

WOCHENZAHL

15 Heimspiele in Serie ohne Sieg: Das ist die ernüchternde Bilanz von Hertha BSC. Mit dieser Serie haben die Blau-Weißen den Negativ-Rekord von Tasmania Berlin aus der Saison 1965/66 eingestellt.



PREISVERLEIHUNG

Am Donnerstag wird der Deutsche Computerspielpreis vergeben: im Berliner Congress Center am Alex. Preise gibt es in zehn Kategorien, u. a. „Bestes Browsergame“. Showact: Miss Platnum.



QUIZMAL

Durch den Mauerpark verläuft der Radfernweg: **Berlin-Leipzig Berlin-Usedom**
Auflösung unter www.morgenpost.de/schueler

Schüler machen Zeitung ist ein Medienprojekt der Berliner Morgenpost, an dem sich Klassen aus Grund- und Oberschulen beteiligen können. Junge Journalisten sind eingeladen, Artikel für diese Seite und für Morgenpost Online zu schreiben.

THEATERTIPP
VON SANDRA KHNAST

Wenn der „Essotiger“ in die Schule kommt

Mobbing und Übergewicht können jeden betreffen. Davon handelt eine Inszenierung des Theaters Strahl, die sich Klassen direkt in die Schule bestellen können: Das Stück „Der Essotiger“ erzählt von einem fett-leibigen Jungen, der viele Probleme in seiner Familie hat. Der Vater trennte sich von der Mutter, und diese hat nun wechselnde Freunde. Da es keine gemeinsamen Mahlzeiten gibt, ist das Essverhalten des Jungen unausgewogen. In der Schule wird er gehänselt, weil er so viel schwitzt und ein „Schlauchboot“ um den Bauch trägt. Auch das blonde Mädchen aus der Nebenklasse würdigt ihn keines Blickes. Dieser Junge hat keinen Freund. Und er hat erfolglos alle möglichen Diäten versucht. Alles, was ihn traurig macht, frisst er in sich hinein, um sich zu trösten. Als er als „Essotiger“ zu arbeiten beginnt, nimmt er 18 Kilo ab. Doch wie kann er das Herz des Mädchens erobern und wie weiter abnehmen?

Das Stück finde ich gelungen, denn Schauspieler Dennis Habermehl stellt alles sehr lustig und anschaulich dar. Das Problem Übergewicht kann jeden treffen. Man sollte überlegen, wie man andere behandelt und wie man selber behandelt werden möchte!

Nach der Aufführung haben wir noch mit einer Ess-Expertin gesprochen. Ihr Rat: Man sollte lieber mehrere kleine Portionen verteilt über den Tag essen und nicht nur drei große Mahlzeiten. Im Expertengespräch haben wir außerdem gelernt, dass man mit Leuten, die eine Essstörung haben, behutsam umgehen und mit ihnen, ihren Eltern oder dem Vertrauenslehrer darüber sprechen sollte. Niemals werden diese Menschen alleine aus dem Teufelskreis kommen. Wenn man sieht, dass Menschen gemobbt werden, sollte man auf jeden Fall eingreifen. („Der Essotiger“ ist ein Ein-Personen-Stück für Klassenzimmer, das individuell gebucht werden kann; Tel. 69599222).

Kl. 8.11, Gustav-Heinemann-Oberschule, Marienfelde

Neue Aktion für junge Reporter

In Kooperation mit dem ADAC Berlin-Brandenburg bietet die Morgenpost jungen Journalisten einen interessanten Termin an: Der Eco-Marathon auf dem Lausitzring ist ein in ganz Europa beachtetes Event, weil es bei diesem „Rennen“ der anderen Art ums Spritsparen geht. Studenten-Teams mit selbst konstruierten Fahrzeugen haben dabei nur ein Ziel: möglichst viele Kilometer mit möglichst wenig Kraftstoff zurückzulegen. Bis zu 40 SchülerreporterInnen können am Donnerstag, 6. Mai, mit zum Eco-Marathon fahren. Teilnehmer von „Schüler machen Zeitung“ melden sich bis 30. April allein oder in Gruppen für die kostenlose Tour an: per Mail an jugend@morgenpost.de oder per Fax (030-2591-33627). Namen, Klasse, Schule und Telefonnummer nicht vergessen!



