

M.I.L.A.

ΠΕΡΙΟΔΙΚΟ ΓΙΑ ΠΟΛΥΜΕΣΑ, ΔΙΑΠΟΛΙΤΙΣΜΙΚΟΤΗΤΑ ΚΑΙ ΓΛΩΣΣΙΚΕΣ ΕΦΑΡΜΟΓΕΣ
ZEITSCHRIFT FÜR MULTIMEDIA, INTERKULTURALITÄT UND LINGUISTISCHE ANWENDUNGEN
JOURNAL OF MULTIMEDIA, INTERCULTURALISM AND LINGUISTIC APPLICATIONS

ISSN: 2945-2783

04/26

Blüte Ακμή

Blüten und Innerlichkeit

Άνθη και Εσωτερικότητα

Blumen sprechen

Τα λουλούδια μιλούν

Wenn Sprache blüht

Όταν η γλώσσα ανθίζει

... und Vieles mehr!

... και άλλα πολλά!



Inhaltsverzeichnis

01

SEITE 4

• Frühling im Klassenzimmer

#Rund um Sprache und Didaktik

02

SEITE 9

Kurz und bündig

03

SEITE 24

- Selbstregulierung und Frühling
- Berlin, Berlin ...
- Blumen sprechen
- Mode in voller Blüte

Gesellschaft und Kultur

04

SEITE 41

- Heringers Sprachwelt
- Der Frühling in vielen Sprachen
- Blüten und Innerlichkeit

Interkulturelles und Interlinguales

05

SEITE 51

Wenn Sprache blüht

Barrierefreies

06

SEITE 55

- Sprachkurs-Stopp für Zehntausende

Berufliches

07

SEITE 59

- „Wachstum...“
- „Die Bühne“
- „Geschlecht: weiblich – sie – die Frau“

Mailbox

08

SEITE 63

Frühling in Berlin

Kolumne +49

01

ΣΕΛΙΔΑ 4

• Η άνοιξη στην τάξη

Περί γλώσσας και διδακτικής

02

ΣΕΛΙΔΑ 9

Με λίγα λόγια

03

ΣΕΛΙΔΑ 24

- Αυτορρύθμιση και άνοιξη
- Berlin, Berlin ...
- Τα λουλούδια μιλούν
- Η μόδα σε πλήρη άνθιση

Κοινωνία και πολιτισμός

04

ΣΕΛΙΔΑ 41

- Ο γλωσσικός κόσμος του Heringer
- Η άνοιξη σε πολλές γλώσσες
- Άνθη και Εσωτερικότητα

Διαπολιτισμικά και διαγλωσσικά

Περιεχόμενα

05

ΣΕΛΙΔΑ 51

Όταν η γλώσσα ανθίζει

Προσβασιμότητα και συμπερίληψη

06

ΣΕΛΙΔΑ 55

Διακοπή μαθημάτων γλώσσας για δεκάδες χιλιάδες

Τα του επαγγέλματος

07

ΣΕΛΙΔΑ 59

«Ανάπτυξη...» «Η σκηνή» «Γένους Θηλυκού: Γυναίκα»

Mailbox

08

ΣΕΛΙΔΑ 63

Άνοιξη στο Βερολίνο

Στήλη +49

Editorial

Αγαπητές αναγνώστριες, αγαπητοί αναγνώστες,

με μεγάλη χαρά – και με λίγη υπερηφάνεια – σας παρουσιάζουμε ήδη το έκτο τεύχος του περιοδικού M.I.L.A. του Εργαστηρίου Πολυμέσων και Γλωσσικών Εφαρμογών του Τμήματος Γερμανικής Γλώσσας και Φιλολογίας τους Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών. Η θεματική αυτής της έκδοση είναι «η Ακμή».

Αυτό που ξεκίνησε το 2024 με πολύ μεράκι, ιδεαλισμό και αγάπη, έχει πλέον καθιερωθεί ως σημείο αναφοράς για διδάσκοντες/ουσες, φοιτητές/τριες, μαθητές/τριες, ερευνητές/τριες και επαγγελματίες που ασχολούνται με τις διασυνδέσεις ανάμεσα στη γλώσσα, τον πολιτισμό, την εκπαίδευση, την επικοινωνία και τη μετάφραση.

Τα προηγούμενα τεύχη απέδειξαν με εντυπωσιακό τρόπο πόσο γόνιμος είναι ο προβληματισμός γύρω από τη πολυγλωσσία, την διαπολιτισμική μάθηση, την προσβάσιμη επικοινωνία και τη διδασκαλία γλωσσών με πρακτικό προσανατολισμό – όχι μόνο από θεωρητική σκοπιά, αλλά και σε διδακτικό και κοινωνικό επίπεδο. Ιδιαίτερη χαρά μάς δίνει το γεγονός ότι η κοινότητα των συγγραφέων του περιοδικού είναι τόσο πολύμορφη όσο και τα θέματα, με τα οποία καταπιάνονται με πάθος.

Αυτό το πέμπτο τεύχος περιλαμβάνει πάλι μια σειρά από επίκαιρα και καινοτόμα άρθρα, που αναδεικνύουν σύγχρονους προβληματισμούς, προτείνουν δημιουργικές προσεγγίσεις και προωθούν τη σύνδεση θεωρίας και πράξης: είτε πρόκειται για ερεθίσματα στη διδακτική των ξένων γλωσσών ή τον ρόλο της ΤΝ στην εκπαιδευτική πράξη – το περιοδικό M.I.L.A. παραμένει ανοιχτό, ζωντανό και πολυφωνικό.

