

# INTEGRATIONIST\*IN

Deutschkurs-Magazin der Euro-Schulen Bamberg

Euro  
Schulen

Ausgabe 2022

## Editorial

Liebe Leserin, lieber Leser!

„Das Leben ist zu kurz, um Deutsch zu lernen,“ soll einst der irische Schriftsteller Oscar Wilde gesagt haben. Auch Mark Twain und anderen sagt man dieses Zitat nach.



Wirklich? Laut BAMF begannen 2021 104.000 Kursteilnehmende mit einem Integrationskurs und 60,2% davon erreichten das B1-Niveau. Im Bereich der berufsbezogenen Sprachkurse gab es im vierten Quartal 2020 2.536 Kursstarts. Diese Zahlen zeigen, wie viele Zugewanderte

die Integration versuchen, wissend, dass die Kenntnis der Sprache der Schlüssel dazu ist. Doch wie sehen, wie erleben diese Menschen, die aus anderen Kulturen nach Deutschland gekommen sind, das Leben und den Alltag hier? Wie geht es ihnen? Empfinden sie ihr neues Leben als Bereicherung oder ist es eher beängstigend für sie? Welche Möglichkeiten der Informationsbeschaffung haben sie in schwierigen Situationen wie beispielsweise der Coronapandemie?

Zugewanderte zu Wort kommen zu lassen, ihre Sicht der Dinge schriftlich festzuhalten und der Öffentlichkeit zur Verfügung zu stellen, das ist unser Anliegen und aus diesem Grund gibt es das Deutschkurs-Magazin „Integrationist\*in“. Es ist gefüllt mit authentischen und ehrlichen Texten, die alle von Kursteilnehmenden oder

Ehemaligen der Euro-Schulen Bamberg verfasst wurden. Ich als Projektleitende begleitete die Redakteur\*innen beratend von der ersten Fassung der Artikel bis zu den Endversionen, die Sie in dieser Ausgabe lesen können. Alle Artikel wurden am Ende korrigiert und vorsichtig lektoriert. Unser Bestreben und mein persönlicher Wunsch wären, dass diese aus unserer Sicht mutige Offenheit, die den Texten zugrunde liegt, zu Gesprächen zwischen Zugewanderten und Deutschen führt, sodass Verständnis und Miteinander wächst.

Ihre

Melani Daxer

Projektleitung, zusammen mit dem Redaktionsteam dieser Ausgabe

## Themen dieser

### Ausgabe:

**996 Job versus Gleitzeit:** Unterschiede zwischen Ost und West in der Work-Life-Balance: Seite 2-3

**Sind Sie zweisprachig oder „How are es Dir?“:** Ausländische Kinder in Deutschland: Seite 3

**Lasst uns besser sein!** Die Bedeutung von Weiterbildungen in der Arbeitswelt: Seite 4

**Professionelle Unterstützung durch FT-Redakteurin Ann-Kathrin Thönnies:** Seite 4

**Übung macht den Meister:** Tipps zur Prüfungsvorbereitung: Seite 5

**Klimaveränderung und Umweltschutz:** Seite 6

**In einfachen Worten, wie bei Kindern:** Aufklärung von Zugewanderten über Coronaimpfung unzureichend: Seite 7

**„Die bis jetzt zugelassenen Coronaimpfstoffe sind sicher und zuverlässig“:** Ein Interview mit dem Arzt Khaled Al Skhni über Fragen zu Corona: Seite 7-8

**„Man muss zu ihnen gehen“:** El-Sayed Nofal, Fachmann für die Pflege und interkultureller Gesundheitsmediator, spricht über das Gesundheitsprojekt „MiMi“ („Mit Migranten für Migranten“) und seine Erfahrungen mit Ausländer\*innen in Deutschland: Seite 8-9

**Pakistanisches Biryani:** Ein Rezept von Asma Nawaz: Seite 9



Zeichnung:  
Olga Bialas

**Depression und psychische Verfassung bei syrischen Menschen, die in Deutschland leben:** Seite 10-11

**Öffnungszeiten der Geschäfte in Bamberg:** Seite 11

**Unterschiede zwischen syrischen und deutschen Familien:** Seite 12

**Kinder und Elektrogeräte:** Seite 12

**Interview mit Helga Lang, Arbeitsvermittlerin beim Jobcenter des Landkreises Bamberg:** Seite 13

**Auflösung des Rätsels der letzten Ausgabe:** Seite 13

**Redaktionsteam und Impressum:** Seite 14

# 996 Job versus Gleitzeit

## Unterschiede zwischen Ost und West in der Work-Life-Balance

von Yinghua Fan

Wer kennt das nicht? Stress im Job, weil Kollegen krank wurden und vertreten werden müssen. Oder der Chef macht Druck, weil ein Projekt unbedingt zu einem bestimmten Termin abgeschlossen sein soll. Und all das ausgerechnet dann, wenn der Familienurlaub ansteht, auf den sich alle gefreut haben! Mit der Beschleunigung des Lebenstempos und dem zunehmenden Arbeitsdruck ist der Konflikt zwischen Arbeit und Privatleben in den letzten Jahrzehnten allmählich in den Vordergrund

getreten und zu einem neuen sozialen Risiko geworden, das oft das Wohlergehen der Menschen beeinträchtigt. Dieses Problem ist auf der ganzen Welt verbreitet, ob im Westen oder im Osten.

In den letzten drei Jahrzehnten haben die europäischen Wohlfahrtsstaaten eine Reihe von politischen Praktiken eingeführt, die darauf abzielen, Konflikte zwischen Beruf und Privatleben zu reduzieren und die Vereinbarkeit von Beruf und Privatleben zu fördern. Im Vergleich zum Westen ist Work-Life-Balance im Osten jedoch noch ein relativ neues Thema und sowohl die theoretische Forschung als auch die politische Praxis stecken noch in den Kinderschuhen.

Der Unterschied zwischen Ost und West liegt hauptsächlich in den folgenden drei Aspekten:

### 1. Arbeitsrichtlinien

Ein Work-Life-Konflikt ist in erster Linie ein Konflikt über die Zeit. Daher ist die Verkürzung der Arbeitszeit das wichtigste Mittel zur Förderung der Work-Life-Balance. Obwohl die gesetzliche Arbeitszeit in China nicht mehr als 40 Stunden pro Woche beträgt, haben viele Beschäftigte „996-Jobs“, das heißt, die Arbeitszeiten sind täglich von 9:00 bis 21:00 Uhr, sechs Tage die Woche. Japan ist das einzige Land, in dem es für Tod durch Überarbeitung ein eigenes Wort gibt: „Karoshi“. Denn in Japan leistet etwa ein Viertel der Beschäftigten mehr als 80 Überstunden im Monat und die Überstunden sind oft unbezahlt. Jedes Jahr begehen mehr als 2.000 Beschäftigte Selbstmord aufgrund von Überarbeitung und über 10.000 Beschäftigte erleiden Herzinfarkte oder Schlaganfälle als Folge von Stress am Arbeitsplatz. Im Gegensatz dazu gibt es in vielen westlichen Ländern, so auch in Deutschland, verschiedene Arbeitsformen und Arbeitsverhältnisse wie beispielsweise Gleitzeit- und Teilzeitarbeit, Homeoffice, Minijob und Zeitarbeit. In China gibt es grundsätzlich weder flexibles Arbeiten noch Teilzeit und Homeoffice – was schlecht für die Work-Life-Balance ist und mitunter tragische Konsequenzen nicht nur für den Arbeitnehmenden, sondern auch dessen Familie nach sich zieht, wie dieses Beispiel zeigt:

Eine mir aus Collegezeiten bekannte Frau kündigte ihren Job vor drei Jahren wegen der Geburt ihrer Tochter. Nur ihr Mann verdiente Geld, um die Familie zu ernähren. Als Folge von langjähriger

Hochdruckschichtarbeit, das heißt Zwölfstundenschichten über 14 Tage mit nur zwei freien Tagen, und Überstunden litt er an vielen körperlichen Problemen wie Bluthochdruck. Eines Nachts hatte er zu Hause plötzlich eine Gehirnblutung. Jetzt ist er arbeitsunfähig und nicht in der Lage, für sich selbst zu sorgen. Da er bei seiner Erkrankung zu Hause war, kann dies nicht als Arbeitsunfall gewertet werden. Obwohl ihre Tochter noch klein ist, muss die Frau arbeiten und Geld verdienen, um ihr Kind zu ernähren und die Reha ihres Mannes zu bezahlen. Trotzdem wurde das Haus ihrer

Familie von der Bank beschlagnahmt, weil sie den Kredit nicht zurückzahlen konnten.

### 2. Urlaubsregelung

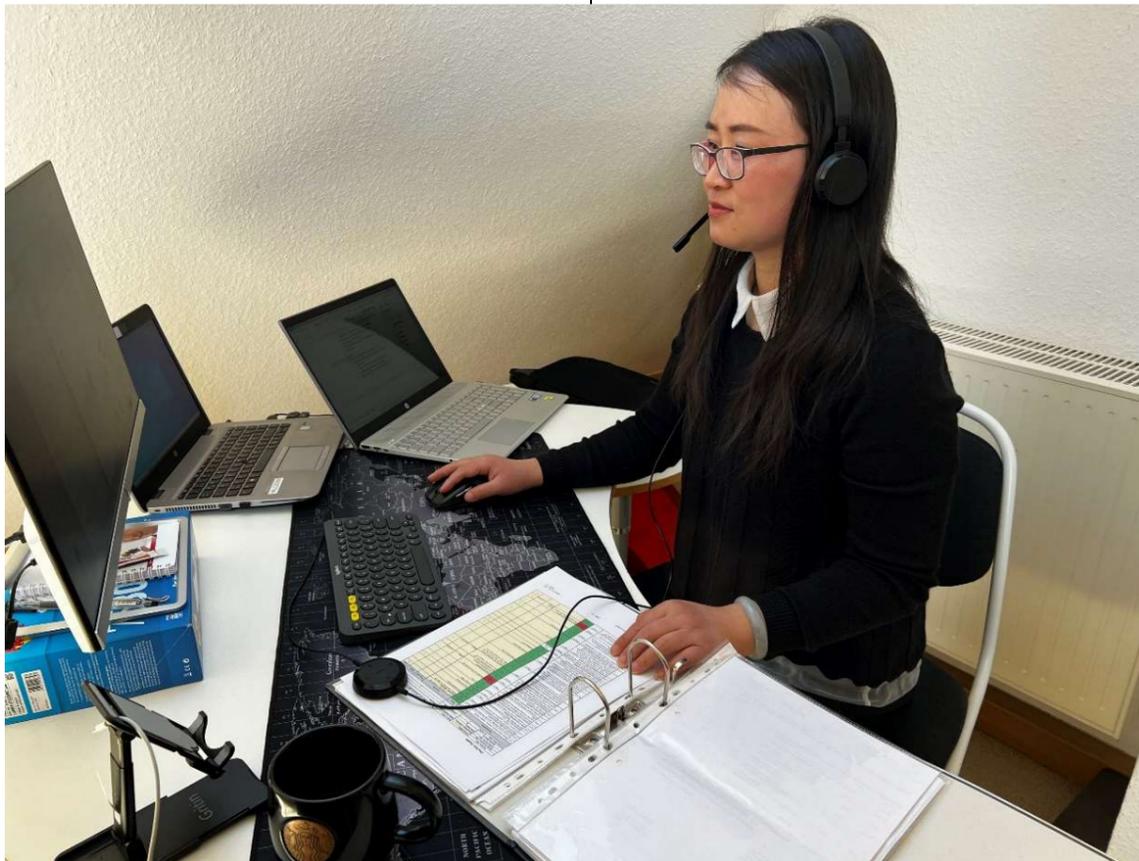
Um den Bedürfnissen der Arbeitnehmer\*innen nach Erholung und Familienpflege gerecht zu werden, bieten Unternehmen beziehungsweise der Staat in vielen wirtschaftlich entwickelten Ländern verschiedene Formen der Freistellung an, hauptsächlich bezahlten Jahresurlaub, Mutterschafts- und Vaterschaftsurlaub und Elternzeit. In Deutschland bieten die meisten Unternehmen 30 Tage bezahlten Jahresurlaub an. In China haben Arbeitnehmer\*innen erst

