Designer Christian Louboutin, bekannt durch die unverwechselbare rote Sohle seiner Schuhe, betont die Fähigkeit der Absätze, besonders Frauen Stärke zu verleihen: „A shoe is not only a design, but it's a part of your body language, the way you walk. It's more about an attitude. High heels empower women in a way.“

Vielleicht kommt nicht jedem Vertreter der Spezies Schuh dieselbe Bedeutsamkeit zu wie den Glasschuhen in Cinderella oder den *Ruby Slippers*, die Dorothy Gale 1939 in *Der Zauberer von Oz* trug, doch tragen Stöckelschuhe für jeden Träger einen ganz eigenen individuellen Zauber in sich.

Lenah John



Unter 5 cm ist barfuß
Collage: Lenah John

Queers aller Fachrichtungen vereinigt Euch!

Seit dem Wintersemester 2018/19 gibt es sie wieder: die AG Queer. Wir haben uns zum Ziel gesetzt, queere Themen und Menschen an der Hochschule zu vertreten sowie aufzuklären und in der Hochschule mindestens für mehr Sichtbarkeit zu sorgen. Die queere Community befasst sich vor allem mit vielfältigen Lebens- und Liebesweisen. Diese Beschreibung ist natürlich nur sehr grob und wir wissen auch aus eigener Erfahrung, wie komplex einige Themen und mit diesen in Verbindung stehenden Konzepte sind. Bei uns sind alle, die an dieser AG interessiert sind, herzlich eingeladen, unserer noch kleinen Gruppe beizutreten. Hierbei kannst Du dich so engagieren, wie Du möchtest und Deine Fähigkeiten und Interessen gewinnbringend einsetzen. Denn: die AG Queer ist das, was Du aus ihr machst! Mehr Infos: stura.eah-jena.de/ag-queer



Zur Weihnachtsfeier (links) gab es auch einen Bastelworkshop zum Thema Upcycling, organisiert durch den FSR Sozialwesen. Auch bei Spieleabend im Januar hatten alle viel Spaß und wünschten sich eine Wiederholung. (Fotos: Kristina Worch und Lukas Spantzel)

Nachlese zu den Veranstaltungen des StuRa

Der Studierendenrat hat sich zum Ziel gesetzt mehr Aufmerksamkeit für seine Arbeit unter den Studierenden zu schaffen, die verschiedenen Fachbereiche untereinander besser zu vernetzen und dadurch neue Impulse für alle entstehen zu lassen. Um eine Plattform für solche Begegnungen zu bieten, setzte der StuRa dieses Semester mehrere Veranstaltungen um, die in Zukunft regelmäßig stattfinden sollen. Es begann mit der Vorstellung des StuRas zum Erstsemesterbegrüßungsgrillen. Im November folgte "Mahlzeit! Das Flying Dinner der EAH" bei dem sich Teams aus zwei Studierenden mit Leidenschaft zum Kochen anmeldeten und über einen Abend hinweg, koordiniert durch den StuRa, jeweils zwei andere Teams besuchten, zusammen schlemmten, tranken und lachten. Kurz vor Weihnachten veranstaltete der StuRa zusammen mit mehreren Fachschaften, dem Fachbereich Grundlagenwissenschaften, dem akademischen Auslandsamt und dem Campusradio eine Weihnachtsfeier mit Glühwein, Tombola, Bastelworkshop und vielem mehr. Im Januar folgte ein Spieleabend, der Gelegenheit bot für einen Abend den Prüfungsstress zu vergessen und sich in verschiedenste Gesellschaftsspiele zu stürzen. Wir freuen uns darauf auch in Zukunft diese und weitere Veranstaltungen mit euch zu gestalten und zu erleben.



Folge uns jetzt auch unter [instagram.com/sturaeah](https://www.instagram.com/sturaeah)

Neues aus dem StuRa und den Referaten

Aus dem Lehramtsreferat:

Auf einen schwarzen Tee mit Herrn Holter

Am 23.01. trafen sich Mitglieder des Lehramtsreferats mit dem Thüringer Bildungsminister Helmut Holter. Im Gespräch ging es vor allem um zukünftige Wege des Lehramtsstudiums in Jena. Zur Debatte standen vor allem die Fächerkombinationsvorschriften, das Stufenlehramt und Möglichkeiten der Qualitätssicherung während des Praxissemesters. Es war ein lockeres, angenehmes Gespräch, auf das hoffentlich noch weitere Treffen folgen werden – dann aber vielleicht mit einer oder einem anderen Thüringer Bildungsminister*in.