Θα θέλαμε να ευχαριστήσουμε θερμά όλους και όλες, όσοι/ες συνέβαλαν σε αυτή την έκδοση – με τα άρθρα τους, τη φιλολογική επιμέλεια ή την οργανωτική τους στήριξη. Ευχαριστούμε επίσης εσάς, τις αναγνώστριες και τους αναγνώστες μας, για το συνεχές σας ενδιαφέρον, τις παρατηρήσεις και την ενθάρρυνση που μας προσφέρετε.

Ελπίζουμε ότι και αυτή η έκδοση θα σας προσφέρει τροφή για σκέψη και δράση, σε μικρή ή μεγάλη κλίμακα.

Η ομάδα του περιοδικού M.I.L.A. σας εύχεται καλή ανάγνωση!

Αν. καθηγήτρια Άννα Χίτα

Επιστημονική υπεύθυνη του περιοδικού

ΕΚΔΟΤΗΣ:

Εργαστήριο Πολυμέσων και Γλωσσικών Εφαρμογών, ΕΚΠΑ

ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ:

Φιλοσοφική Σχολή, Κυψέλη 726, Νικολάου Πολίτη 1, 15784, Ζωγράφου, ΕΛΛΑΔΑ

ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗ ΥΠΕΥΘΥΝΗ: Άννα Χίτα

ΑΡΧΙΣΥΝΤΑΚΤΗΣ: Νίκος Αλεξάτος

ΥΠΕΥΘΥΝΗ ΥΛΗΣ: Μαρίνα Βλάχου

ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ/ΓΡΑΦΙΚΑ: Χρυσόστομος Καγιόγλου
Δημήτρης Στεφανιδάκης

ISSN: 2945-2783

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

mit großer Freude und auch ein wenig Stolz haben wir nun bereits die sechste Ausgabe unserer Zeitschrift M.I.L.A. des Instituts für Multimedia und Linguistische Anwendungen des Fachbereichs für deutsche Sprache und Literatur der Nationalen und Kapodistrias Universität Athen fertiggestellt. Diesmal lautet das Motto der Ausgabe „Blütezeit“.

Was 2024 mit viel Engagement, Idealismus und Herzblut begann, hat sich zu einer festen Anlaufstelle für Lehrende, Studierende, Lernende, Forschende und Praktiker*innen entwickelt, die sich mit den Schnittstellen von Sprache, Kultur, Bildung, Kommunikation und Translation beschäftigen.

Die bisherigen Bände haben eindrucksvoll gezeigt, wie fruchtbar die Auseinandersetzung mit Mehrsprachigkeit, interkulturellem Lernen, barrierefreier Kommunikation und praktischer Sprachvermittlung ist – nicht nur aus theoretischer Perspektive, sondern auch im didaktischen und gesellschaftlichen Kontext. Besonders schön ist es zu sehen, dass unsere Autoren*innen-Community ebenso vielfältig ist wie die Themen, die sie bearbeiten.

Dieser fünfte Band vereint wieder eine Reihe spannender Beiträge, die aktuelle Fragestellungen aufgreifen, innovative Konzepte vorstellen und den Transfer von Theorie in die Praxis mitdenken. Ob Impulse für die Fremdsprachendidaktik oder die Rolle der KI im Fremdsprachenunterricht – M.I.L.A. bleibt offen, lebendig und vielfältig.

Ein herzlicher Dank gilt an dieser Stelle allen Mitwirkenden, die durch ihre Beiträge, ihr Lektorat oder ihre organisatorische Unterstützung diese Ausgabe möglich gemacht haben. Ebenso danken wir unseren Leserinnen und Lesern für ihr kontinuierliches Interesse, ihre Rückmeldungen und die Motivation, die sie uns damit geben.

Wir hoffen, dass auch diese Ausgabe zum Nachdenken, Weiterdenken und Handeln anregt – im Kleinen wie im Großen.

Das gesamte Redaktionsteam der Zeitschrift M.I.L.A. wünscht viel Spaß bei der Lektüre!

Assoc.-Prof. Anna Chita

Herausgeberin der Zeitschrift



ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΠΟΛΥΜΕΣΩΝ ΚΑΙ
ΓΛΩΣΣΙΚΩΝ ΕΦΑΡΜΟΓΩΝ



INSTITUT FÜR MULTIMEDIA UND
LINGUISTISCHE ANWENDUNGEN

HERAUSGEBER:

Institut M.I.L.A., NATIONALE UND KAPODISTRIAS
UNIVERSITÄT ATHEN

ADRESSE:

Philosophische Fakultät, Raum 726,
Nikolaou Politi 1, 15784 Zografou, Griechenland

HERAUSGEBERIN DER ZEITSCHRIFT: Anna Chita

REDAKTIONSLEITER: Nikos Alexatos

FACHREDAKTEURIN: Marina Vlachou

DESIGN: Chrysostomos Kagioglou
Dimitris Stefanidakis

ISSN: 2945-2783

Frühling im Klassenzimmer:

Didaktische Ansätze und kreative Lernformate in der Zeit des Neubeginns



Kyriaki Kasapa

Η Άνοιξη στην Τάξη:

Διδακτικές προσεγγίσεις και δημιουργικές μαθησιακές πρακτικές στην εποχή του νέου ξεκινήματος

Der Frühling gilt auf symbolischer Ebene als Zeit der Erneuerung, des Aufblühens und des Neubeginns. Im schulischen Kontext beschränkt sich dieser saisonale Übergang jedoch nicht nur auf eine poetische oder kulturelle Dimension, sondern steht auch in Zusammenhang mit tatsächlichen Veränderungen in der Stimmung, der körperlichen Aktivität und dem Lernverhalten der Schülerinnen und Schüler. Mit zunehmender Tageslänge und steigenden Temperaturen verändert sich auch spürbar die Dynamik im Klassenzimmer.