nach einem Jahr Arbeit Anspruch auf bezahlten Jahresurlaub. Vom ersten bis zum zehnten Jahr können sie fünf Tage Urlaub nehmen, zehn Tage Urlaub nach zehn bis 20 Jahren und 15 Tage Urlaub nach 20 Jahren. Außerdem gibt es in China keine Elternzeit. Etwa ein halbes Jahr nach der Geburt des Kindes muss die Mutter wieder arbeiten, sonst verliert sie ihren Job. Bei mehr als der Hälfte der jungen Mütter kümmern sich deren Eltern um die Kinder. Wer diese Möglichkeit nicht hat, muss mit Karriereachteilen rechnen, wie dieses Beispiel aus meiner eigenen Familie zeigt:

Meine Cousine arbeitete früher bei einem Konzern und machte eine aussichtsreiche Karriere. Sie war schon Abteilungsleiterin! Doch als der Chef von ihrer Schwangerschaft erfuhr, sagte er direkt zu ihr: „Dem Unternehmen wird es nie an Talenten mangeln und es kann keinem die Stelle freihalten. Als Frau musst du zwischen Beruf und Familie wählen.“ Es folgte die Kündigung. Als das Kind mit sieben Jahren in die Grundschule kam, begann sie erneut mit der Jobsuche. Wenn sie krank ist, muss ihr Mann sich von der Arbeit freinehmen, um sich um sie und das Kind zu kümmern. Da es keinen bezahlten Sonderurlaub für diese Situation gibt, ist sein Einkommen dementsprechend geringer.

### 3. Unterschiedliche berufliche Werte

In den meisten östlichen Ländern bildet das Gehalt eine wichtige Grundlage für die Berufswahl. Die Motivation zur Arbeit kommt aus dem Streben nach Reichtum und zeigt die eigene Identität und den sozialen Status. Familie und körperliche Gesundheit werden oft übersehen. Im Gegensatz dazu achten die meisten Menschen in den westlichen Ländern mehr auf das Arbeitsumfeld, die Freiheit und die körperliche und geistige Gesundheit. Dadurch wird die Lebensqualität verbessert.



Mein Mann war vor drei Jahren noch in der Niederlassung eines Unternehmens in China tätig und arbeitet jetzt in der Zentrale in Deutschland. Er hat mir viel über die unterschiedlichen Arbeitsauffassungen von Chinesinnen/Chinesen und Deutschen erzählt. Sein Abteilungsleiter in Deutschland wird nächstes Jahr in den Ruhestand gehen, aber keiner seiner Kolleginnen und Kollegen will die Nachfolge antreten, weil sie denken, dass das Einkommen zwar besser ist, aber die Position als Abteilungsleiter stressiger ist und mehr Zeit und Energie erfordert. Sie verbringen lieber Zeit mit ihrer Familie. Das wäre in China undenkbar. Ein weiteres deutsches Phänomen ist, dass fast niemand im August im Büro arbeitet, weil alle im Urlaub sind. Sie sind im Urlaub völlig unerreichbar, weil ihre Arbeitscomputer und Telefone ausgeschaltet sind. Aber für meinen Mann ist es schwierig, weil er hauptsächlich den asiatischen Markt betreut und viele Kolleg\*innen in Asien sich bei Fragen privat an ihn wenden. Bild Seite 2: Zhang Jiaming

*Kommentar von Yinghua Fan*

**Widme dich dem Moment und lebe ihn!**

*Beruf und Privatleben müssen meiner Ansicht nach unbedingt getrennt werden. Meinen letzten Job übte ich bei einem neu gegründeten Unternehmen aus. Es gab jeden Tag viel Arbeit und es war oft notwendig, Überstunden zu machen oder Arbeit nach Hause zu bringen. Auch schlechte Laune wurde mit nach Hause gebracht. So sehr, dass mein Mann und ich uns oft über meine Arbeit unterhielten. Wenn ich auf Probleme stieß, die die Arbeit betrafen, konnte ich nicht ruhig mit meinem Mann kommunizieren, was zu vielen Familienkonflikten führte. Deshalb empfinde ich es als äußerst wichtig, Beruf und Privatleben zu trennen. Und wenn man im Hier und Jetzt lebt, ist das meiner Meinung nach auch möglich.*

## Sind Sie zweisprachig oder „How are es Dir?“

### Ausländische Kinder in Deutschland

von Olga Bialas

In Deutschland leben viele ausländische Kinder. Einige wurden in Deutschland geboren, andere kamen im Vorschul- oder Schulalter hierher. Viele Menschen fragen sich, ob diese Kinder zweisprachig sind. Wie kommen sie in der Schule, im Kindergarten, im Geschäft zurecht? War der Umgebungswechsel für sie so stressig, wie es scheinen mag? Meine Erfahrung ist: Den größten Stress haben die Eltern aus Sorge um ihre Kinder. Kinder hingegen nehmen die Situation ganz anders wahr. Beim Spielen denken sie nicht so sehr darüber nach, dass sie die Sprache nicht verstehen, obwohl das das größte Problem in der Kommunikation mit Gleichaltrigen für sie darstellt. Denn wenn sie nach Deutschland kommen, sprechen sie normalerweise nur ihre Muttersprache.

#### **Sprache wichtig für Integration**

Vieles hängt von der Umgebung ab. Meine Kinder haben ziemlich gute Erfahrungen gemacht, sie wurden von den deutschen Kindern aus ihrem Kindergarten gut aufgenommen. Andere Kinder spielen gern mit ihnen. Sie sind nicht respektlos gegenüber ausländischen Kindern und vermitteln nicht das Gefühl, dass sie anders sind. Die Sprachbarriere war ein Problem, aber die Kinder lernten schnell sich zu verständigen. Bereits nach einem halben Jahr im Kindergarten konnten sie sich mit ihren Freunden austauschen, sodass sie sich später immer mehr in ihrer neuen Umgebung zurechtfinden. Zu Beginn unserer Ankunft in Deutschland habe ich meinen Sohn gefragt: „Wie gefällt es Dir hier?“, und er antwortete, er wolle zurück nach Polen, begleitet von Unsicherheit, weil er kein Deutsch sprach. Doch jetzt, nach längerem Aufenthalt akklimatisiert in Deutschland, antwortet er: „Es ist cool hier, ich habe viele Freunde und viel zu tun.“ Nach dieser Zeit kann ich feststellen, dass er offener und kontaktfreudiger ist. Er spielt gerne Fußball im Verein und trifft sich oft mit seinen Freunden. Dieselben positiven Erfahrungen hat auch Patrycja gemacht: „Am



Anfang war es schwierig für meine Kinder, aber jetzt geht es ihnen ganz gut, sie sprechen viel Deutsch und haben viele Freunde.“ So problemlos funktioniert es aber nicht immer. „Mein Kind hat ein Problem mit der Aussprache und deshalb noch mehr Probleme mit der deutschen Sprache und der Kommunikation mit Gleichaltrigen“, ist die Erfahrung von Anastasia aus Griechenland.

#### **Keine Diskriminierungserfahrungen**

Im Fall meiner Kinder und der bereits erwähnten Kinder gab es keine Diskriminierungserfahrungen. Sie wurden schnell und freundlich angenommen. Ich denke, dass es mit mehr Zeit noch besser werden wird. Die Erzieherin hat uns sehr geholfen, indem sie viel mit den Kindern sprach und ihnen viel beibrachte. Sie gab mir auch Tipps, wie ich meinen Kindern beim Deutschlernen helfen kann. Sie sagte, das Wichtigste sei, deutsche Geschichten

anzusehen und so viel Kontakt wie möglich mit Kindern zu haben, die Deutsch sprechen.

#### **Stabile soziale Kontakte**

Stabile soziale Kontakte sind für ausländische Kinder aus einem weiteren Grund wichtig. Normalerweise kommen sie nur mit ihren Eltern nach Deutschland, ohne Oma, Opa und andere Familienmitglieder. Daher haben sie eine schwierige Bindung und wenig Kontakt zum Rest der Familie. Alexandra aus Polen findet: „Für meine Kinder ist es das Schwerste, ihre Großmutter und ihren Großvater zu vermissen.“ Natürlich ist jedes Kind anders und hat seinen eigenen Anpassungsrythmus, aber dennoch muss jedes Kind in jeder Situation gefördert und unterstützt werden.

Dies sind die Hauptprobleme ausländischer Kinder, aber mit der Zeit werden ihre Beziehungen einfacher und die Kinder gewöhnen sich an die Situation.

Zeichnung: Olga Bialas

# Lasst uns besser sein!

## Die Bedeutung von Weiterbildungen in der Arbeitswelt

von *Fatema Al Yousef*

Ein wichtiges Thema in der Arbeitswelt ist die Weiterbildung. Doch was ist eine Weiterbildung eigentlich und worin unterscheidet sie sich von einer Ausbildung? Helga Lang, Arbeitsvermittlerin beim Jobcenter des Landkreises Bamberg, erklärt: „In der Arbeitsförderung wird zwischen „Erstausbildung“ und „Weiterbildung“ unterschieden. Dabei ist „Erstausbildung“ der erste berufliche Abschluss, den ein Bewerber erwirbt, und „Weiterbildung“ eine Qualifizierung, die einen bereits vorhandenen beruflichen Abschluss ergänzt.“

### Gründe für eine Weiterbildung

Mehrere Gründe sprechen für eine Weiterbildung: Manche wollen sich weiterbilden, um besser zu verdienen oder optimale Berufschancen zu bekommen, manche, um schnell eine gute Stelle zu finden und Karriere zu machen. Außerdem helfen Weiterbildungen beim optimalen Umgang mit Problemen in der Arbeit. „Egal, ob zugewandert oder nicht: ungelernte Arbeitskräfte verdienen deutlich weniger als Fachkräfte, werden schneller arbeitslos und bleiben das auch länger. Passgenaue Weiterbildungen zahlen sich fast immer aus“, macht Lang die Wichtigkeit von Weiterbildungen deutlich. Infolgedessen interessieren sich viele, vor allem junge Mitarbeiter\*innen für dieses Thema. Allerdings könne man nur unheimlich schwer voraussagen, wie groß die Chancen nach einer Weiterbildung wirklich seien, eine bessere Stelle zu finden, so Lang. Es hänge zum einen vom Beruf ab und zum anderen von den Noten. Bei ausgesprochenen Mangelberufen, wie zum Beispiel in der Pflege, hätten auch Bewerber mit mittleren Noten hervorragende Chancen. Bei Berufen, in denen es viele Bewerber für wenige Stellen gebe wie zum Beispiel im

Bürobereich, müssten die Noten schon sehr gut bis gut sein, sonst werde es schwierig. Wie so oft im Leben hänge vieles von der individuellen Motivation und der Einsatzbereitschaft ab.