Elisa Gelmroth

Ausschreibungen des



Der Studierendenrat sucht immer wieder nach neuen freiwilligen Mitarbeiter*innen. Wenn du die Studierendenschaft ehrenamtlich unterstützen möchtest, dann bewirb dich doch einfach auf eine der unten genannten Positionen.

<p>stellv. Haushaltsverantwortliche*r Mitglied der Schiedskommission Delegierte*r und stellv. Delegierte*r für die Konferenz Thüringer Studierendenschaften</p>	<p>(bis 14.02.2019) (bis 14.02.2019) (bis 07.02.2019)</p>
--	--

Ernst-Abbe-Platz

Cafeteria

Carl-Zeiss-Straße



Ausführliche Informationen findest du auf den Informationsflächen bei den StuRa Räumen oder im Internet unter stura.uni-jena.de





Donnerstag, 31.01.

- 19:30 Denk-Bar – Das Kabarett mit Robby Mörré, Restaurant Bauersfeld, Bühne
- 20:00 4. Donnerstagskonzert, Volkshaus, Konzert
- 20:00 The Baboon Show, Kassablanca, Konzert
- 20:30 1. Open Training Jenaer Kneipenchor, Kulturbahnhof, Mitmachen
- 21:00 We Are The City + Jan Roth, Café Wagner, Konzert
- 22:00 Colour your night - Pharma Ersti Party, Rosenkeller, Party

Freitag, 01.02.

- 16:30 Jugendarbeit trifft Soziokultur, Kassablanca, Mitmachen
- 19:00 Das Klassentreffen - Das Musikalisch Kriminelle Dinner, Scala - das Turmrestaurant
- 20:00 Mr. Bison (IT) + Nuclear Pillmaschine ... stoner, psych, blues rock from Italy, Kulturbahnhof, Konzert
- 20:00 Caveman: Du sammeln, ich jagen!, Volksbad, Bühne
- 21:00 Smells like Rap [Party!] feat. RabenBau & Upper Class, Café Wagner, Party
- 23:00 Wild Styles Vol. II - Drum ,n' Bass & more, Rosenkeller, Party

Samstag, 02.02.

- 10:00 Stammtischkämpfer*innen-Seminar Argumentationstraining gegen Alltagsrassismus Offene Arbeit/Hinterhaus Erfurt, Mitmachen
- 17:00 Ein Kind macht sich auf den Weg, Vortrag von und mit Claudia Männer und Tenzin Abantu, Kulturlabor, Vortrag
- 19:00 Taskete! supported by JOLLE, Rosenkeller, Konzert
- 22:00 Pump up the 90s, F-Haus, Party
- 22:00 Globalista! in Swing, Kassablanca, Konzert
- 23:00 Rock & R&B, Rosenkeller, Party

Sonntag, 03.02.

- 15:00 Stadtteilkonzert Winzerla 2, Gemeinschaftsschule Galileo Winzerla, Konzert
- 16:00 Peter Pan – Das Nimmerlandmusical, Volkshaus, Bühne
- 17:00 Folk Club: Spezial Kubus, Zentrum für Kultur, Begegnung und Sport, Konzert
- 19:00 The Dark Blue Orchestra, Café Wagner, Bühne
- 20:00 Best Of Poetry Slam, Kassablanca, Bühne

Montag, 04.02.

- 15:00 Sonderkonzert 7 / Neujahrskonzert am Nachmittag, Volkshaus, Konzert
- 20:00 Sebastian ist krank #29, Café Wagner, Bühne

Dienstag, 05.02.