Viele Lehrkräfte beobachten, dass Schülerinnen und Schüler in den Frühlingsmonaten eine erhöhte Bewegungsaktivität und größere Offenheit im sozialen Austausch zeigen, gleichzeitig jedoch auch stärkere Schwankungen in ihrer Konzentrationsfähigkeit auftreten. Dieses Phänomen wird im schulischen Alltag häufig als „Lockerung“ oder als nachlassendes Interesse interpretiert. Eine differenziertere pädagogische Betrachtung legt jedoch nahe, dass es sich hierbei um eine natürliche saisonale Anpassung des Organismus sowie der psychosozialen Dynamik handelt.

Anstatt den Frühling daher als Phase didaktischer Ermüdung zu betrachten, kann er vielmehr als Anlass für eine be-

Η άνοιξη αποτελεί, σε συμβολικό επίπεδο, περίοδο αναγέννησης, άνθισης και νέων ξεκινήματων. Στο εκπαιδευτικό πλαίσιο, ωστόσο, η εποχική αυτή μετάβαση δεν είναι μόνο ποιητική ή πολιτισμική, αλλά συνδέεται με πραγματικές μεταβολές στη διάθεση, στη σωματική ενεργητικότητα και στη μαθησιακή συμπεριφορά των μαθητών. Καθώς οι ημέρες μεγαλώνουν και η θερμοκρασία αυξάνεται, η δυναμική της σχολικής τάξης μεταβάλλεται αισθητά.

Πολλοί/ές εκπαιδευτικοί παρατηρούν ότι κατά τους εαρινούς μήνες οι μαθητές/τριες εμφανίζουν αυξημένη κινητικότητα, μεγαλύτερη εξωστρέφεια, αλλά και συχνότερες διακυμάνσεις στη συγκέντρωση. Το φαινόμενο αυτό συχνά ερμηνεύεται ως «χαλάρωση» ή μείωση ενδιαφέροντος. Ωστόσο, μια πιο προσεκτική παιδαγωγική ματιά αποκαλύπτει ότι πρόκειται για φυσιολογική εποχική προσαρμογή του οργανισμού και της ψυχοσυναισθηματικής κατάστασης.

Αντί, λοιπόν, η άνοιξη να αντιμετωπίζεται ως περίοδος «διδακτικής κόπωσης», μπορεί να αποτελέσει ευκαιρία αναπροσαρμογής της διδακτικής πρακτικής. Η αυξημένη ενεργητικότητα μπορεί να μετατραπεί σε μαθησιακό πλεονέκτημα, η κοινωνικότητα σε εργαλείο συνεργατικής μάθησης και η ανάγκη για κίνηση σε κίνητρο δύναμη βιωματικών δραστηριοτήτων.

wusste Anpassung der Unterrichtspraxis verstanden werden. Die erhöhte Aktivität der Lernenden kann in eine lernförderliche Dynamik überführt werden, die gesteigerte Sozialität in kooperative Lernformen und das Bedürfnis nach Bewegung in eine treibende Kraft für handlungsorientierte und erfahrungsbasierte Lernaktivitäten.

Saisonalität und Lernverhalten: Ein kurzer theoretischer Rahmen

Der Einfluss der Saisonalität auf kognitive und emotionale Prozesse ist Gegenstand verschiedener Forschungsfelder, unter anderem der Chronobiologie und der Bildungspsychologie. Die Zunahme der Tageslichtdauer im Frühling beeinflusst den zirkadianen Rhythmus, also den inneren biologischen Mechanismus, der den Schlaf-Wach-Zyklus reguliert. Laut Till Roenneberg (2012) wirken sich Veränderungen des natürlichen Lichts auf die Produktion von Melatonin sowie auf die allgemeine Wachheit des Organismus aus. Besonders bei Jugendlichen, deren biologischer Rhythmus ohnehin zu späteren Zeiten tendiert, kann der saisonale Übergang zu vorübergehenden Schwankungen der Konzentrationsfähigkeit führen.

Gleichzeitig steht eine erhöhte Lichtexposition in Zusammenhang mit einer Verbesserung der Stimmung. Studien zur saisonalen affektiven Störung (Seasonal Affective Disorder) zeigen, dass eine Verringerung des Tageslichts während der Wintermonate mit niedrigeren Energieniveaus verbunden ist, während der Frühling eine ausgleichende Wirkung entfalten kann (Lam & Levitt: 1999). Diese Veränderung betrifft jedoch nicht nur klinische Fälle; auch in der Allgemeinbevölkerung lassen sich eine gesteigerte Sozialität und ein höheres Aktivitätsniveau beobachten.

Im schulischen Kontext äußern sich diese Veränderungen häufig in einem stärkeren Bewegungsbedürfnis, einer größeren Bereitschaft zur Interaktion sowie in einer geringeren Toleranz gegenüber einseitigen oder stark statischen Unterrichtsformen.

Die Selbstbestimmungstheorie von Deci und Ryan (2000) betont, dass intrinsische Motivation dann gefördert wird, wenn grundlegende psychologische Bedürfnisse nach Autonomie, Kompetenz und sozialer Eingebundenheit erfüllt werden. Der Frühling, der durch eine erhöhte soziale und emotionale Dynamik gekennzeichnet ist, kann diesen Prozess unterstützen, sofern das Unterrichtsetting aktive und kooperative Lernformen ermöglicht.

Die pädagogische Herausforderung besteht daher nicht darin, sich der saisonalen Veränderung zu widersetzen, sondern sie konstruktiv in den Unterricht zu integrieren. Der Frühling stellt kein pädagogisches Hindernis dar, sondern eine Übergangsphase, die Flexibilität, Differenzierung und eine Erneuerung didaktischer Praktiken erfordert.

