

## Transkript zum Thema der Woche „online lernen“

Hier ist das Thema der Woche mit Ihrer Moderatorin Julia. Guten Tag.

Das Coronavirus hält die Welt in Atem. Seit mittlerweile knapp 2 Jahren befinden wir uns in einer Pandemie, die ihresgleichen sucht<sup>1</sup>. Volle Krankenhäuser, Gesundheitssysteme und deren Mitarbeiter am Limit, Maskenpflicht überall sowie die Angst, durch eine Ansteckung mit dem Virus einen schweren Krankheitsverlauf durchmachen<sup>2</sup> zu müssen, sind unsere täglichen Begleiter.

Covid 19 hat das Leben, wie wir es kannten, komplett verändert. Durch die Einschränkungen<sup>3</sup> in unserem Alltag hat sich vor allem ein Begriff besonders etabliert: das Homeoffice

Insbesondere in Deutschland gab es durch den Lockdown einen nie dagewesenen Boom an Arbeitern, die plötzlich ihr Zuhause als Büro nutzten. Aber auch Schüler und Studierende erfahren eine völlig neue Realität des Lernens. Sie sind plötzlich zuhause statt im Klassenzimmer oder Seminarraum und oft völlig auf sich alleine gestellt<sup>4</sup>. Einer Studie des Bundesinstituts für Bevölkerungsforschung zufolge erledigten im April 2020 23% der Beschäftigten ihre Arbeit von zuhause aus. Im Gegensatz dazu waren es im Jahre 2018 nur 5,3% und auch nur die Hälfte der Arbeitszeit. Bei Studierenden ist die Situation sogar noch drastischer<sup>5</sup>: Laut einer Studie der Universität Hildesheim aus dem Jahr 2021 studieren derzeit über 90% zuhause.

Dieser Zustand hat gravierende<sup>6</sup> Folgen für ihre mentale Gesundheit: Es fehlen ihnen vor allem soziale Kontakte, denn der persönliche Umgang mit anderen ist in dieser Zeit nur eingeschränkt<sup>7</sup> möglich. Auch der Austausch mit Dozenten und Professoren ist nicht mehr derselbe, obwohl dieser für ein erfolgreiches Studium essentiell<sup>8</sup> ist. Schließlich ist er ein Wegweiser<sup>9</sup> in der Ausbildung und eine persönliche Sprechstunde ist wesentlich effektiver als die Kommunikation per E-Mail. Nicht zuletzt vermisst fast ein Dreiviertel der Befragten das

---

<sup>1</sup> **ihresgleichen/seinesgleichen suchen**: eine Sache ist einzigartig bzw. einmalig

<sup>2</sup> **einen schweren Krankheitsverlauf durchmachen**: eine schwere Krankheit bekommen, die nicht mild oder einfach abläuft

<sup>3</sup> **Einschränkungen**: Limits/Verbote/Beschränkungen

<sup>4</sup> **auf sich alleine gestellt sein**: Keine Hilfe/Unterstützung von anderen bekommen

<sup>5</sup> **drastisch**: extrem/schwerwiegend

<sup>6</sup> **gravierend**: schlimm/ernst

<sup>7</sup> **eingeschränkt**: begrenzt/limitiert (Adjektiv von Einschränkung)

<sup>8</sup> **essentiell**: grundlegend/wichtig

<sup>9</sup> **der Wegweiser**: Schild, das den Weg zum Ziel zeigt (hier im Kontext als Metapher)

Nachtleben: Partys, Bars und andere Veranstaltungen finden derzeit nur höchstens selten bis überhaupt nicht statt.

Generell ist diese Ausnahmesituation<sup>10</sup> zwar ein Nachteil sowie eine immense<sup>11</sup> Herausforderung für das Arbeiten und Lernen jedes Einzelnen. Doch sie bietet uns auch viele Vorteile und neue Wege des Lernens:

**1. Flexiblere Arbeitszeiten:** Selbstverständlich ist auch das Homeoffice an bestimmte Zeiten gebunden<sup>12</sup>, vor allem an Besprechungen oder sonstige Termine. Oftmals verlangt der Chef sogar dieselben Arbeitszeiten wie im Büro, da die jeweilige Arbeit dies erfordert. Dennoch bietet sich vielen die Möglichkeit, ihre Zeit freier einzuteilen und nach ihrem eigenen Rhythmus zu organisieren. Dies ermöglicht beispielsweise längere Spaziergänge in der Mittagspause, den morgendlichen Gang ins Fitnessstudio oder das Erledigen bestimmter Arbeiten Mitten in der Nacht, ohne am nächsten Morgen früh aufstehen zu müssen.

**2. Eine optimale Arbeitsatmosphäre:** Man sagt, zuhause sei es doch am schönsten. Das Zuhause ist in der Regel ein angenehmerer Ort als das laute Büro mit telefonierenden Kollegen oder ein überfüllter<sup>13</sup> Hörsaal, in dem man Hunderte Stimmen auf einmal hört. In den eigenen vier Wänden lässt sich der Arbeitsplatz so gestalten<sup>14</sup>, wie man möchte. Hinzu kommt, dass man sogar tragen kann, was man möchte – vorausgesetzt<sup>15</sup> man hat keine Videokonferenz mit dem Chef, der angemessene<sup>16</sup> Arbeitskleidung erwartet.