### Chance nicht nur für Arbeitnehmer\*innen

Doch nicht nur Arbeitnehmer\*innen profitieren von einer Weiterbildung. Eine Weiterbildung ist auch für Arbeitgeber\*innen eine große Chance, mit der sie ihre Mitarbeiter\*innen motivieren können, um deren Fertigkeiten und Kenntnisse ideal an die Anforderungen und Bedürfnisse der jeweiligen Tätigkeit in der Firma anzupassen und auf diese Weise den Arbeitnehmer\*innen die Herausforderungen der Arbeit zu erleichtern.

Weiterbildungen gibt es nicht nur für Arbeitnehmer\*innen, sondern auch für Student\*innen oder Mitarbeiter\*innen an der Universität, die aus anderen Ländern kommen und hier weiterstudieren oder arbeiten möchten. Wegen der Sprache, der neuen Geräte, der Digitalisierung und der neuen Kultur können sie oft nicht sofort mit der Arbeit beginnen oder an der Universität studieren. Sie müssen sich zuerst weiterbilden, um das Neue zu lernen, und das ist oft die Sprache. Ein Mann aus China beispielsweise hat schon in China in einer IT-Abteilung gearbeitet. Er arbeitet jetzt auch hier in Deutschland in einer IT- Abteilung. Aber er spricht nicht so gut Deutsch, sondern sehr gut Englisch. Deshalb möchte er Deutschkurse besuchen, um die Arbeit besser und effektiver erledigen und seine Kolleg\*innen auf Deutsch kontaktieren zu können. „Die deutschen Angestellten möchten sich gerne auf Deutsch unterhalten“, erläutert er. Seine Deutschkurse von B1 bis C1 dauern zwei Jahre, da er am Vormittag arbeitet und am Nachmittag den Kurs besucht.

### Möglichkeit der finanziellen Unterstützung

Weiterbildungen kosten Geld und werden nicht immer vom Arbeitgeber bezahlt. Deshalb ist es sinnvoll zu prüfen, ob man Unterstützung vom Jobcenter erhalten kann, denn ansonsten muss man die Kosten für die Weiterbildung selbst übernehmen. „Unterstützung wird sowohl für Erstausbildungen als auch für Weiterbildungen geleistet und zwar unabhängig davon, ob man zugewandert oder deutsch ist. Zunächst einmal muss die Eignung des Bewerbers vorliegen. So müssen stabile schulische Basiskenntnisse vorhanden sein. Für manche Arten von Bildung/Ausbildung fordert der Gesetzgeber auch einen bestimmten Schulabschluss (Hauptschulabschluss oder Mittlere Reife). Für Zugewanderte bedeutet das auch, dass sehr gute Deutschkenntnisse sowohl im Mündlichen als auch im Schriftlichen vorhanden sein müssen. Es gibt zwar auch begleitende Sprachförderung, die kann aber höchstens ergänzend helfen, jedoch keine größeren Lücken füllen“, legt Lang dar. Wie lange eine Weiterbildung dauert und wann man sie machen kann, variiert von wenigen Tagen bis vielen Monaten, auch die Starttermine sind unterschiedlich. „Da gibt es keine Regeln und keine festen Starttermine,“ sagt Lang.

Man kann eine Weiterbildung berufsbegleitend am Abend an den Arbeitstagen machen oder am Wochenende, damit es nicht so stressig wird. Wenn man Glück hat, wird man für die Weiterbildung von der Arbeit freigestellt. Wer also den Wunsch verspürt noch besser in der Arbeit sein – einfach eine passende Weiterbildung suchen, anmelden und neue Erfahrungen sammeln!

Das komplette Interview mit Helga Lang finden Sie auf Seite 13

## Professionelle Unterstützung durch FT-Redakteurin Ann-Kathrin Thönnies

Mit einem Workshop rund um das Verfassen von Zeitungsartikeln unterstützte Ann-Kathrin Thönnies, Redakteurin beim „Fränkischen Tag“ und zuständig für das Schulprojekt „KLARTEXT!“, die Redakteur\*innen des Deutschkurs-Magazins der Euro-Schulen Bamberg „Integrationist\*in“. In diesem Rahmen stellte Thönnies die verschiedenen journalistischen Stilformen vor und erläuterte, worauf jeweils beim Schreiben geachtet werden muss. Auch gab sie individuelle Tipps und beantwortete Fragen.

Das Redaktionsteam hörte den Ausführungen von Ann-Kathrin Thönnies aufmerksam zu und stellte viele Fragen. Anwar Huseen freut sich: „Die Journalistin, die uns besucht hat, hat uns viele Informationen gegeben. Ich habe gelernt, wie ich ein Interview schreiben kann, welche Fragen ich stellen soll und wie ich die Fragen auswählen kann.“ Und Olga Bialas ergänzt: „Es war eine neue Erfahrung für uns und deshalb haben wir uns über den Besuch sehr gefreut.“ *Text und Bild: Melanie Kaiser*



# Übung macht den Meister

## Tipps zur Prüfungsvorbereitung

von Giorgos Poulladofonos

**„Ich schaffe es nicht!  
Dieses Niveau ist zu  
schwierig für mich! Zu  
viel neuer Wortschatz.  
Meine Kurskolleg\*innen  
sind viel besser als ich.  
Ich habe keine Chance!“**

Das waren meine Gedanken, als ich den B2-Kurs anfang, obwohl ich den B1-Kurs sehr gut gemacht hatte. Ich hatte viel Angst Deutsch zu sprechen, nicht nur mit meinen Kolleg\*innen in der Pause, sondern auch während des Unterrichts, weil ich langsam und mit schlechter Grammatik redete.

Meine persönliche Geschichte begann so: Bevor ich im September 2020 nach Deutschland umgezogen bin, hatte ich das A2-Niveau in meinem Land (Zypern) abgeschlossen und es gab niemanden, mit dem ich Deutsch üben konnte. Des Weiteren hat mich der Lockdown ein paar Monate nach meiner Ankunft in Deutschland daran gehindert, neue Kontakte zu knüpfen und die deutsche Sprache zu verwenden.

### **Schneller Lernerfolg trotz Corona**

Zum Glück hat mein B1-Deutschkurs im Januar 2021 begonnen und obwohl alle Kurse wegen der Coronapandemie online waren, war ich so froh, dass ich online neue Leute treffen und mehr Deutsch lernen konnte. Lange Rede kurzer Sinn: Innerhalb von sechs Monaten habe ich nicht nur erfolgreich das B1-Niveau, sondern auch den Integrationskurs mit Orientierungskurs abgeschlossen. Und hier bin ich, sieben Monate später das B2-Niveau beginnend. Während meiner kurzen Zeit in Deutschland musste ich zahlreichen neuen Wortschatz lernen und nun bin ich in der Lage mit meinen Kolleg\*innen, von denen die meisten schon viele Jahre in Deutschland wohnen, zu konkurrieren. Doch trotzdem habe ich mich am Anfang des Kurses unterlegen gefühlt und gemeint, dass ich die Prüfung nicht bestehen kann. Aus diesem Grund habe ich mit meiner Lehrerin gesprochen. Obwohl ich eine positive Antwort von ihr bekam und sie sagte, dass ich die Prüfung bestehen kann, musste ich einen Plan schmieden. Ich musste unbedingt eine Strategie ausarbeiten.

### **Genitiv und Nomen-Verb-Verbindungen**

Als Erstes habe ich für beides, die schriftlichen und die mündlichen Teile der Prüfung, sowohl



viele Videos auf „YouTube“ angesehen als auch die Beispiele in meinen Büchern gelesen, um die wichtigsten Redewendungen zu sammeln und in mein Heft zu schreiben. Es gibt viele und verschiedene Sätze, die man immer benutzen kann, egal wie das Thema der Prüfung heißt. Man sollte diese Sätze auswendig lernen und sie verwenden. Bei Beschwerden kann man zum Beispiel immer schreiben: „Da ich mit Ihren Produkten/Dienstleistungen sehr unzufrieden bin, möchte ich mich bei Ihnen beschweren.“ Damit man die verschiedenen Sätze auswendig kann, muss man vor der Prüfung viele Male mit verschiedenen Aufgaben üben, denn: Übung macht den Meister.

Was ich als sehr wichtig für das B2-Niveau erachte, ist das Lernen und den Gebrauch der Nomen-Verben-Verbindungen und des Genitivs. Natürlich ist es auch notwendig, den neuen Wortschatz dazu zu kombinieren. Meiner Meinung nach macht das den wichtigsten Unterschied zwischen dem B1- und dem B2-Niveau aus.

Meine Strategie für die mündliche Prüfung von „telc B1/B2 Beruf“, besonders für die Teile 1 und 2, war, Satzstrukturen vorzubereiten, die zu fast allen Themen passen könnten. In Teil 1 soll man beispielsweise über einen Beruf sprechen und dessen Tätigkeiten beschreiben. Zuerst

habe ich meinen Einstieg, die „opening line“, formuliert und gelernt: „Ich habe dieses Bild gewählt, weil ich den Beruf des ..... sehr... finde.“ In der zweiten Lücke kann man verschiedene Wörter verwenden, je nach Thema. Die Wörter können negativ oder positiv sein, wichtig ist aber, dass sie zum Thema des Bildes passen müssen. Dann soll man die Arbeitsorte und Aufgaben des zu beschreibenden Berufs benennen, anschließend die Vor- und Nachteile.

### **Wichtigkeit von Redemitteln**

Sehr wichtig ist dabei, mit welchen Redemitteln man das alles beschreibt. Zum Beispiel kann man einfach sagen: „Es gibt viele Nachteile...“ oder besser: „Als Nachteile kann ich mir vorstellen, dass man ...“. Das macht einen großen Unterschied, finde ich.

Zum Schluss kann man einfach den Anfang der Sätze auswendig lernen und dann ergänzt man sie mit relevanten Worten spontan in der mündlichen Prüfung. Auf diese Weise kann man die Struktur der mündlichen Prüfung im Voraus vorbereiten.

Zu guter Letzt braucht man auch ein bisschen Fantasie und Schlagfertigkeit!

*Bild: Melanie Kaiser*

# Klimaveränderung und Umweltschutz

von **Shahab Mirzad Jahromi**

Der Begriff „Umweltschutz“ impliziert verschiedene unabhängige und politische Methoden und Bemühungen, um natürliche Lebensräume sowie zahlreiche Ökosysteme vor den negativen Konsequenzen menschlichen Handelns zu bewahren. In Deutschland etablierte sich der Begriff Umweltschutz in den 1970er Jahren, wobei die Bezeichnung aus dem englischsprachigen Raum von „environmental protection“ stammt.