Der Frühling als didaktische Chance: Von der Theorie zur Praxis

Die Frühlingszeit erfordert nicht lediglich mehr Flexibilität, sondern vielmehr eine bewusste Anpassung der didaktischen Methodik. Die erhöhte Bewegungsaktivität der Schülerinnen und

Εποχικότητα και μαθησιακή συμπεριφορά: ένα σύντομο θεωρητικό πλαίσιο

Η επίδραση της εποχικότητας στη γνωστική και συναισθηματική λειτουργία έχει αποτελέσει αντικείμενο έρευνας σε πεδία όπως η χρονοβιολογία και η εκπαιδευτική ψυχολογία. Η αύξηση της φωτοπεριόδου κατά την άνοιξη επηρεάζει τον κερκάρδιο ρυθμό, δηλαδή τον εσωτερικό βιολογικό μηχανισμό που ρυθμίζει τον κύκλο ύπνου-εγρήγορης. Σύμφωνα με τον Till Roenneberg (2012), οι μεταβολές στο φυσικό φως επηρεάζουν την παραγωγή μελατονίνης και τη συνολική εγρήγορη του οργανισμού. Ιδιαίτερα στους εφήβους, των οποίων ο βιολογικός ρυθμός μετατοπίζεται ούτως ή άλλως σε μεταγενέστερες ώρες, η εποχική αλλαγή μπορεί να οδηγήσει σε προσωρινές διακυμάνσεις στη συγκέντρωση.

Παράλληλα, η αυξημένη έκθεση στο φως σχετίζεται με βελτίωση της διάθεσης. Έρευνες για την εποχική συναισθηματική διαταραχή (Seasonal Affective Disorder) δείχνουν ότι η μείωση του φωτός κατά τους χειμερινούς μήνες συνδέεται με χαμηλότερα επίπεδα ενέργειας, ενώ η άνοιξη λειτουργεί αντισταθμιστικά (Lam & Levitt: 1999). Η μεταβολή αυτή δεν αφορά μόνο κλινικές περιπτώσεις, ακόμη και σε γενικό πληθυσμό παρατηρείται αυξημένη κοινωνικότητα και κινητικότητα.

Στο σχολικό πλαίσιο, τα παραπάνω μεταφράζονται σε αυξημένη ανάγκη για κίνηση, μεγαλύτερη διάθεση για αλληλεπίδραση και μειωμένη ανεκτικότητα σε μονοδιάστατες ή στατικές μορφές διδασκαλίας.

Η θεωρία αυτοπροσδιορισμού των Deci και Ryan (2000) επισημαίνει ότι η εσωτερική παρακίνηση ενισχύεται όταν ικανοποιούνται οι ανάγκες για αυτονομία, ικανότητα και κοινωνική σύνδεση. Η άνοιξη, με την αυξημένη κοινωνική και συναισθηματική κινητικότητα που τη χαρακτηρίζει, μπορεί να λειτουργήσει υποστηρικτικά, εφόσον το διδακτικό πλαίσιο επιτρέπει ενεργητικές και συνεργατικές μορφές μάθησης.

Συνεπώς, η πρόκληση για τον/την εκπαιδευτικό δεν είναι να «αντισταθεί» στην εποχική μεταβολή, αλλά να την ενσωματώσει δημιουργικά. Η άνοιξη δεν αποτελεί παιδαγωγικό εμπόδιο, αλλά μεταβατική περίοδο που απαιτεί ευελιξία, διαφοροποίηση και ανανέωση των διδακτικών πρακτικών.

Η Άνοιξη ως διδακτική ευκαιρία: Από τη θεωρία στην πράξη

Η εαρινή περίοδος δεν απαιτεί απλώς «περισσότερη ευελιξία», αλλά συνειδητή αναπροσαρμογή της διδακτικής μεθοδολογίας. Η αυξημένη κινητικότητα των μαθητών δεν συνιστά απαραίτητα διάσπαση προσοχής, αλλά μπορεί να αποτελέσει ένδειξη αυξημένης ενεργοποίησης του οργανισμού. Σε αυτό το πλαίσιο, η ενσωμάτωση κινητικών στοιχείων στη διδασκαλία λειτουργεί ρυθμιστικά και όχι αποδιοργανωτικά.

Η ενσώματη μάθηση (embodied learning) έχει συνδεθεί με βελτιωμένη επεξεργασία πληροφοριών, ιδιαίτερα όταν η

Schüler stellt nicht zwangsläufig eine Form der Ablenkung dar, sondern kann auch als Ausdruck einer gesteigerten Aktivierung des Organismus verstanden werden. In diesem Zusammenhang wirkt die Integration bewegungsbezogener Elemente im Unterricht eher regulierend als störend.

Embodied Learning wird mit einer verbesserten Informationsverarbeitung in Verbindung gebracht, insbesondere dann, wenn Bewegung inhaltlich mit dem Lerngegenstand verknüpft ist (Mavilidi et al., 2018). In der Unterrichtspraxis kann sich dies in Aktivitäten äußern, die den Lernenden Bewegung im Klassenraum ermöglichen, etwa durch die Arbeit an Lernstationen oder durch die szenische Darstellung von Dialogen. Im Unterricht Deutsch als Fremdsprache kann beispielsweise die Simulation eines Besuchs auf einem Frühlingmarkt oder die Darstellung einer Alltagsszene in einem Park einen kommunikativen Rahmen schaffen, in dem Wortschatz und sprachliche Strukturen funktional angewendet werden.

Parallel dazu kann die Nutzung des Außenraums während der Frühlingsmonate die Konzentration fördern und die kognitive Belastung reduzieren. Studien zeigen, dass der Kontakt mit der natürlichen Umgebung mit einer Wiederherstellung der Aufmerksamkeit verbunden ist (Kuo et al., 2019). Selbst kurze Aktivitäten außerhalb des Klassenraumes, etwa die beschreibende Beobachtung einer Landschaft oder das Sammeln von Wörtern, die mit sensorischen Eindrücken verbunden sind, können die sprachliche Produktion sowie das kreative Denken unterstützen.