ADAC Berlin-Brandenburg e.V.

Die hormonelle Leichtigkeit des Mais

Woher kommen die Frühlingsgefühle? Interview mit dem Biopsychologen Prof. Walschburger

Berlin genießt die Leichtigkeit des Frühlings. Das sonnige Wochenende lud zu Entdeckungstouren im Freien ein; entspannte Menschen mit Riesen-Sonnenbrillen bevölkerten die Cafés. Und in den Parks war Flirten angesagt. Offenkundig löst der Frühling im Körper eine Menge Veränderungen aus. Welche genau, das wollten die Morgenpost-Jugendreporterinnen Viktoria und Leonie wissen. Sie interviewten den Biopsychologen Prof. Peter Walschburger:

Viktoria & Leonie: Gibt es so etwas wie Frühlingsgefühle wirklich oder ist es eher eine Einbildung der Menschen, dass es ihnen besser geht, wenn das Wetter schöner wird?

Prof. Peter Walschburger: Man hört unterschiedliche Meinungen darüber, ob es Frühlingsgefühle gibt oder nicht. Ich bin überzeugt davon, dass es echte Frühlingsgefühle gibt. Jeder kann dieses Phänomen beobachten: Einerseits sind wir angeregt durch die schöne Pflanzenwelt und das Wetter, andererseits kommen die Menschen wieder häufiger im Freien zusammen. Sie ziehen sich leichter an und das Miteinander bekommt eine leicht erotische, ästhetische Qualität. Darüber hinaus gibt es natürlich Körperfunktionen, die in einen Jahresrhythmus eingebunden sind. Damit meine ich vor allem die hormonelle Umstellung im Frühling.

Wieso gibt es speziell im Frühjahr eine solche Umstellung?

Unsere Hormone passen sich an Tag und Nacht an. Wir haben zwei Hormone, die für unseren 24-Stunden-Rhythmus verantwortlich sind und eine gegensätzliche Wirkung haben: Melatonin wird nachts ausgeschüttet, sorgt für Schlaf und Ruhe, während Serotonin tagsüber freigesetzt wird und ein aktives, lebendiges Dasein fördert. Für die Produktion von Melatonin und Serotonin ist die Zirbeldrüse zuständig. Wenn es länger hell ist, wird mehr Serotonin ausgeschüttet, was der tief im Hirn liegenden Zirbeldrüse über Nervenimpulse von den Augen mitgeteilt wird. Da es im Frühjahr länger hell ist und die Nächte kürzer werden, ändert sich also das Mischungsverhältnis zwischen diesen beiden Hormonen und wir haben mehr Lust und Kraft für den Tag. Dadurch kommt



Frühling und Sonne fühlen sich gut an: Auch im Freien wird jetzt wieder mehr geflirtet

FOTO: GETTY IMAGES

Zur Person

Hintergrund Prof. Peter Walschburger, Jahrgang 1946, arbeitet als Biopsychologe an der Freien Universität Berlin, im Fachbereich Erziehungswissenschaft und Psychologie. Biopsychologen sind Psychologen, die sich spezialisiert haben. Sie beschäftigen sich mit den biologischen Grundlagen des Psychischen bzw. des menschlichen Verhaltens.



Frühlings-Interview im Garten: Prof. Peter Walschburger und Morgenpost-Jugendreporterin Viktoria

FOTO: HUBER

es zu diesem gehobenen Lebensgefühl im Frühjahr, das schon die romantischen Dichter in wunderbarer Lyrik beschrieben haben.

Stimmt es, dass Frauen eher zu Frühlingsgefühlen neigen?

Das würde ich so nicht sagen. Was dahinter steckt, ist wahrscheinlich die Beobachtung, dass es zum Stereotyp eines richtigen Mannes gehört, dass er nicht so sehr ein gefühlssensibler Mensch ist. Er steckt das alles weg – und was soll das überhaupt, wenn es länger hell und warm ist und ein paar Vögel pfeifen? Die Frage ist, ob man solche Gefühle zulässt, und vielleicht können Frauen unbefangener und einfühlsamer darüber reden.