## Was können wir für den Umweltschutz tun?

Ehrlich gesagt: Wir können von zu Hause aus mit dem Umweltschutz beginnen. Ganz einfach. Wenn wir eine gesunde und saubere Umwelt wollen, in der wir atmen und bequem leben können, müssen wir einen Beitrag dazu leisten.

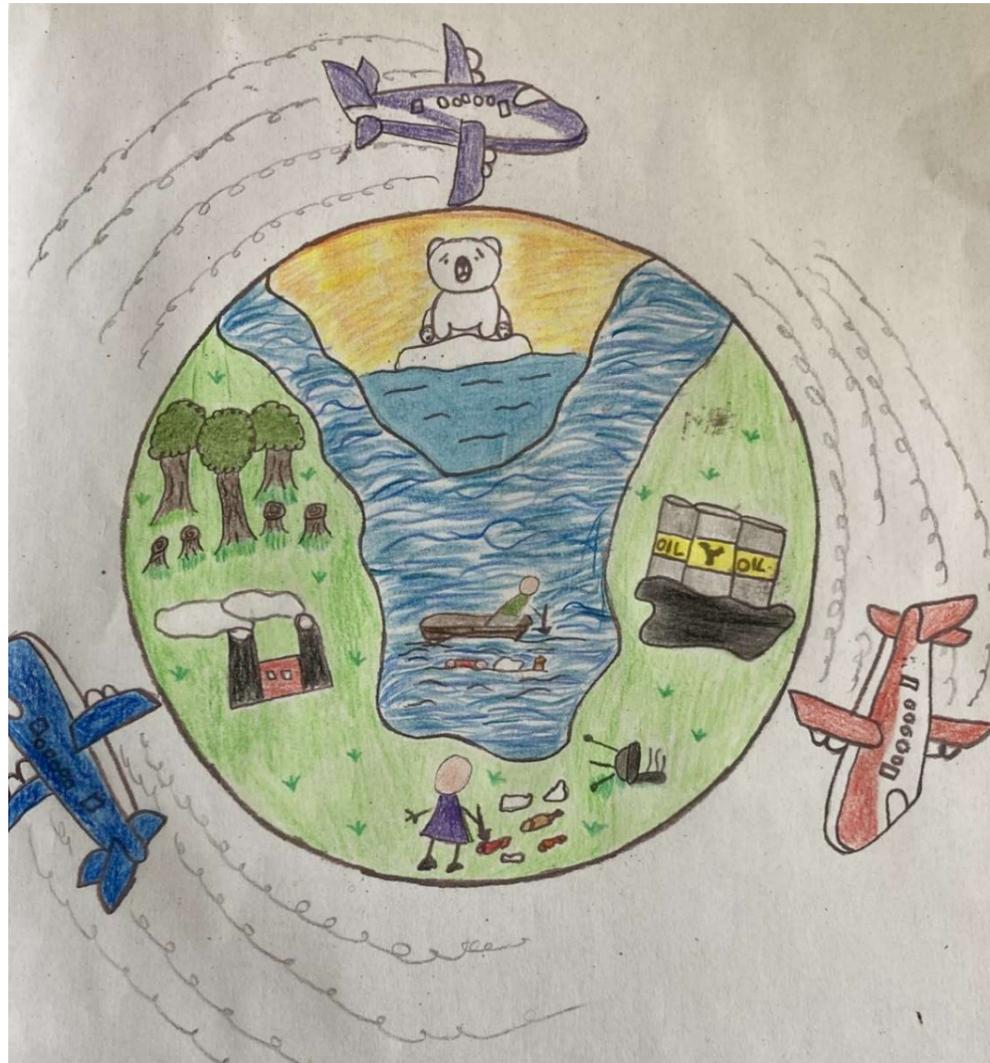
Um zum Umweltschutz beizutragen, muss jeder seinen eigenen Müll trennen. Seit 2015 ist man in Deutschland gesetzlich dazu verpflichtet. Biomüll, Restmüll und Papier müssen in der jeweiligen eigenen Tonne getrennt entsorgt werden. Dabei muss beachtet werden, dass Plastik in den gelben Sack gehört. Für die Mülltrennung sollte jeder möglichst viele Plastiktüten aufbewahren und für Restmüll verwenden. Alle Tüten sollten verschlossen werden, bevor man sie in den Restmüll gibt.

## Einfluss der Industrie

Jedes Wirtschaftsunternehmen hat direkten Einfluss auf unser Ökosystem und trägt die Verantwortung dafür, dass unsere Umwelt und Luft sauber bleiben, damit die Menschen gesunde Luft atmen können. Es steht außer Frage, dass die Wirtschaftsbranche Energie anwenden muss. Die Industrie sollte allerdings reine Energien, keine giftigen Energien benutzen. Die Menschen können sich dafür entscheiden, saubere Energien zu verwenden und so die Industrie indirekt beeinflussen. Denn obwohl die Menschen die Wirtschaft brauchen, müssen sie den Klimawandel akzeptieren und etwas dagegen unternehmen. Zum Beispiel könnte man auf den Wäschetrockner im Frühling und Sommer verzichten. Auf diese Weise spart man viel Strom.

## Klimawandel als ernsthafte Bedrohung der Erde

Heutzutage ist der Klimawandel eine ernsthafte Bedrohung für den Erdball. Der Erdball braucht dringend grundlegende und staatenübergreifende Maßnahmen gegen den



Klimawandel. Es müssen erneuerbare Energien wie Wind- und Solarenergie statt fossiler Energien zur Anwendung kommen. Ein anderer Aspekt sind die Bäume, deren Existenz auch wesentlich zu einem guten Klima beitragen. Bäume fallen oder keine Bäume fallen – eine neue Initiative wurde in Kenia und Nairobi gestartet, in der anstelle von Holzkohle menschliche Ausscheidungen verwendet werden, aber ohne den Geruch. Dadurch wird verhindert, dass Bäume gefällt werden.

## Bäume als Quelle guter Luft

Gegenwärtig gibt es eine Disharmonie im Umgang mit dem Klimawandel einerseits und dem Umweltschutz andererseits. Es werden viele Bäume gefällt, um große und hohe Gebäude zu bauen. In der ganzen Welt, so auch im Iran und besonders in Shiraz, werden wegen Bautätigkeiten große Bäume und

Gärten sowie riesige Bauernhöfe zerstört. Die Menschen, die dies veranlassen, bekommen keine Strafe und sie leben in Freiheit. Diese

Situation trägt dazu bei, dass zu viele Bäume zerstört werden. Bäume sind die Quelle für gute Luft. Und die Menschen sollten diesen Menschen Einhalt gebieten. Deshalb ist es unerlässlich, dass die Länder ernsthaft im Umweltschutz zusammenarbeiten. In diesem Fall braucht man zunächst einen internationalen Protest dagegen, dass es keine Gesetze gibt, um dieses Vorgehen zu stoppen. Im zweiten Schritt brauchen wir meiner Meinung nach ein internationales Umweltministerium mit strengen Gesetzen zum Umweltschutz. Doch das ist nicht genug. Alle Bewohner der Erde sollten sich für Klimaschutz engagieren. Wir sollten öffentliche Verkehrsmittel stärker in Anspruch nehmen. Wir müssen einen Kampf gegen den Klimawandel von zu Hause, der Straße, dem Arbeitsplatz usw. anfangen, um mindestens die Luft zum Atmen nicht zu verlieren. Wer möchte sich ein Leben mit Maske vorstellen, gleich dem in der Coronapandemie, um uns vor der schlechten Luft zu schützen?

Zum Schluss hoffe ich sehr, dass wir uns alle zusammen an die Gesetze zum Umweltschutz halten, was zu einer gesunden und sauberen Umwelt führen würde, in der wir uns wohlfühlen können.



Zeichnung: Trey Shawn Vaughan, Symbolbild Fabrikschlot: Melanie Kaiser

# In einfachen Worten, wie bei Kindern

## Aufklärung von Zugewanderten über Coronaimpfung unzureichend

von *Nina Garshina*

Ich möchte erzählen, wie schwierig es für Ausländer\*innen ist, in einem fremden Land in schwierigen Situationen zu leben. Als die Coronapandemie begann, hatten viele Menschen Angst. Deutsche lesen Zeitung oder sehen fern, wenn sie sich informieren möchten, während Ausländer\*innen nicht viel verstehen. Ich lese keine Zeitung, weil ich die Texte nicht verstehe. Ich verstehe auch nicht viel, wenn ich fernsehe. Die Sprecher\*innen sprechen schnell und erklären in sehr komplexen Worten. Woher kann ich als Ausländerin also meine Informationen zu Corona und den verschiedenen Impfstoffen beziehen?

### **Schwierigkeiten bei der Informationsbeschaffung**

Ich arbeite in einer Gesundheitseinrichtung, deshalb musste ich mich impfen lassen. Als ich im April 2021 zum Impfzentrum kam, gab es eine lange Schlange vor der Anmeldung. Endlich war ich mit meinen Fragen und mit meiner Unsicherheit beim Impfarzt, aber er konnte mir keine ausreichenden Erklärungen

über die Impfung und die unterschiedlichen Impfstoffe geben, denn er konnte sie nicht in meine Sprache übersetzen. Zudem hatte er keine Zeit, sich auf Deutsch verständlich zu machen, weil so viele Leute darauf warteten, an die Reihe zu kommen.

### **Gefühl der Unsicherheit**

Wie kann ich also wissen, welcher Impfstoff gut ist? Woher kenne ich Bayer oder andere Firmen? Ich denke, viele Ausländer\*innen haben sich in dieser Situation wiedergefunden. Ich kann das niemandem vorwerfen. Ich hätte nach Hause in mein Heimatland gehen können und die Ärzte dort hätten mir alles in meiner Muttersprache über Corona allgemein und über verfügbare Impfungen, Risiken, Vor- und Nachteile erklären können. Aber die Grenzen zwischen vielen Ländern wurden damals coronabedingt geschlossen, auch die zu meinem Land, Russland. Und es gibt Menschen, die aus anderen Gründen nicht in ihre Heimat gehen können. In ihrem Heimatland herrscht Krieg oder Bürger\*innen werden aus irgendeinem Grund verfolgt.

Was können die Deutschen also tun, damit Ausländer\*innen ausreichend Informationen zu Corona und der Impfung dagegen erhalten?

Ich denke, die Deutschen müssten geduldig sein und ausländischen Bürger\*innen alles in einer sehr einfachen Sprache erklären. So, wie man Kindern die Probleme in nicht sehr komplizierten Worten erklärt, so muss man Ausländer\*innen auch alles in einfachen Worten erklären.

Auch der Druck von Flyern in verschiedenen Sprachen könnte helfen. Diese kleinen Broschüren könnten in Ausländerämtern, Sprachschulen, Geschäften und Läden wie zum Beispiel im MIX-Markt, vor allem aber in Impfzentren ausgelegt werden, wo Ausländer\*innen diese mitnehmen können. Eine andere Möglichkeit wäre, die Kinder in der Schule zu informieren und sie zu bitten, diese Informationen an ihre Eltern weiterzugeben. Dann gäbe es weniger Angst vor der Coronapandemie und den Impfungen unter Zugewanderten.

Das ist rein meine Meinung.