Die gesteigerte Sozialität, die den Frühling kennzeichnet, macht zudem kooperative Lernformen besonders wirksam. Nach der soziokulturellen Lerntheorie von Vygotsky (1978) wird Wissen wesentlich durch soziale Interaktion konstruiert. Fächerübergreifende Projektarbeiten mit dem thematischen Schwerpunkt „Erneuerung“ in Natur, Kunst oder Gesellschaft können Lernende unterschiedlicher Bildungsstufen aktiv einbinden. Im Kontext des Deutschunterrichts ermöglicht der Vergleich von Bräuchen, etwa des Osterfestes in Griechenland und in deutschsprachigen Ländern, nicht nur sprachliche Übung, sondern auch die Entwicklung interkultureller Kompetenz.

Eine weitere pädagogische Möglichkeit in der Frühlingszeit stellt das kreative Schreiben dar. Die symbolische Dynamik des Frühlings als Phase des Übergangs, der Erneuerung und der Transformation bietet vielfältige Anregungen für narrative und beschreibende Texte. Das Verfassen kurzer Geschichten, die Personifikation des Frühlings oder die Verbindung mit literarischen und künstlerischen Werken können als Brücke zwischen kognitiver und emotionaler Beteiligung der Lernenden dienen. Zugleich ermöglichen solche Aktivitäten den authentischen Einsatz grammatischer Strukturen und lexikalischer Mittel und tragen damit zur Förderung der intrinsischen Motivation bei.

Auf diese Weise wird der Frühling nicht mehr als eine Phase verminderter Konzentration wahrgenommen, und wird stattdessen zu einem Anlass für die Erneuerung didaktischer Praxis.

Differenzierung nach Bildungsstufe

Die pädagogische Nutzung des Frühlings kann nicht für alle

kίνηση συνδέεται νοηματικά με το μαθησιακό περιεχόμενο (Mavilidi et al.: 2018). Στην πράξη, αυτό μπορεί να μεταφραστεί σε δραστηριότητες που επιτρέπουν τη μετακίνηση στον χώρο της τάξης, όπως η εργασία σε σταθμούς μάθησης ή η δραματοποίηση διαλόγων. Στη διδασκαλία της γερμανικής ως ξένης γλώσσας, για παράδειγμα, η προσομοίωση μιας επίσκεψης σε εαρινή αγορά ή η αναπαράσταση μιας καθημερινής σκηνής σε πάρκο δημιουργεί ένα επικοινωνιακό πλαίσιο όπου το λεξιλόγιο και οι γλωσσικές δομές αποκτούν λειτουργικό χαρακτήρα.

Παράλληλα, η αξιοποίηση του εξωτερικού χώρου κατά τους εαρινούς μήνες μπορεί να ενισχύσει τη συγκέντρωση και να μειώσει το γνωστικό φορτίο. Έρευνες δείχνουν ότι η επαφή με το φυσικό περιβάλλον συνδέεται με αποκατάσταση της προσοχής (Kuo et al.: 2019). Ακόμη και σύντομες δραστηριότητες εκτός αίθουσας, όπως η περιγραφική παρατήρηση ενός φυσικού τοπίου ή η συλλογή λέξεων που σχετίζονται με αισθητηριακά ερεθίσματα, μπορούν να ενισχύσουν τη γλωσσική παραγωγή και τη δημιουργική σκέψη.

Η αυξημένη κοινωνικότητα που χαρακτηρίζει την άνοιξη καθιστά επίσης ιδιαίτερα αποτελεσματικές τις ομαδοσυνεργατικές μορφές μάθησης. Σύμφωνα με την κοινωνικοπολιτισμική θεωρία του Vygotsky (1978), η γνώση οικοδομείται μέσα από την αλληλεπίδραση. Διαθεματικά σχέδια εργασίας με άξονα την «αναγέννηση» στη φύση, στην τέχνη ή στην κοινωνία μπορούν να ενεργοποιήσουν μαθητές διαφορετικών βαθμίδων. Στο πλαίσιο της διδασκαλίας των γερμανικών, η σύγκριση εθίμων όπως το Πάσχα στην Ελλάδα και σε γερμανόφωνες χώρες, επιτρέπει όχι μόνο γλωσσική εξάσκηση, αλλά και ανάπτυξη διαπολιτισμικής επίγνωσης.

Η δημιουργική γραφή αποτελεί ακόμη μία παιδαγωγική διέξοδο κατά την εαρινή περίοδο. Η συμβολική δυναμική της άνοιξης ως μετάβαση, ανανέωση και μεταμόρφωση προσφέρει πλούσιο ερέθισμα για αφηγηματικά και περιγραφικά κείμενα. Η σύνθεση μικρών ιστοριών, η προσωποποίηση της άνοιξης ή η σύνδεση με λογοτεχνικά και καλλιτεχνικά έργα μπορούν να λειτουργήσουν ως γέφυρα μεταξύ γνωστικής και συναισθηματικής εμπλοκής. Παράλληλα, τέτοιες δραστηριότητες επιτρέπουν την αυθεντική χρήση γραμματικών δομών και λεξιλογίου, ενισχύοντας παράλληλα το εσωτερικό κίνητρο.

Με τον τρόπο αυτό, η άνοιξη παύει να αντιμετωπίζεται ως περίοδος μειωμένης συγκέντρωσης και μετατρέπεται σε πεδίο ανανέωσης της διδακτικής πρακτικής.