Aber sind Frühlingsgefühle denn auch wissenschaftlich messbar?

Weil wir Kinder der Natur und seit Jahrmillionen eingebunden in ihre Rhythmen und daran angepasst sind, gibt es eine intime Wechselbeziehung zwischen den physikali-

schen Umgebungsbedingungen wie Wärme, Sonne, Licht und den Stimmungen der Menschen. Das ist nachweislich so: Denken wir an die vielen Gespräche über das Wetter. Messbar sind immer einzelne Faktoren, wie etwa ein Gefühlserlebnis oder ein Hormonmuster. So können Sie etwa die Frühlingsgedichte mit den Herbstgedichten vergleichen und werden bei der Inhaltsanalyse feststellen, dass die Frühlingsgedichte euphorischer sind. Im Hormonbereich gilt: Durch das veränderte Mischungsverhältnis von Melatonin und Serotonin im Frühjahr gibt es körperliche Anreize für ein gehobenes Lebensgefühl. Mit einem weit verbreiteten Vorurteil möchte ich aber aufräumen: Es ist nicht so, dass im Frühjahr mehr Kinder gezeugt werden...

Hormonforscher sagen, dass die „Lust am Frühling“ abnimmt. Viele Einflüsse – wie etwa Winterurlaube in warmen Ländern – stören heute

den natürlichen Rhythmus der Menschen. Ist das so?

Solche Einflüsse verkomplizieren das Ganze zweifellos. Hormonforscher weisen darauf hin, dass Frauen die Pille nehmen. Oder ältere Leute „Anti-Aging“-Hormone. Und: Anders als unsere Vorfahren leben wir viel in geschlossenen Räumen, in denen uns Sonne und Licht schlechter erreichen. Umgekehrt machen viele Leute die Nacht zum Tag oder sind auch nachts Lichtstress ausgesetzt, weil ihre Schlafzimmer nicht dunkel genug sind. Solche Einflüsse auf unseren Hormonhaushalt gibt es unter zivilisierten Menschen in Hülle und Fülle. Der Mensch ist eben offen für solche zivilisatorischen Einflüsse, aber insgesamt kommt es doch bei einer großen Zahl von Menschen zu Frühlingsgefühlen.

Haben Tiere auch so etwas wie Frühlingsgefühle?

Ja, der Vitalisierungseffekt lässt sich in ihrem Verhalten sogar stär-

ker nachweisen, weil sie mehr in den Jahresrhythmus eingebunden sind. Die Frage ist eher, inwieweit sie dies auch bewusst erleben. Der Mensch kann viel freier als die Tiere auf alle möglichen Einflüsse aus seiner Umwelt reagieren. Bei Tieren finden man viel mehr Beispiele für bestimmte Anpassungen und manche sterben regelrecht aus, wenn die Temperatur z. B. über fünf Grad zunimmt. Das ist bei Menschen anders. Doch zu glauben, dass der Mensch seine instinktiven und natürlichen Anpassungsprozesse völlig verloren hat, stimmt eben auch nicht.

Welchen biologischen Sinn machen denn Frühlingsgefühle überhaupt?

Es hat einen hohen Anpassungsvorteil, dass Lebewesen tagsüber, wenn sie etwas sehen, aktiver sind und sich nachts regenerieren. Auch die Frühlingsgefühle haben mit solchen Anpassungsvorteilen zu tun. In dieser Jahreszeit nehmen die Lebensfunktionen besonders zu, beobachten wir eine allgemeine Vitalisierung der Lebewesen. Es ist eben auch die Zeit, um sich mehr und näher kennenzulernen. Im Mai wird bestimmt mehr geflirtet; Wenn man im November und im Mai um den Schlachtensee läuft und die Menschen beobachtet, dann wird man entsprechende Unterschiede in ihrem Sozialverhalten beobachten, die keiner komplizierten Erklärung bedürfen.