# „Die bis jetzt zugelassenen Coronaimpfstoffe sind sicher und zuverlässig“

## Ein Interview mit Arzt Khaled Al Skhni über Fragen zu Corona im März 2022

Die Coronaimpfung beschäftigt viele Menschen. Sie sind unsicher und fragen sich, ob sie sich impfen lassen sollen oder welche Nebenwirkungen bei einer Impfung auftreten könnten. Anwar Huseen sprach mit Khaled Al Skhni, der als Assistenzarzt in der Chirurgie im Klinikum Haßfurt arbeitet und außerdem im Impfzentrum in Haßfurt sowie auf der Isolationsstation für Coronapatienten assistierte.

### **Herr Al Skhni, was ist Ihre Meinung zu den Coronaimpfungen?**

Meiner Meinung nach sind die bis jetzt zugelassenen Coronaimpfstoffe sicher und zuverlässig. Sie sind auf jeden Fall harmloser als die Infektion.

### **Aber wofür ist die Impfung überhaupt gut, wenn man trotzdem Corona bekommt?**

Wenn man geimpft ist, bekommt man mildere Verläufe als ohne Impfung. Geimpfte haben bereits Antikörper gegen das Virus und der Körper reagiert schneller. So kann das Virus nicht so viel im Körper kaputt machen. Wenn die Reaktion zu spät kommt, ist zum Beispiel die Lunge schon kaputt.

### **Welche Gründe haben Menschen, die sich gegen eine Impfung entscheiden, und gibt**

### **es Unterschiede zwischen Deutschen und Ausländer\*innen?**

In der Regel gibt es keinen großen Unterschied zwischen deutschen und ausländischen Impfgegner\*innen. Die Impfgegner\*innen unterteilen sich generell in zwei Gruppen. Die erste Gruppe glaubt an die Impfung, aber sie ist der Meinung, dass sie nicht unbedingt notwendig ist. Das sind vor allem jüngere, gesunde Personen.

Die zweite Gruppe, und das ist die Mehrheit der Impfgegner\*innen, glauben an eine Verschwörung, die darauf abzielt, Menschen unter Kontrolle zu bringen oder hohe Gewinne bestimmten Bereichen wie der Pharmaindustrie zukommen zu lassen. Diese Gruppe informiert sich hauptsächlich durch die sozialen Medien.

### **Was würden Sie den extremen Coronagegner\*innen sagen, damit sie ihre Meinung ändern?**

Eigentlich kann man nur aufklären. Wenn es klar ist, dass die Impfung sicher ist, lassen sich viele Leute impfen. Es gibt aber auch Menschen, die sich nicht impfen lassen, egal, was man sagt.

### **Auch die Maske sorgt ja immer wieder für Diskussionen. Manche stehen voll hinter ihr, andere denken, dass sie sie nicht brauchen. Ist die Maske ihrer Meinung nach ein Schutz vor dem Coronavirus?**

Die Maske schützt nicht hundertprozentig, aber trotzdem sehr gut. Wichtig ist, dass sie täglich erneuert wird. Man darf die gleiche Maske beispielsweise nicht drei oder vier Tage tragen, weil sie dann nicht mehr schützt. Ein

Beweis dafür, dass die Maske schützt, ist auch der Rückgang der Influenzainfektionen und anderer Virusinfektionen, seitdem wir Masken tragen.

**Eine weitere Möglichkeit, sich vor der Grippe zu schützen, ist die Grippeimpfung. Diese muss jährlich aufgefrischt werden. Wie lange schützt eine Coronaimpfung?**

Nach heutigem Stand ist es noch nicht ganz klar, wie lange die Impfung schützt, aber man geht von sechs Monaten aus. Die Impfung

schützt allerdings nicht vor der Infektion, sondern vor schweren Verläufen, das heißt, wenn man geimpft ist, ist es selten, dass man wegen der Infektion eine Intensivstation braucht. Man kann allerdings auch mit Impfung andere Leute anstecken.

**Apropos Ansteckung. Bei diesem Punkt denken viele an die Kinder. Warum wurde nicht früher mit der Impfung von Kindern angefangen, wo Kinder doch auch durch ihre Infektion das Virus verbreiten?**

Bei Kindern hat man bisher kaum schwere Verläufe bei einer Infektion bemerkt. Es wurde kaum ein Kind wegen Corona ins Krankenhaus eingeliefert. Ich meine, Kinder müssen nicht unbedingt geimpft werden, wenn die Erwachsenen und die Risikogruppen durch eine Impfung geschützt sind, da sie keine schweren Verläufe bekommen. Außerdem gibt es meiner Meinung nach nicht genug Studien zu diesem Thema.

**Herr Al Skhni, vielen Dank für das informative Interview. Anwar Huseen**

## „Man muss zu ihnen gehen“

**El-Sayed Nofal, Fachmann für die Pflege und interkultureller Gesundheitsmediator, spricht über das Gesundheitsprojekt „MiMi“ („Mit Migranten für Migranten“) und seine Erfahrungen mit Ausländer\*innen in Deutschland**

*El-Sayed Nofal stammt ursprünglich aus Ägypten. Vor ungefähr 40 Jahren kam er nach Deutschland, zu einer Zeit, in der es noch nicht so viele Angebote zur Integration gab wie heute. „Es gab beispielsweise keine kostenlosen Sprachkurse für Ausländer\*innen“, erinnert sich Nofal. In Kairo hat er Rechtswissenschaften studiert. Weil das Studium der Rechtswissenschaften in Deutschland nicht anerkannt wird, hat er sich umorientiert. Damals fragte er sich: „Was gibt es auf dem Arbeitsmarkt? Was braucht man in Deutschland?“ Und machte eine Ausbildung als Fachmann für die Pflege (frühere Bezeichnung: Gesundheits- und Krankenpfleger), denn dieser Beruf sei „bombensicher“. Heute ist Nofal nicht nur ein erfolgreicher Fachmann für die Pflege, sondern unter anderem auch interkultureller Gesundheitsmediator beim Gesundheitsprojekt „MiMi“ in Bamberg und Träger der Bayerischen Staatsmedaille für Verdienste um die Gesundheit. Shahab Mirzad Jahromi, Melanie Kaiser, Maryna Amzoieva, Olga Bialas, Anwar Huseen, Hanifa Mekresh, Asmaa Abdulmalek (Foto von links nach rechts) und Amin Safari (vorne rechts) haben mit El-Sayed Nofal (vorne links) im Frühjahr 2022 gesprochen.*



reden nicht über Politik, nicht über Wirtschaft, nur über Gesundheitsthemen. Wir informieren über das Gesundheitssystem. Viele Ausländer\*innen wissen nicht, was ihnen zusteht und was nicht. Zum Beispiel: Ich brauche eine Brille oder einen Zahnersatz. Wenn sie hören, dass die Krankenkasse das in Deutschland nicht zahlt, sind sie total überrascht. Ein großes Thema ist also: Was wird bezahlt, was nicht? Das unterscheidet sich von anderen Ländern. Brille nein, neuer Zahn nein, Zahn raus ja, Vorsorgeuntersuchungen bei Kindern ja. Und so weiter. Wegen der Sprachbarriere können sie sich

nicht selbst im Internet informieren. Deshalb werden Gesundheitsmediator\*innen mit verschiedenen Muttersprachen gebraucht.

**Über welche Gesundheitsthemen sprechen Sie am häufigsten?**

Die meisten Gesundheitsthemen, die Ausländer\*innen und insbesondere Asylbewerber\*innen betreffen, sind seelische Erkrankungen. Sie sind vom Krieg geflüchtet und sie haben Angst. Oder sie haben posttraumatische Belastungsstörungen. Und dann redet man mit ihnen auf Arabisch, auf Englisch, auf Russisch oder einer anderen Sprache. Es gibt auch kleine Broschüren über verschiedene Krankheiten in verschiedenen Sprachen, die wir den Betroffenen und deren Angehörigen zum Lesen geben.

**Was ist Ihrer Erfahrung nach noch wichtig für die Zugewanderten?**

Beratung, wohin sie mit ihren gesundheitlichen Problemen gehen können, in welches Krankenhaus. Beispiel: Wenn der Opa einen Schlaganfall hat, schickt ihn der Sohn aus Unwissenheit ins Klinikum am Michelsberg, die ehemalige Nervenklinik. Die können da nichts machen, da gibt es nur Psychiater\*innen und Psycholog\*innen. Bei einem Schlaganfall zählt aber jede Minute. Der/Die Gesundheitsmediator\*in klärt im Vorfeld auf, welches Krankenhaus für welchen Fall zuständig ist. Damit man im Notfall schnell reagieren kann.

**Und wie stellen Sie den Kontakt zu den Migrant\*innen her?**

Wir gehen in Gesundheitseinrichtungen wie Krankenhäuser, in religiöse Einrichtungen wie Moscheen und Kirchen, in Migrationseinrichtungen wie den Migrationsdienst der Arbeiterwohlfahrt (AWO), in Einrichtungen für Flüchtlinge wie das Ankerzentrum oder zu Stadtteiltreffen. Dort sprechen

**Herr Nofal, Sie sind Gesundheitsmediator und Sprecher des Projekts „MiMi“ in Bamberg. Was genau ist das Ziel dieses Projekts und wer unterstützt das Projekt?**

„MiMi“ heißt „Mit Migranten für Migranten“ und ist ein Gesundheitsprojekt für Ausländer\*innen, das sie über alle wichtigen Gesundheitsthemen informiert, damit sie sich im Gesundheitswesen in Deutschland auskennen lernen. Das Projekt wird vom Amt für Inklusion der Stadt Bamberg und vom Fachbereich Gesundheitswesen des Landratsamts Bamberg unterstützt.

**MiMi ist also ein Gesundheitsprojekt „für Migranten“. Wofür steht aber das erste „Mi“, also was bedeutet „mit Migranten“?**

Die Zugewanderten werden nicht von Deutschen informiert, sondern es arbeiten gut integrierte Migrant\*innen ehrenamtlich bei diesem Projekt mit und bilden sich zum/zur Gesundheitsmediator\*in weiter.

**Und warum machen das keine Deutschen?**

Die Idee dieses Projekts ist, dass wir Gesundheitsmediator\*innen in fremden Sprachen mit den Menschen über Gesundheitsthemen reden. Wir

wir persönlich mit den Ausländer\*innen und wir halten muttersprachliche Vorträge beispielsweise über die seelische Gesundheit, das deutsche Gesundheitssystem oder Diabetes. Ausländer\*innen kommen meist nicht in Eigeninitiative, man muss zu ihnen gehen.

### Sind auch Corona und die Impfungen ein Thema, über das Sie bei „MiMi“ informieren?

Ja. Es gibt viele offene Fragen: Muss ich mich impfen lassen? Wie oft? Kostet das etwas? Kann ich selbst entscheiden, welchen Impfstoff ich bekomme? Was sind die Unterschiede zwischen den Impfstoffen? Und so weiter. Das Problem ist, dass viele Ausländer\*innen sich nicht impfen lassen wollen. Ich erzähle ihnen von der Statistik in den Intensivstationen und sie glauben mir, weil ich auch Migrant bin. Außerdem arbeite ich mit vielen kranken Menschen und bin selbst nicht krank geworden, weil ich voll geimpft bin.