Διαφοροποίηση ανά βαθμίδα εκπαίδευσης

Η παιδαγωγική αξιοποίηση της άνοιξης δεν μπορεί να είναι ενιαία για όλες τις ηλικιακές ομάδες, καθώς οι αναπτυξιακές ανάγκες και οι μορφές μαθησιακής εμπλοκής διαφοροποιούνται σημαντικά.

Στην πρωτοβάθμια εκπαίδευση, η αυξημένη κινητικότητα της εαρινής περιόδου συνδέεται άμεσα με την ανάγκη για παιχνίδι και σωματική έκφραση. Οι δραστηριότητες ενσώματης μάθησης μπορούν να ενσωματωθούν οργανικά στη διδασκαλία, ιδίως στη γλωσσική αγωγή και στη διδασκαλία ξένων γλωσσών. Στο πλαίσιο της ξένης γλώσσας, η εκμάθηση λεξιλογίου που σχετίζεται με τη φύση, τα χρώματα και τα συναισθήματα μπο-

Altersgruppen einheitlich gestaltet werden, da sich sowohl die entwicklungsbedingten Bedürfnisse als auch die Formen der Lernbeteiligung deutlich unterscheiden.

In der Primarstufe steht die erhöhte Bewegungsaktivität der Frühlingszeit in engem Zusammenhang mit dem Bedürfnis nach Spiel und körperlichem Ausdruck. Elemente des embodied learning können hier organisch in den Unterricht integriert werden, insbesondere im Sprachunterricht und im Unterricht von Fremdsprachen. Im Kontext des Fremdsprachenlernens kann etwa der Erwerb von Wortschatz rund um Natur, Farben oder Gefühle mit bewegungsorientierten Rollenspielen oder mit dramatisierten Erzählformen kombiniert werden. Auf diese Weise erhält das Lernen einen erfahrungsbezogenen Charakter, während die Aufmerksamkeit der Lernenden durch Aktivität reguliert wird.

In der Sekundarstufe, in der die kognitiven Anforderungen höher sind und sich die Lernenden zugleich in einer Phase intensiver biologischer Veränderungen befinden, kann der Frühling als Zeitraum zur Förderung kooperativer und forschender Lernformen genutzt werden. Fächerübergreifende Projektarbeiten, die einen größeren Grad an Autonomie ermöglichen, entsprechen dem Bedürfnis von Jugendlichen nach Selbstständigkeit und aktiver Beteiligung. Im Unterricht Deutsch als Fremdsprache kann beispielsweise eine vergleichende Auseinandersetzung mit kulturellen Elementen, z.B. Osterbräuche in deutschsprachigen Ländern und in Griechenland, mit der Produktion mündlicher und schriftlicher Texte verbunden werden. Dadurch werden sowohl sprachliche als auch interkulturelle Kompetenzen gefördert.

Differenzierung bezieht sich somit nicht nur auf den Schwierigkeitsgrad von Lerninhalten, sondern auch auf die Form der Lernbeteiligung und der pädagogischen Gestaltung des Unterrichts.

Aufmerksamkeitsregulation und Klassenführung in der Frühlingszeit

Der Frühling geht im schulischen Alltag häufig mit einer erhöhten Ablenkbarkeit einher, nicht unbedingt als Ausdruck mangelnden Interesses, sondern vielmehr als Folge einer gesteigerten sensorischen Stimulation. Die pädagogische Antwort auf diese Veränderung besteht jedoch nicht in einer Verschärfung von Kontrollmechanismen, sondern in einer Anpassung des Unterrichtsrhythmus.

Der Wechsel zwischen kürzeren Lernphasen, die Integration kurzer bewegungsorientierter Sequenzen sowie eine klare Strukturierung der Lernziele können dazu beitragen, die Konzentration der Schülerinnen und Schüler aufrechtzuerhalten. Theorien zur Selbstregulation des Lernens betonen in diesem Zusammenhang die Bedeutung einer schrittweisen Befähigung der Lernenden, ihre Aufmerksamkeit und Aktivität eigenständig zu steuern.

Der Frühling kann daher eine besonders geeignete Phase darstellen, um solche Kompetenzen gezielt zu fördern, vorausgesetzt, die Lehrkraft versteht ihre Rolle nicht ausschließlich als kontrollierende Instanz, sondern vielmehr als begleitende und unterstützende Lernmoderatorin bzw. Lernmoderator.

ρει να συνδυαστεί με κινητικά παιχνίδια ρόλων ή με δραματοποιημένες αφηγήσεις. Η μάθηση αποκτά έτσι βιωματικό χαρακτήρα και η συγκέντρωση ρυθμίζεται μέσα από τη δράση.

Στη δευτεροβάθμια εκπαίδευση, όπου οι γνωστικές απαιτήσεις είναι υψηλότερες και οι μαθητές/τριες βρίσκονται σε περίοδο έντονων βιολογικών μεταβολών, η άνοιξη μπορεί να λειτουργήσει ως περίοδος ενίσχυσης της συνεργατικής και ερευνητικής μάθησης. Τα διαθεματικά σχέδια εργασίας, τα οποία επιτρέπουν μεγαλύτερο βαθμό αυτονομίας, ανταποκρίνονται στην ανάγκη των εφήβων για αυτενέργεια. Στη διδασκαλία της γερμανικής, η συγκριτική προσέγγιση πολιτισμικών στοιχείων, όπως τα πασχαλινά έθιμα σε γερμανόφωνες χώρες και στην Ελλάδα, μπορεί να συνδυαστεί με παραγωγή προφορικού και γραπτού λόγου, ενισχύοντας τόσο τη γλωσσική όσο και τη διαπολιτισμική ικανότητα.

Η διαφοροποίηση, συνεπώς, δεν αφορά μόνο το επίπεδο δυσκολίας, αλλά και τη μορφή της μαθησιακής εμπλοκής.