**3. Geld und Zeit sparen und gleichzeitig die Umwelt schonen:** Ein bedeutender zeitlicher Aufwand fällt weg, wenn man sich den Weg zur Arbeit oder Uni sparen kann. Diese gewonnene Zeit kann man anderweitig<sup>17</sup> sinnvoll einsetzen oder einfach nichts tun und sich ausruhen. Gleichzeitig spart man sich Transportkosten, sei es für das Bus- oder Bahnticket oder um das Auto vollzutanken. Ein weiterer positiver Nebeneffekt ist, dass es die Umwelt schont, wenn weniger Fahrzeuge auf den Straßen unterwegs sind.

---

<sup>10</sup> **die Ausnahmesituation:** eine extreme/ungewöhnliche Situation oder Notsituation

<sup>11</sup> **immens:** sehr groß/riesig

<sup>12</sup> **gebunden an:** eine Sache ist von einer anderen Sache abhängig

<sup>13</sup> **überfüllt:** wenn sich zu viele Menschen an einem Ort befinden

<sup>14</sup> **gestalten:** konstruieren/Form geben

<sup>15</sup> **vorausgesetzt:** für den/in dem Fall, dass.../wenn...

<sup>16</sup> **angemessen:** passend für eine bestimmte Situation

<sup>17</sup> **anderweitig:** in einer anderen Situation/in geänderter Form

Neben all diesen Vorteilen gibt es natürlich auch Herausforderungen<sup>18</sup>, die wir zu meistern haben:

**1. Passende Rahmenbedingungen<sup>19</sup> ohne Ablenkungen<sup>20</sup>:** Für die Arbeit oder das Studium zu Hause ist es grundlegend, sich einen Arbeitsplatz einzurichten, an dem man produktiv sein kann und Ruhe hat. Passende Möbel gehören genauso dazu wie eine schnelle Internetverbindung. Wer Kinder hat, sollte nach Möglichkeit nicht mit ihnen in einem Raum arbeiten oder lernen, während diese laut spielen. Ablenkungen sind im Homeoffice oft größer als im Büro, daher erfordert es ein gewisses Maß an<sup>21</sup> Disziplin, seine Aufgaben in der vorgegebenen<sup>22</sup> Zeit zu erledigen, ohne ständig das Handy in die Hand zu nehmen und andere Dinge zu machen.

**2. Soziale Kontakte pflegen:** Je länger man sich aufgrund der Beschränkungen vom Rest der Gesellschaft isoliert<sup>23</sup>, desto mehr leiden unsere persönlichen Beziehungen. Treffen oder Veranstaltungen, die damals normal waren, sind mittlerweile kompliziert oder gar unmöglich. Natürlich besteht die Möglichkeit, sich online zu treffen, aber es fühlt sich einfach nicht mehr an wie früher. Doch dies sollte uns nicht davon abhalten, unsere Kontakte weiterhin zu pflegen, denn eines Tages wird die Normalität zurückkehren und dann wäre es schade, wenn man sich nicht um seine Freundschaften gekümmert hätte.

**3. Chancen ergreifen und Neues lernen:** Es ist durchaus möglich, dass diese weltweite Krise unser Verhalten dauerhaft ändert. Es ist leicht zu sagen: „Früher war alles besser.“ Doch wie wäre es, diese Situation als Chance zu sehen und neu aufkommende Möglichkeiten<sup>24</sup> zu nutzen? Es ist eine Phase, in der wir mehr Zeit zuhause verbringen. Haben wir uns damals nicht gewünscht, mehr Zeit für Dinge wie Familie oder Hobbys zu haben? Jetzt ist auch die Zeit, in die eigene Weiterbildung zu investieren und die Karriere voranzutreiben<sup>25</sup>. Denn, so traurig das auch klingt, momentan verpasst<sup>26</sup> man draußen in der Welt nicht viel.

---

<sup>18</sup> **eine Herausforderung meistern:** ein Problem/eine Schwierigkeit lösen

<sup>19</sup> **die Rahmenbedingung:** eine Bedingung, die eine bestimmte Situation bestimmt

<sup>20</sup> **die Ablenkung:** eine Sache, die uns von unserer Arbeit etc. abhält. (Es gibt auch positive Ablenkungen, z. B. ein Spaziergang in der Mittagspause)

<sup>21</sup> **ein gewisses Maß an etwas:** eine bestimmte Menge

<sup>22</sup> **vorgegeben (von „vorgeben“):** festgelegt/definiert/geplant

<sup>23</sup> **sich isolieren:** weggehen/andere Menschen vermeiden/alleine sein

<sup>24</sup> **aufkommende Möglichkeiten:** wenn neue Möglichkeiten entstehen

<sup>25</sup> **etwas vorantreiben:** eine Sache weiterentwickeln

<sup>26</sup> **etwas verpassen:** nicht dabei sein, obwohl man es möchte