### Was ist der Grund für die niedrige Impfquote bei Ausländer\*innen?

Pauschal kann man das nicht sagen. Manche informieren sich im Internet auf unseriösen Seiten und glauben die Horrorgeschichten, über die da berichtet werden. Manche denken, die Impfung kostet Geld. Manche verstehen den deutschen Arzt nicht, der sie über die Impfung aufklären möchte und sind so verunsichert, dass sie sich nicht impfen lassen.

### Gibt es Unterschiede in der Einstellung zwischen Nationalitäten?

Ja. Ausländer\*innen sind nicht gleich Ausländer\*innen. Ausländer\*innen aus Afrika und Asien sind anders als Ausländer\*innen aus Europa. Ausländer\*innen aus Afrika und Asien wollen sich meistens nicht mit Gesundheitsthemen befassen. Bei Vorträgen beispielsweise über Angststörung, da kommen viele aus der Ukraine, aus Russland und

Osteuropa, die wollen mehr wissen, aber Leute aus Afrika und Asien kommen leider oft erst, wenn sie krank sind, aber nicht vorbeugend.

### Und bei Corona?

Bei Coronaimpfungen ist es so: Fast alle ukrainischen Zugewanderten waren bereits geimpft, als sie gekommen sind, aber mit in Deutschland nicht zugelassenen Impfstoffen. „Nicht anerkannt in Deutschland? Kein Problem, wir lassen uns nochmal impfen“, sagen sie. Ohne Diskussion. Bei Leuten aus Afrika und Asien muss man viel Überzeugungsarbeit leisten, dass sie das machen. Sie haben beispielsweise schlechte Erfahrungen in ihrem Heimatland mit Spritzen gemacht, weil da Spritzen mehrmals verwendet wurden und sie davon krank wurden. Die Negativerfahrungen aus ihren Heimatländern sind der Grund, weshalb sie sich hier nicht impfen lassen wollen. Dort ist nicht alles so steril wie hier. Auf dem Land gibt es oft keine Kühlschränke, in denen man die Impfstoffe vorschriftsmäßig temperiert lagern könnte. Oder ein Impfstoff, der von Kairo aufs Land kommt, müsste am gleichen Tag benutzt werden, wird aber noch am nächsten Tag verwendet. Aus all diesen Gründen sind viele Zugewanderte gegenüber Coronaimpfungen skeptisch eingestellt.

### Wie kann man Kontakt zu den Gesundheitsmediator\*innen von MiMi herstellen, wenn man als Zugewanderter Hilfe oder Informationen benötigt?

Man kann sich an die Standortkoordinatorin Frau Yvonne Rüttger wenden. Entweder unter der Telefonnummer 0951-87-1445 oder per Mail an: [yvonne.ruettger@stadt.bamberg.de](mailto:yvonne.ruettger@stadt.bamberg.de)

**Herr Nofal, wir danken Ihnen für Ihren Besuch in unserem Kurs und für das informative und interessante Gespräch. Bild: Nicole Schmidt, schriftliche Aufbereitung des Interviews: Melanie Kaiser**

## Pakistanisches Biryani für 4 Personen

**Asma Nawaz ist leidenschaftliche Köchin und hat ihre Kurskolleg\*innen und ihre Lehrerin oft mit leckeren Gerichten aus ihrer Heimat Pakistan verwöhnt. Hier verrät sie uns ihr Lieblingsrezept.**

**Zutaten:** 500 g Basmati-Reis, 750 g Hähnchen (Ober- und Unterschenkel), 3 mittelgroße Zwiebeln, in Scheiben geschnitten, 250 g Joghurt, 2 Teelöffel Ingwerpaste, 2 Teelöffel Knoblauchpaste, 1 Teelöffel grüne Chilischoten, 2 bis 3 gehackte grüne Chilischoten, 4 bis 5 mittelgroße, in Scheiben geschnittene Tomaten, 1 Teelöffel rotes Chilipulver, 1 Teelöffel Kurkumapulver, 1 Teelöffel Kreuzkümmelpulver (geröstet) 1 Teelöffel Kardamompulver, 1 Teelöffel Garam-Masala-Pulver, 1 Teelöffel Korianderpulver, 3 bis 4 Safranstreifen, eine Handvoll frische, grüne, gehackte Korianderblätter, eine Handvoll frische, gehackte Minzblätter, 8 Tassen Wasser, 7 Esslöffel Öl, Salz nach Bedarf

**Zubereitung Hähnchenfleisch:** Öl in einen Wok geben, erhitzen und die Zwiebeln anbraten, bis sie goldbraun sind. Die gebratenen Zwiebeln herausnehmen und auf einem Papiertuch ausbreiten. In das gleiche Öl Hähnchenfleisch und Salz geben und braten, bis das Hähnchen goldbraun wird. Nun Ingwer- und Knoblauchpaste zum Hähnchen geben und einige Minuten weiterbraten lassen. Wenn das Hähnchen gebraten ist, rotes Chilipulver, Kurkumapulver, Kreuzkümmelpulver (geröstet), Kardamompulver, Garam-Masala-Pulver, Korianderpulver, Joghurt und 3 in Scheiben geschnittene Tomaten hinzufügen und köcheln lassen, bis die Tomaten weich sind und sich das Öl von der Soße trennt, dabei ab und zu umrühren. Wenn nur noch dicke Bratensoße und Hühnchen übrig sind, ist dieser Teil des Gerichts fertig.



**Zubereitung Reis:** Basmati-Reis 3 bis 4 Mal mit normalem Leitungswasser waschen (Wasser in den Reis gießen und dann abtropfen lassen). In einem separaten Gefäß 8 Tassen Wasser mit 1,5 Esslöffeln Salz, einer Prise Kreuzkümmel und 10 Minzblättern zum Kochen bringen. Wenn das Wasser kocht, den Basmati-Reis dazugeben. Den Basmatireis kochen, bis er zu 90 Prozent gar ist. Das Wasser mit einem Sieb vollständig abgießen.

Nun eine Schicht Reis auf den Boden des Woks geben, dann eine Schicht des gekochten Hähnchens mit etwas Soße, dann gebratene Zwiebeln, frische Tomatenscheiben, grüne Chilischoten, einige Koriander- und Minzblätter und zwei Zitronenscheiben hinzufügen. Dann eine weitere Schicht Reis und gekochtes Hähnchen hinzugeben. Erneut garnieren. Den Vorgang so oft wiederholen, wie Reis und Hähnchensoße vorhanden ist. Die Safranstreifen in Eisstücke legen und warten, bis die Eisstücke geschmolzen sind. Auf die letzte Reisschicht das Safranwasser geben. Weitere 5 Minuten auf kleiner Flamme kochen. Guten Appetit! *Bild rechts oben: Melanie Kaiser, Bild links unten: Asma Nawaz*



# Depression und psychische Verfassung bei syrischen Menschen, die in Deutschland leben

von Asmaa Abdulmalek

**Wie geht es den Menschen, nachdem sie in Deutschland Zuflucht vor dem Krieg in Syrien gefunden haben? Was passiert mit ihnen körperlich und seelisch nach ihrer Ankunft in Deutschland? Was ist der Preis, den syrische Ausgewanderte für das Überleben des Krieges, für Integrität und Frieden zahlen?**

Trotz guter Lebensbedingungen wie der Verfügbarkeit des Friedens, Reisefreiheit, akzeptabler Finanzlage und auch Dankbarkeit über die Hilfe, die sie in Deutschland erhalten, klagen viele syrische Menschen, mit denen ich gesprochen habe, über körperlichen und seelischen Schmerz, aber auch über eine Unzufriedenheit über das Leben in Deutschland. Am Ende fand ich heraus, dass es in 80 Prozent der Fälle mindestens eine Person in der Familie gibt, die eine Depression oder eine psychische Krankheit hat. Betroffen sind sowohl Erwachsene als auch Kinder. Was sind die Ursachen? Was ist passiert? Im Folgenden möchte ich erläutern, was ich in zahlreichen Interviews erfuhr.

Viele syrische Menschen kamen bereits mit einer krisenhaften psychischen Verfassung nach Deutschland, ausgelöst durch die Kriegerlebnisse und Fluchterfahrungen. Durch Unkenntnis darüber, dass sie an einer Krankheit leiden, die behandelt werden kann, haben sie sich von keinem Psychiater oder Psychotherapeuten behandeln lassen oder Medikamente dagegen eingenommen. Nach einiger Zeit verschlimmert sich ihre psychische Verfassung, denn mit der vergehenden Angst vor dem Krieg wachen die betäubten Gefühle auf und viele dieser Menschen werden depressiv.

## **Depression auch als Folge schwieriger Lebensumstände**

Andere syrische Menschen entwickeln erst in Deutschland eine Depression, infolge vieler verschiedener schwieriger Lebensumstände, die ich im Folgenden erläutern möchte:

Die Sprache ist der erste und der schwierigste Schritt in den Neubeginn und diese Sprachbarriere beeinflusst die seelische Gesundheit negativ. Obwohl man genau weiß, was man sagen will, kann man seine Gedanken nicht erklären, weil die Ausdrucksmöglichkeiten fehlen. Die Position des Lernenden einzunehmen ist für viele nicht leicht, nachdem sie in ihrer Heimat Ausbildung oder Universität beendeten und viel Lebens- und Arbeitserfahrung gesammelt haben. Bei Kindern gibt es andere Gründe, weshalb sie Schwierigkeiten mit dem Deutschlernen haben. Sie leiden an der Situation der Zweisprachigkeit. Außerdem stehen sie unter Druck. Einerseits müssen sie die deutsche Sprache perfektionieren, um gut weiter lernen zu können, andererseits zwingen ihre Eltern sie dazu, ihre Muttersprache zu erhalten, sie zu verwenden und nie zu vergessen. Wenn sie scheitern, führt das sehr oft zu einer mächtigen Hoffnungslosigkeit und Enttäuschung, manchmal verlieren sie ihr Selbstvertrauen oder die Sprachentwicklung verzögert sich bei Kindern zwischen drei und sechs Jahren. Ihre Mütter hingegen sind die meiste Zeit erschöpft und verkrampt, denn sie haben immer Stress und Sorge. Einige von ihnen besuchen wegen ihrer kleinen Kinder noch keinen Sprachkurs, folglich erleben sie bei jedem Arzt- oder Amtsbesuch eine Enttäuschung aufgrund der Unverständlichkeit der deutschen Sprache. Einige, die einen Sprachkurs machen, versinken in den verschiedenen Verantwortlichkeiten, denen sie sich im Alltag stellen müssen: zur Schule gehen, Hausaufgaben machen und lernen einerseits, sich um Haushalt, Kinder und ihr Leben kümmern andererseits.

Doch nicht nur die Sprache, auch die neue Kultur, die neue Gesellschaft und die neuen Gewohnheiten und Traditionen – das soziale Leben generell – ist ein Grund, weshalb Zugewanderte psychisch erkranken. Soziale Beziehungen werden in Deutschland nach Beobachtung vieler Zugewanderten nicht so intensiv gelebt wie in Syrien, oft beschränkt sich der Kontakt mit Freunden und Familie auf das Wochenende. Bei den



meisten syrischen Ausländer\*innen auf der anderen Seite gehört der Kontakt zu Familie und Freunden zum Alltag. Man kann darauf nicht verzichten. Jedoch haben viele keine Familie in Deutschland. Und wenn sie die Sprache nicht sprechen können, können sie mit niemandem Kontakt aufnehmen und fühlen sich einsam.