Ρύθμιση της προσοχής και διαχείριση της τάξης κατά την εαρινή περίοδο

Η άνοιξη συνοδεύεται συχνά από αυξημένη διάσπαση προσοχής, όχι απαραίτητα ως ένδειξη έλλειψης ενδιαφέροντος, αλλά ως αποτέλεσμα ενισχυμένης αισθητηριακής διέγερσης. Η παιδαγωγική απάντηση σε αυτήν τη μεταβολή δεν είναι η αυστηροποίηση των ελέγχων, αλλά η αναδιάρθρωση του ρυθμού διδασκαλίας.

Η εναλλαγή δραστηριοτήτων μικρότερης διάρκειας, η ενσωμάτωση σύντομων κινητικών παρεμβάσεων και η σαφής οριοθέτηση των μαθησιακών στόχων συμβάλλουν στη διατήρηση της συγκέντρωσης. Η θεωρία της αυτορρύθμισης της μάθησης υπογραμμίζει τη σημασία της σταδιακής ενδυνάμωσης των μαθητών/τριών ώστε να διαχειρίζονται οι ίδιοι την προσοχή και την ενεργητικότητά τους. Η άνοιξη μπορεί να αποτελέσει κατάλληλη περίοδο για την καλλιέργεια τέτοιων δεξιοτήτων, εφόσον ο/η εκπαιδευτικός λειτουργεί ως καθοδηγητής/τρια και όχι ως αποκλειστικός ρυθμιστής της μαθησιακής διαδικασίας.

Συμπεράσματα: Η άνοιξη ως παιδαγωγική ευκαιρία

Η άνοιξη δεν αποτελεί απλώς μια εποχική μεταβολή του φυσικού περιβάλλοντος, αλλά μια περίοδο κατά την οποία μετασηματίζεται και η δυναμική της σχολικής τάξης. Η αυξημένη κινητικότητα, η εξωστρέφεια και οι διακυμάνσεις της συγκέντρωσης που συχνά παρατηρούνται στους/στις μαθητές/τριες δεν θα πρέπει να ερμηνεύονται αποκλειστικά ως δυσκολίες στη μαθησιακή διαδικασία. Αντίθετα, μπορούν να αποτελέσουν ενδείξεις μιας διαφορετικής μορφής ενεργοποίησης του μαθητικού δυναμικού.

Η παιδαγωγική πρόκληση έγκειται στη δυνατότητα του/της εκπαιδευτικού να αναγνωρίσει αυτές τις μεταβολές και να προσαρμόσει δημιουργικά τις διδακτικές πρακτικές. Η ενσωμάτωση κινητικών στοιχείων, η αξιοποίηση του εξωτερικού χώρου, η ανάπτυξη συνεργατικών μορφών μάθησης και η καλλιέργεια δημιουργικής έκφρασης μπορούν να μετατρέψουν την εαρινή περίοδο σε πεδίο ανανέωσης της εκπαιδευτικής διαδικασίας.

Schlussfolgerungen: Der Frühling als pädagogische Chance

Der Frühling stellt nicht lediglich eine saisonale Veränderung der natürlichen Umwelt dar, sondern auch eine Phase, in der sich die Dynamik des Klassenzimmers spürbar verändert. Die erhöhte Bewegungsaktivität, die stärkere Offenheit im sozialen Austausch sowie die Schwankungen der Konzentrationsfähigkeit, die bei Schülerinnen und Schülern häufig beobachtet werden, sollten daher nicht ausschließlich als Schwierigkeiten im Lernprozess interpretiert werden. Vielmehr können sie als Ausdruck einer veränderten Form der Aktivierung des Lernpotenzials verstanden werden.

Die pädagogische Herausforderung besteht darin, dass Lehrkräfte diese Veränderungen erkennen und ihre didaktischen Praktiken entsprechend kreativ anpassen. Die Integration bewegungsorientierter Elemente, die Nutzung des Außenraums, die Förderung kooperativer Lernformen sowie die Unterstützung kreativer Ausdrucksformen können dazu beitragen, die Frühlingszeit als Phase der Erneuerung innerhalb des Bildungsprozesses zu nutzen.

Insbesondere im Unterricht Deutsch als Fremdsprache eröffnet das Thema Frühling vielfältige Möglichkeiten, sprachliches Lernen mit kulturellen und erfahrungsbezogenen Aspekten zu verbinden. Durch solche Ansätze wird Sprache nicht isoliert vermittelt, sondern in authentische kommunikative und kulturelle Kontexte eingebettet.

In diesem Sinne kann der Frühling sowohl symbolisch als auch praktisch als Bezugspunkt für eine Erneuerung didaktischen Denkens dienen. Anstatt ihn als Phase verminderter Konzentration oder als Zeit didaktischer Ermüdung zu betrachten, kann er als Ausgangspunkt für flexiblere, erfahrungsorientierte und lernendenzentrierte Unterrichtsformen genutzt werden. Eine pädagogische Haltung, die die Dynamik der Saisonalität erkennt und kreativ in den Unterricht integriert, trägt nicht nur zur Verbesserung der Lernerfahrung bei, sondern auch zur Gestaltung einer Schule, die sich an den Bedürfnissen der Lernenden und an den Veränderungen ihrer Umwelt orientiert.

Ιδιαίτερα στη διδασκαλία της γερμανικής ως ξένης γλώσσας, η θεματική της άνοιξης προσφέρει πολλαπλές δυνατότητες σύνδεσης της γλωσσικής μάθησης με πολιτισμικά και βιωματικά στοιχεία. Μέσα από τέτοιες προσεγγίσεις, η γλώσσα δεν διδάσκεται απομονωμένα, αλλά εντάσσεται σε αυθεντικά επικοινωνιακά και πολιτισμικά συμφραζόμενα.