Die Fragen stellten **Viktoria Hensler** (15) & **Leonie Knosp-Graefen** (17)

Verein Somero hilft Kindern in Uganda

„Jeder hat eine Chance auf Bildung verdient“

Durch dieses Mädchen wurden innerhalb eines Jahres zehn weitere gerettet: Eine 17-Jährige, die nicht lesen und schreiben konnte, fiel Janna Rassmann, der Gründerin von Somero e.V., bei ihrem Praktikum in Uganda auf. Durch die Begegnung entstand die Idee, Kindern in diesem afrikanischen Land durch Patenschaften Bildung zu ermöglichen.

Wer eine Bildungspatenschaft übernimmt, bezahlt für ein Kind Schule, Essen und Trinken sowie Kleidung. Nach Angaben von Somero liegen die Kosten für eine ordentliche Schulausbildung auf einer Sekundärschule bei rund 80 Euro pro Monat. Natürlich ist es auch möglich, nur einen Teil der Kosten zu übernehmen. Der Berliner Verein besteht jetzt ein Jahr, das Somero-Team arbeitet ehrenamtlich. Lediglich die Sozialarbeiter vor Ort erhielten eine Aufwandsentschädigung, so der Verein. Spendengelder werden direkt nach Uganda überwiesen, wo es der Sozialarbeiter vor Ort, Geoffrey Nsubuga, verwaltet und gezielt die Rechnungen der Schule und die Versorgung der Stipendiatinnen bezahlt. Die Quittungen werden in Deutschland von Somero-Mitbegründerin Lina Huppertz kontrolliert. Die Schatzmeisterin erklärt auch, warum nur Mädchen unterstützt werden: „Es gibt eine große Ungleichheit in Uganda. Wenn beispielsweise eine Familie drei Kinder hat und nur eins davon zur Schule gehen kann, dann ist dies meist der Junge. Der Großteil der Kinder, die benachteiligt sind, sind Mädchen. Aber grundsätzlich wollen wir Jungs nicht ausschließen.“

Seit Kurzem gibt es in Uganda ein Beratungsgremium, das alle zwei Monate die laufenden Somero-Projekte bespricht.

Gemeinsam mit dem Somero-Team in Deutschland beschloss das Gremium nun, ein Büro in Uganda aufzubauen, das für Treffen zwischen den Stipendiatinnen, freiwilligen Helfern und Geoffrey dienen soll.

Somero e.V. unterstützt auch HIV-positive und an Aids erkrankte Kindern in Uganda, denen durch andere Sozialprojekte nicht geholfen wird. Der zentrale Gedanke des Vereins ist es jedoch, dass jedes Kind eine Chance auf Bildung verdient hat. Für die tolle Idee bekam der Verein 2009 den Engagementpreis des Vereins FES-Ehemalige (Friedrich-Ebert-Stiftung) verliehen. Weitere Infos im Internet unter: www.somero-uganda.de

Ricardo Tell & Ion Koumaris, Kl. 8c, Marie-Curie-Gymnasium, Wilmersdorf

DIESE KLASSEN SIND JETZT BEIM MORGENPOST-PROJEKT SCHÜLER MACHEN ZEITUNG DABEI



Wie funktioniert eine Zeitung? Das erfahren in diesen Wochen die Schüler der 9b, Ev. Schule Spandau



Noch mehr Projektschüler: die Kl. 8.1, Tagore-Gymnasium, Marzahn-Hellersdorf



Aus Tempelhof kommt diese Projektklasse: die 7R2, Theodor-Haubach-Oberschule



An Medien interessiert: die BQL-Gruppe Schulzeitung, Finkenkrug-Schule, Wilmersdorf

Der ADAC Berlin-Brandenburg ist Partner von „Schüler machen Zeitung“. Als führender Mobilitäts-Dienstleister fördert er junge Reporter mit Themen rund um Verkehrssicherheit, Führerschein und Fahranfänger.

Kontakt Online: jugend@morgenpost.de, im Internet findet Ihr weitere Schülerartikel und Bildergalerien unter www.morgenpost.de/schueler
Adresse: Redaktion Berliner Morgenpost, Schüler machen Zeitung, Andrea Huber, Axel-Springer-Str. 65, 10 888 Berlin, **Telefon:** 25 91-73 627, **Fax:** 25 91-33 627