Der dritte Grund für Depressionen sind schwermütige Gedanken und Stimmungen aufgrund von Heimweh und Einsamkeit. Eine Frau, mit der ich sprach, drückte es so aus: „Die Einsamkeit schlachtet mich.“ Einige Ausländer\*innen, so wie die Frau, haben die Integration nie versucht. Und sie haben ein Heimweh nach ihrem Vaterland, das wegen des Krieges zerstört ist und wohin man unmöglich wieder zurückkehren kann. Zudem sorgen sie sich um ihr Leben und das Leben ihrer Kinder. Sie stehen vor einer unbekanntem Zukunft. Auch sie fühlen sich fremd und einsam. Kurzum, sie denken, dass sie auf ein neues Trauma zusteuern und bekommen Depressionen, Panikattacken oder Zwangsstörungen. Zu diesem Zeitpunkt sprechen viele Mütter über ihr psychisches Leid mit ihren Kindern, denen es aber oft auch nicht gut geht. Sie haben Schwierigkeiten in der Schule, die sie wegen der neuen Sprache nicht so gut schaffen können, obwohl sie schlau sind und in ihrem Heimatland erfolgreicher waren. Manchmal wissen sie zwar die richtige Antwort auf die Frage, die vom Lehrer gestellt wird, aber sie trauen sich nicht zu antworten, weil sie Angst haben wegen ihrer fehlerhaften Sprache ausgelacht zu werden. Manche ausländischen Kinder werden auch von deutschen Kindern wegen ihrer Haut- und Haarfarbe oder wegen ihres Akzents gemobbt. Doch auch von Seiten einiger Lehrer\*innen gibt es Diskriminierungen, worüber ich manche traurige Geschichte erzählen könnte. Das sind die Gründe, weshalb sich auch einige ausländische Kinder innerlich und äußerlich zurückziehen oder Depressionen bekommen.

## **Berufliche Schwierigkeiten**

Auch auf beruflicher Ebene ist es oft nicht leicht für Ausländer\*innen. Viele von ihnen möchten gerne arbeiten, können es aber aus einem der folgenden Gründe nicht: Sie können nicht gut oder gar kein Deutsch sprechen. Sie werden bei der Wunscharbeit nicht angenommen, weil sie Ausländer\*innen sind oder keine beglaubigten Zeugnisse haben. Es gibt Schwierigkeiten bei der Anerkennung ihrer Zeugnisse aus dem Vaterland und auch ihre Jahre der Arbeitserfahrung werden nicht anerkannt. Manchmal möchten sie nicht irgendeine Arbeit annehmen, weil sie in der

Heimat einen prestigeträchtigen Arbeitsplatz hatten, wie beispielsweise eine Frau, die in ihrem Vaterland Ingenieurin war. 25 Jahre lang leistete sie in einer großen Firma Großartiges. Aber aufgrund unzureichender Sprachkenntnisse fand sie lediglich eine Arbeit als Reinigungskraft, weshalb sie einen Nervenzusammenbruch bekam. Wie könne sie es akzeptieren als Reinigungskraft zu arbeiten? Wie könne sie mit dieser Schande leben? Frauen, die ein Kopftuch tragen, berichten über sehr wenige Arbeitsmöglichkeiten. Entweder werden sie wegen ihres Kopftuchs nicht eingestellt oder sie bekommen eine Zusage unter der Bedingung, das Kopftuch auszuziehen. Zuletzt berichtete eine Person von Diskriminierung am Arbeitsplatz durch einen geringeren Lohn als ein deutscher Kollege mit gleichwertiger Arbeit.

Auch in anderen Bereichen gibt es Diskriminierungserfahrungen. Der Großteil der Befragten hatte Schwierigkeiten bei der Wohnungssuche, wegen Herkunft und Sprache, wegen der Anzahl der Kinder oder der Kopftuch tragenden Frau. Nachdem eine Wohnung gefunden wurde, ist die Familie häufig mit Diskriminierung oder Mobbing am Wohnort konfrontiert. Depressionen sind häufig eine Folge all dieser Erfahrungen. Dazu kommt ein Vitamin D3 Mangel wegen der geringeren Sonnenstunden in Deutschland.

Am Ende dieses Artikels möchte ich einen Appell an alle Menschen, die in Deutschland leben, richten. Bitte entschuldigen Sie falsches Benehmen, egal, ob es von einer ausländischen oder deutschen Person verursacht wurde, egal, ob die Person christlich oder muslimisch ist. Möglicherweise wurde dieser Fehler versehentlich begangen oder er beruht auf einem Missverständnis zwischen den Kulturen. Oder vielleicht war die Stimmung dieser Person unausgeglichen oder sein Herz oder seine Seele sind gebrochen. Womöglich leidet sie an Depressionen und es gibt viel Kummer und viele traurige Geschichten in ihrem Herzen und in ihrem Leben. Wir sind alle menschlich und wurden alle mit menschlicher Natur erschaffen. Die Natur des Menschen ist meiner Ansicht nach friedlich, positiv, mild und sanft. Es gibt keinen von Geburt an schlechten Menschen. Der Mensch wurde nicht aggressiv erschaffen, sondern die Lebensverhältnisse haben seine positive Natur gebrochen. Deshalb sollten wir einander Fehler verzeihen und so wird diese Person mit der Zeit zu ihrer eigentlichen Natur zurückkehren.



Zeichnungen: Asmaa Abdulmalek



von Amin Safari

Vor drei Jahren bin ich nach Deutschland gekommen und dann nach Bamberg umgezogen. Bamberg ist eine schöne Stadt in Bayern. Sie hat eine alte Geschichte und ich finde sie sehr hübsch. Bamberg hat auch eine große Universität und deshalb lernen viele internationale Student\*innen in Bamberg. Doch wo können sie sich etwas kaufen, wenn

arbeiten die ganze Woche und bis spät in die Nacht. Wohin können die Köch\*innen oder die Bedienung in den Cafés und Restaurants gehen, wenn ihnen am Abend etwas ausgeht und sie Nachschub brauchen?

In Bamberg gibt es viele Geschäfte und man hat viel Auswahl beim Einkaufen. Sie sind aber nur bis 20 Uhr geöffnet, wie in ganz Bayern, aber das finde ich zu kurz. Denn die Möglichkeiten,

## Öffnungszeiten der Geschäfte in Bamberg

sie abends beispielsweise gemütlich beisammen auf der Kettenbrücke sitzen und noch Lust auf Chips oder eine Cola haben?

Im Sommer kommen viele Tourist\*innen nach Bamberg und die Gastronomiebetriebe

sich am Abend oder in der Nacht etwas zum Essen oder Trinken zu kaufen, sind teure Möglichkeiten: Es bleibt nur der Automat oder die Tankstelle. Länger geöffnete Geschäfte würden die Lebendigkeit, die die Stadt durch die Tourist\*innen und Student\*innen hat, noch verstärken und das Leben verbilligen und vereinfachen.

In meinem Heimatland Iran haben die Geschäfte bis 23 Uhr geöffnet, was für mich ein großer Vorteil ist. Sicher kann ich mir auch einige Nachteile vorstellen, beispielweise, dass die Verkäufer\*innen länger in den Abend hinein arbeiten müssen. Aber letztendlich ist es meiner Meinung nach besser für die Stadt und die Menschen, wenn die Öffnungszeiten der Geschäfte erweitert werden.

Symbolbild: Amin Safari

# Unterschiede zwischen syrischen und deutschen Familien

von **Hanifa Mekresh**

Im Dezember 2015 kam ich von Syrien nach Deutschland und ich lebe seither in Bayern. Hier sind viele Dinge anders, als ich es aus meiner Heimat kenne. So zum Beispiel auch, wenn es um Familien geht.

In Syrien gilt die Familie als die wichtigste soziale Beziehung im Leben. Überall gibt es regelmäßige Familientreffen, meist am Wochenende. Man trifft sich auch zu den Festen und allen möglichen anderen Anlässen. Stets wird miteinander gegessen. Danach spielen die Kinder miteinander, während sich die Eltern zusammensetzen und darüber sprechen, wie das Leben derzeit läuft. Wenn jemand ein Problem hat, spricht er offen darüber, und alle versuchen, gemeinsam eine Lösung zu finden. Wenn zum Beispiel jemand seine Arbeit verloren hat, hilft die Familie ihm mit Geld aus oder unterstützt ihn dabei, eine neue Arbeit zu finden. Auch wenn jemand ein neues Projekt hat, denken alle mit und tragen ihre Ideen dazu bei. Man amüsiert sich miteinander, geht zusammen in den Freizeitpark oder unternimmt gemeinsam andere Freizeitaktivitäten. Natürlich machen es nicht alle Familien in Syrien so. Es ist je nach Gegend unterschiedlich und von den jeweiligen gelebten Traditionen abhängig.

## Wichtigkeit von Familientreffen

In Deutschland sind solche häufigen Familientreffen nach meinen bisherigen Beobachtungen nicht so verbreitet. Hierzulande bestehen die meisten Familien aus Eltern mit ein bis zwei Kindern, in den meisten syrischen Familien gibt es dagegen mindestens drei oder vier Kinder. Entsprechend kommen bei einem deutschen Familientreffen nicht so viele Menschen zusammen wie in einer syrischen Großfamilie.

Eins der größten Feste in Syrien ist „Eid al-Fitr“, auf Deutsch Zuckerfest. Es steht am Ende des Ramadans und dauert drei Tage lang. Darauf bereiten wir uns schon während des Ramadans vor. Die Vorbereitung umfasst das Backen verschiedener Süßigkeiten für das Fest, den Kauf von Kleidung und die Organisation eines Familienbesuch-Programms sowie das Aufräumen und das Dekorieren der Häuser. Am Vorabend von Eid al-Fitr ist die Arbeit für die Mütter besonders stressig, wenn es darum geht, den nächsten Tag vorzubereiten und oftmals bis in den Morgen hinein zu arbeiten. Auf dem Zuckerfest versammelt sich die ganze Familie, egal, wie weit entfernt voneinander die Mitglieder leben. Wie groß die Zahl der Menschen insgesamt ist, spielt keine Rolle. Besonders wichtig ist, dass die verheirateten Söhne und Töchter ihre Eltern besuchen. Sie bringen

normalerweise ihre Kinder mit und bleiben für das ganze Fest. So sind die Häuser mit Jungen und Alten komplett gefüllt und das erfordert Essen in großen Mengen. Obwohl es eine große Anstrengung für die Eltern ist, sind sie immer sehr erfreut über den Besuch.

## Freude trotz Anstrengung

Eine der Besonderheiten des Zuckerfestes ist, dass Großeltern und Eltern den Kindern einen Geldbetrag namens „Eidia“ (Festgabe) schenken. Auf dieses Geschenk warten die Kinder mit Geduld und sie erhalten es, wenn sie den Erwachsenen gratulieren. Die Kinder geben dieses Geld meistens sofort aus, um Spielzeug und Süßigkeiten zu kaufen, wodurch sie glücklicher werden. Während des Festes ist das Leben ganz anders als im Rest des Jahres, da alle Menschen glücklich sind. Kinder sind glücklich mit der neuen Kleidung und den Geschenken. Und über die Spiele auf der Straße, die sich in einen kleinen Freizeitpark verwandelt, was nur beim Zuckerfest geschieht. Die Erwachsenen sind glücklich, Verwandte und Freunde zu treffen und genießen das gute Essen. Im Arabischen sagen wir dazu „Aid Seid“, ein glückliches Fest.