- 19:00 Der Modellvergleich: Solidarische Mindestrente oder Grundrente?, Schmiede 3.0, Vortrag
- 20:00 Live: WIZO „Schönheit des Verfalls Tour“, F-Haus, Konzert
- 20:00 Wiener Gipfeltreffen – Beethoven und Brahms, Volkshaus, Konzert
- 20:30 Kino im Kassa Grabbers, Kassablanca, Kino
- 21:00 Blue Rising Sun - Live in Jena, Café Wagner, Konzert

Mittwoch, 06.02.

- 9:30 Heimat als Utopie und Vision, Vortrag und Diskussion mit Prof. Ilse Nagelschmidt vom Institut für Germanistik der Universität Leipzig, Lutherhaus, Vortrag
- 17.15 Studium Generale „Audiovisuelle Formen der Freundschaft“, Aula der FSU, Vortrag
- 19:00 Jungstötter, Trafo, Konzert

- 19:30 31. BürgerEnergie-Treff
Thema: Projekte unserer
Bürgerenergie-Partner
Genossenschaften, Rathaus
Plenarsaal
- 19:30 Motschekibschens CD Release
feat. The Smashers & Dashi-
nomoto, Café Wagner,
Konzert
- 19:45 Charles Sealsfield und Karl
May Abenteuerromane.,
Volkshaus Raum 10, Vortrag
- 20:00 35mm Kino präsentiert: Full
Metal Jacket, Kino im Schil-
lerhof, Kino
- Donnerstag, 07.02**
- 20:00 Premiere: Das nationale Lied,
Theaterhaus, Bühne
- 20:00 Live: John Garcia & The Band
Of Gold (ex-Kyuss, Hermano,
Unida...) + guests:
Dead Quiet, F-Haus, Konzert
- 20:00 Fanfare Ciocărlia, Volksbad,
Konzert
- 20:00 Fikken - Live at Kassablanca
Turmbühne Punkrockcafé,
Kassablanca, Konzert
- Freitag, 08.02.**
- 19:00 Lydia Benecke: Psychopa-
thinnen, F-Haus, Lesung
- 19:30 Jana Hensel, Wolfgang Eng-
ler: Wer wir sind, Villa Ro-
senthal, Vortrag
- 20:00 Eisenvater + Bellrope, Rosen-
keller, Konzert
- 22:00 Queer Beat Semesterparty,
Kassablanca, Party
- 23:00 Techno-Party: Sinus w/ Mario
Wiedemann & Carlo Bonan-
za, Café Wagner, Party
- Samstag, 09.02.**
- 14:00 FC Carl Zeiss Jena – Karlsru-
her SC, Ernst-Abbe-Sportfeld,
Sport
- 18:00 Mathias Fishedick: „Über-
leben unter Kollegen“, Paradies
Café, Vortrag
- 19:00 Death Metal: Deserted Fear,
F-Haus, Konzert
- 20:30 Basketball: Science City
Jena - Löwen Braunschweig,
Sparkassen-Arena, Sport
- 22:00 Immergrün goes Reggae -
Wiggle & Jiggle, Café Immer-
grün, Party
- 23:00 Rock your space!, Rosenkel-
ler, Party
- Sonntag, 10.02.**
- 10:30 FF USV Jena – FSV Gütersloh
2009, Ernst-Abbe-Sportfeld,
Sport
- 19:00 Psycho-Chor der FSU Seme-
sterabschlusskonzert, Volks-
haus, Konzert
- 19:30 Geschmackskino Film e. V.
Jena, Weintanne, Kino
- 20:00 Wohnzimmerkonzert: For-
mer Child, Kassablanca, Kon-
zert
- Dienstag, 12.02.**
- 20:30 Kino im Kassa: Victoria, Kass-
ablanca, Kino
- Mittwoch, 13.02.**
- 09:30 Rudolf Straubel – Jenaer Wis-
enschaftler zwischen Kaiser-
reich und Nazi-Tyrannie,
Lutherhaus, Vortrag
- 20:00 Dr. Carsten Lekatat: „Ge-
schichten aus der Hausarzt-
praxis“, F-Haus, Comedy
- Donnerstag, 14.02.**
- 00:00 Valentinstag Jena, Mitmachen
- 16:00 Wissenschaftliches Schreiben
kreativ gestalten, Schreibzen-
trum der FSU, Workshop
- 19:00 Künstlergespräch: Laura
Eckert und Stefan Schiek,
Stadtspeicher, Vortrag
- 19:00 Hygge-Konzert zum Valen-
tinstag mit Mindcolor, Holz &
Hygge
- 19:00 Ken Hetzen, Nordic Walking
& Kloststein – CCC meets, Wag-
ner Café Wagner, Konzert
- 19:30 Air Waves (US/Western Vi-
nyl), Glaushaus im Paradies,
Konzert
- 19:30 Schlagerparty mit Freunden,
Volkshaus, Party
- 22:00 Valentinstags-Party, Med-
Club, Party
- Freitag, 15.02.**
- 19:30 Meute, Kassablanca, Konzert
- 23:00 Die große Rose Pfandmarken-
party, Rosenkeller, Party
- Samstag, 16.02.**
- 10:00 Quidditch Ost-Liga-Spieltag,
Universitätssportzentrum,
Sport
- 16:00 Großer Nachtflohmarkt,
Sparkassen-Arena Flohmarkt
- 20:00 Les Yeux D'la Tête: From
Paris with Amour, Volksbad,
Konzert
- 20:00 USA – Der Südwesten Licht-
bildarena, Ernst-Abbe-Platz,
Bühne
- 23:00 It's a punky reggae party!,
Rosenkeller, Party
- Sonntag, 17.02.**
- 16:00 Ahab / Special Matinee Show,
Kulturnahnhof, Konzert
- Samstag, 23.02.**
- 17:00 Kammerkonzert – Violoncello
und Klavier, Aula der FSU,
Konzert