## Krieg verändert das Fest

Seit dem Beginn des Krieges in Syrien ist das Feiern des Eid eher traurig geworden, da sich die Familien sowohl innerhalb Syriens als auch außerhalb des Landes verstreut haben und Eid-Besuche daher zu einem unerfüllbaren Traum geworden sind. Darüber hinaus lässt die wirtschaftliche Situation der meisten Familien es nicht zu, die notwendigen Süßigkeiten, Kleidungsstücke und Kindergeschenke zu kaufen. Auch wegen Corona werden keine Gebete in den Moscheen stattfinden und der Besuch zwischen Verwandten wird begrenzt sein. Dies vergrößert die Trauer der Syrer\*innen.

Es besteht kein Zweifel, dass die Folgen des Krieges in Syrien und die Zuflucht in einem anderen Land die familiären und sozialen Beziehungen der Flüchtlinge beeinträchtigt haben. In Syrien waren sich die Angehörigen vertrauter, aber hier muss man einen Termin vereinbaren, wenn man seine Verwandten oder Freunde besuchen möchte, die Mehrheit der Menschen hat nur begrenzt Zeit um ihre sozialen Pflichten zu erfüllen. Eine weitere Gewohnheit der deutschen Familien scheint es zu sein, dass die Kinder ausziehen, wenn sie achtzehn Jahre alt werden, um alleine in einer Wohnung zu leben. Natürlich gibt es das in Syrien auch, aber eher, wenn jemand heiratet oder in einer anderen Stadt studieren möchte.

# Kinder und Elektrogeräte

von **Maryna Amzoieva**

Während der Quarantäne hatten viele Kinder Stress und es scheint mir, dass die Aufgabe der Eltern darin bestand, Kindern etwas Interessantes anzubieten. Viele Eltern machten den Fehler, ihren Kindern während der Quarantäne den ganzen Tag ein Smartphone zu geben.

Ich denke, das ist sehr schlecht für die Gesundheit der Kinder, ihre Augen können leiden und die Kinder können Stress bekommen, wenn sie Computerspiele spielen und verlieren. In meiner Familie haben wir das anders gemacht. Wir kauften viele Spiele und verbrachten Zeit mit den Kindern. Das erste Spiel, das wir fast jeden Tag in der Quarantäne spielten und immer noch spielen, ist „Halli Galli“. Dieses Spiel ist großartig für Kinder und passend ab fünf Jahren. In diesem Spiel lernen Kinder gut zählen und sie trainieren auch, auf Geschwindigkeit zu spielen. Das zweite Spiel, das wir in der Quarantäne gekauft haben, ist „Memo“. Es ist für Kinder ab vier Jahren geeignet und ein beliebtes Spiel, das das Gedächtnis von Kindern trainiert. Das Kind muss sich das Bild merken, sich an den Ort erinnern, an dem es liegt, und das Gegenstück dazu finden. Daneben spielten wir gern „Domino“ und „Lotto“ und lernten, Armbänder aus Gummibändern zu weben. Auch lasen wir viele Bücher. Meine Kinder beschäftigten sich ebenfalls gern mit ihren Haustieren: der Katze und den Meerschweinchen. Sie liebten es auch, zusammen Kuchen zu essen. Wenn das Wetter gut war, dann gingen wir in den Garten. Die Kinder spielten gerne mit ihrem Papa Ball. Meine Tochter spielte mit Puppen und ihrem Kinderwagen. Auch fuhren wir gerne Fahrrad zusammen. Für Kinder ist es meiner Meinung nach gesünder und besser, wenn sie weniger Elektrogeräte benutzen, auch jetzt, nach der Quarantäne. *Bild: Maryna Amzoieva*



## Interview mit Helga Lang, Arbeitsvermittlerin beim Jobcenter Landkreis Bamberg

*Wie definiert man Weiterbildung?*

In der Arbeitsförderung wird zwischen „Erstausbildung“ und „Weiterbildung“ unterschieden. Dabei ist „Erstausbildung“ der erste berufliche Abschluss, den ein Bewerber erwirbt, und „Weiterbildung“ eine Qualifizierung, die einen bereits vorhandenen beruflichen Abschluss ergänzt. Beispiel: Die Ausbildung zur Zahnmedizinischen Fachangestellten in einer Arztpraxis ist eine (Erst-)Ausbildung. Die Zahnmedizinische Prophylaxeassistentin hingegen ist eine Weiterbildung, die Zahnmedizinische Fachangestellte nach ihrer Ausbildung absolvieren können.

*Welche Voraussetzungen muss man mitbringen, damit man als Zugewanderte vom Jobcenter finanzielle Unterstützung für eine Weiterbildung erhalten kann?*

Unterstützung wird sowohl für Erstausbildungen als auch für Weiterbildungen geleistet und zwar unabhängig davon, ob man zugewandert oder deutsch ist. Zunächst einmal muss die Eignung des Bewerbers vorliegen. So müssen stabile schulische Basiskenntnisse vorhanden sein. Für manche Arten von Bildung/Ausbildung fordert der Gesetzgeber auch einen bestimmten Schulabschluss (Hauptschulabschluss oder Mittlere Reife). Für Zugewanderte bedeutet das auch, dass sehr gute Deutschkenntnisse sowohl im Mündlichen als auch im Schriftlichen vorhanden sein müssen. Es gibt zwar auch begleitende Sprachförderung, die kann aber höchstens ergänzend helfen, jedoch keine größeren Lücken füllen. Außerdem muss eine hohe Motivation vorliegen und eine ausreichende Belastbarkeit für die oft sehr fordernden Bildungsmaßnahmen gegeben sein. Das bedeutet auch, dass bei den Interessenten die persönlichen Rahmenbedingungen positiv sein müssen. So muss z.B. die Kinderbetreuung abgesichert sein usw. Schließlich muss die Bildungsmaßnahme mit hoher Wahrscheinlichkeit zu einer Integration in den Arbeitsmarkt führen. Mit einer Ausbildung in der Altenpflege ist das z.B. garantiert der Fall, mit einer Ausbildung zum Goldschmied eher nicht. Das alles wird im Vorfeld von den Fachkräften in den Jobcentern/Agenturen für Arbeit abgeklärt und mit dem Interessenten/der Interessentin besprochen.

*Welche Unterlagen benötigt das Jobcenter?*

Idealerweise sind Schulzeugnisse vorhanden, bei Zugewanderten in einer deutschen Übersetzung. Dann sind Zertifikate von Sprachkursen sehr hilfreich. Falls Arbeitszeugnisse von früheren Beschäftigungen vorhanden sind, sind auch diese nützlich.

*Wenn man eine Weiterbildung machen möchte, welche Ämter außer dem Jobcenter finanzieren die Weiterbildung?*

Meist ist tatsächlich das Jobcenter bzw. die Agentur für Arbeit zuständig. Falls es sich um eine Höherqualifizierung handelt, kann es auch das Amt für Ausbildungsförderung sein. Ein Beispiel hierfür wäre eine Weiterbildung, die von der Kinderpflegerin zum Berufsabschluss als Erzieherin führt. Hierfür kann „Meister-BAföG“ beim Amt für Ausbildungsförderung im Landratsamt bzw. in der Stadt Bamberg (je nach Wohnort) beantragt werden. Daneben gibt es noch – auch über die Ämter für Ausbildungsförderung – für schulische Ausbildungen, die keine Höherqualifizierung sind, die Möglichkeit Schüler-BAföG zu beantragen. Wer eine betriebliche Ausbildung macht und einen eigenen Haushalt führt, kann auch „Berufsausbildungsbeihilfe“ bei der Agentur für Arbeit beantragen. Das ist wahrscheinlich auf den ersten Blick ziemlich verwirrend. Die Jobcenter/Agenturen für Arbeit informieren aber automatisch über ergänzende Fördermöglichkeiten. Insofern sind sie der richtige erste Ansprechpartner.

*Warum sind berufliche Weiterbildungen wichtig, speziell auch für Zugewanderte?*

Egal, ob zugewandert oder nicht: ungelernete Arbeitskräfte verdienen deutlich weniger als Fachkräfte, werden schneller arbeitslos und bleiben das auch länger. Passgenaue Weiterbildungen zahlen sich fast immer aus.

*Wie lange dauert eine Weiterbildung?*

Da gibt es keine Regel. Es gibt Weiterbildungen, die nur wenige Tage dauern, und es gibt welche, die dauern viele Monate. Erstausbildungen, die zu einem Berufsabschluss führen, dauern je nach Beruf zwischen zwei und dreieinhalb Jahren.

*Wann kann man sie machen?*

Weiterbildungen werden das ganze Jahr über angeboten. Es gibt keine festen Starttermine. Wenn es um einen Berufsabschluss geht, ist der Start fast immer August oder September.

*Wie groß sind die Chancen nach einer Weiterbildung eine bessere Stelle zu finden? Wie lange dauert das?*

Das kann man nur unheimlich schwer voraussagen. Es hängt zum einen vom Beruf ab und zum anderen von den Noten. Bei ausgesprochenen Mangelberufen wie z.B. in der Pflege haben auch Bewerber\*innen mit mittleren Noten hervorragende Chancen. Bei Berufen, in denen es viele Bewerber\*innen für wenige Stellen gibt wie z.B. im Bürobereich, müssen die Noten schon sehr gut bis gut sein, sonst wird es schwierig. Wie so oft im Leben hängt vieles von der individuellen Motivation und der Einsatzbereitschaft ab.

## Auflösung der Rätsel aus der letzten Ausgabe (Sonderausgabe 2021)

In unserer letzten Ausgabe ging es um Redewendung und deren Bedeutung. Wir fragten unsere Leser\*innen, ob sie die Redewendungen, die auf den Fotos abgebildet sind, erkennen können. Hier sind die Lösungen:

**Bild mit Hühnern:** „Auch ein blindes Huhn findet mal ein Korn.“

Das bedeutet: Eine Sache kann auch einmal durch Zufall oder trotz mangelnder Kompetenz gelingen.

**Bild mit Katze:** „Die Katze im Sack kaufen“

Das bedeutet: Jemandem blind vertrauen, einen Gegenstand erwerben, ohne ihn vorher genau geprüft zu haben.

Bilder: Nataliia Reznik





Bild: Melanie Kaiser

**Das Redaktionsteam dieser Ausgabe:**

hinten von links nach rechts:

**Hanifa Mekresh, Olga Bialas, Asmaa Abdulmalek, Anwar Huseen**

vorne von links nach rechts:

**Shahab Mirzad Jahromi, Amin Safari, Nina Garshina, Maryna Amzoieva**

nicht auf dem Bild:

**Fatema Al Yousef, Yinghua Fan, Asma Nawaz, Giorgos Poulladofonos****Projektleitung:**

Melanie Kaiser, M.A., Lehrkraft Deutsch-als-Zweitsprache Integrationskurse/Berufssprachkurse

**Kommentare und Leserbriefe an:**

kaiser.melanie@eso.de