AKRÜTZEL – gegründet 1989 und herausgegeben von den Studierendenräten der FSU und EAH – erscheint während der Vorlesungszeit alle zwei Wochen donnerstags. Redaktionssitzungen sind öffentlich und finden jeden Montag um 18:00 Uhr im AKRÜTZEL-Büro (UHG, Fürstengraben 1) statt.

Redaktionsschluss der kommenden Ausgabe:
28.04.2019
Das Akrützel Nr. 386 erscheint am:
02.05.2019

Druck: Schöpfel Weimar
Verteilte Auflage: 4000

Kommissarische Chefredaktion: Martin Emberger, Isabella Weigand, Annika Nagel
Titelbild: Dominik Itzigebl, Julian Hoffmann
Schweineillustration: Martin Emberger
Satz und Gestaltung: Annika Nagel
Lektorat: Victoria Müller, Clara Schwarz

Redaktionsmitglieder:
Sophie Albrecht, Mathis Brinkmann, Jessica Bürger, Martin Emberger, Tim Große, Robert Gruhne, Marcel Haak, Julian Hoffmann, Dominik Itzigebl, Lenah John, Johannes Kaiser, Annika Nagel, Lotta Sedlacek Hanna Seidel, Undine von Lucadou, Ariane Vosseler, Isabella Weigand, Charlotte Wolff

Adresse: **AKRÜTZEL**, Friedrich-Schiller-Universität, Fürstengraben 1, 07743 Jena
Telefon: 03641-930991
E-Mail: redaktion@akruetz.de
Internetseite: www.akruetz.de

Namentlich gekennzeichnete Artikel müssen nicht der Redaktionsmeinung entsprechen. Für unverlangt eingesendete Manuskripte besteht keine Veröffentlichungspflicht. Die Redaktion behält sich vor, Leserbriefe zu kürzen. Anonyme Einsendungen landen im Papierkorb. Den Mitgliedern der Redaktion ist die Wahl zwischen generischem Maskulinum und Ausschreibung von männlicher und weiblicher Form freigestellt. Das verwendete generische Maskulinum gilt für alle Geschlechter.

Keine Freunde? Akrützel!

Wie brauchen einen neuen Chefredakteur oder eine neue Chefredakteurin!

Zu deinen Aufgaben gehören unter anderem Heftplanung, Themenfindung, Leitung der Redaktionssitzungen, Betreuung von Anzeigenkunden, die Zusammenarbeit mit Redaktionsmitgliedern, das Layout und das Verteilen der jeweiligen Ausgabe.

Melde dich unter:
vorstand@stura.uni-jena.de