Σε αυτό το πλαίσιο, η άνοιξη μπορεί να λειτουργήσει ως συμβολικό αλλά και πρακτικό σημείο αναφοράς για την ανανέωση της διδακτικής σκέψης. Αντί να αντιμετωπίζεται ως περίοδος μειωμένης συγκέντρωσης ή «διδακτικής κόπωσης», μπορεί να αξιοποιηθεί ως αφετηρία για πιο ευέλικτες, βιωματικές και μαθητοκεντρικές μορφές μάθησης. Η παιδαγωγική στάση που αναγνωρίζει τη δυναμική της εποχικότητας και την ενσωματώνει δημιουργικά στο εκπαιδευτικό πλαίσιο συμβάλλει όχι μόνο στη βελτίωση της μαθησιακής εμπειρίας, αλλά και στη διαμόρφωση ενός σχολείου που προσαρμόζεται στις ανάγκες των μαθητών/τριών και στις μεταβολές του περιβάλλοντος.

Literaturverzeichnis/Βιβλιογραφία

- Kuo, M., Barnes, M., & Jordan, C. (2019). Do Experiences With Nature Promote Learning? Converging Evidence of a Cause-and-Effect Relationship. *Frontiers in Psychology, 10*(305). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00305>
- Levitt, Anthony J., Lam, Raymond W., & Levitan, Robert (2002): A comparison of open treatment of seasonal major and minor depression with light therapy. *Journal of affective disorders, 71*(1-3), 243–248. [https://doi.org/10.1016/s0165-0327\(01\)00397-4](https://doi.org/10.1016/s0165-0327(01)00397-4)
- Mavilidi, M. F., Ruiter, M., Schmidt, M., Okely, A. D., Loyens, S., Chandler, P., & Paas, F. (2018). A Narrative Review of School-Based Physical Activity for Enhancing Cognition and Learning: The Importance of Relevancy and Integration. *Frontiers in Psychology, 9*. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.02079>
- Roenneberg, Till (2012): What is chronotype?. *Sleep and Biological Rhythms, 10*: 75-76. <https://doi.org/10.1111/j.1479-8425.2012.00541.x>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination Theory and the Facilitation of Intrinsic Motivation, Social Development, and Well-being. *American Psychologist, 55*(1), 68–78. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.68>
- Vygotsky, L. (1978). *Mind in society: the Development of Higher Psychological Processes*. Harvard University Press



Nikos Alexatos

Ende einer Ära für den griechischen Dienst der Deutschen Welle? Proteste und Versuche zum Umkehr

Nach 62 Jahren ununterbrochener Tätigkeit hat die Deutsche Welle (DW) die Einstellung ihres griechischsprachigen Programms zum 1. Januar 2027 angekündigt. Die Entscheidung ist Teil eines umfassenderen Sparpakets in Höhe von 21 Millionen Euro, das aufgrund einer Kürzung des Bundeszuschusses um 10 Millionen Euro und eines zusätzlichen Defizits von 11 Millionen Euro verhängt wurde. Der griechische Dienst ist der einzige der 32 fremdsprachigen Dienste des Senders, der vollständig eingestellt wird.

Historisches Erbe

Der Griechische Dienst der DW existiert über Jahrzehnte als eine Informationsquelle aus deutschem Blickwinkel. Eine besondere Rolle spielte der Dienst während der griechischen Militärdiktatur (1967–1974), als er Informationen über Themen verbreitete, die in Griechenland zensiert wurden. Deshalb wurde er damals ein „Leuchtturm der freien Berichterstattung“ genannt, während die Journalisten des Dienstes vom Regime als „die Ratten von Köln“ bezeichnet wurden. Die DW funktioniert insgesamt als eine Brücke des Dialogs, indem er deutsche Perspektiven an das griechische Publikum vermittelte.

Schlag für Demokratie und deutsch-griechische Beziehungen

Die Entscheidung hat einen Sturm der Empörung ausgelöst. Die Griechische Gemeinde Berlin spricht von „großer Besorgnis“, während die griechische Journalistengewerkschaft ESIEA Briefe an deutsche und europäische Institutionen geschickt hat und betont, dass Griechisch die älteste lebende Sprache Europas sei. Der Deutsch-Griechische Wirtschaftsverband (DHW)

Τέλος εποχής για την Ελληνική Υπηρεσία της Deutsche Welle; Αντιδράσεις και προσπάθειες ανατροπής

Μετά από 62 χρόνια αδιάλειπτης λειτουργίας, η Deutsche Welle (DW) ανακοίνωσε τη διακοπή του ελληνόφωνου προγράμματός της από την 1η Ιανουαρίου 2027. Η απόφαση εντάσσεται σε ένα ευρύτερο πακέτο περικοπών ύψους 21 εκατομμυρίων ευρώ, το οποίο επιβλήθηκε λόγω μείωσης της ομοσπονδιακής επιχορήγησης κατά 10 εκατ. ευρώ και πρόσθετου ελλείμματος 11 εκατ. ευρώ. Το ελληνικό πρόγραμμα είναι το μοναδικό από τις 32 ξενόγλωσσες υπηρεσίες του σταθμού που διακόπτεται πλήρως.

Ιστορική παρακαταθήκη

Η Ελληνική Υπηρεσία της DW υπάρχει για δεκαετίες ως πηγή ενημέρωσης από μια γερμανική σκοπιά. Ιδιαίτερο ρόλο έπαιξε κατά τη διάρκεια της δικτατορίας (1967-1974), όταν μετέδιδε πληροφορίες για θέματα που λογοκρίνονταν στην Ελλάδα. Γι' αυτό είχε χαρακτηριστεί ως «φάρος ελεύθερης ενημέρωσης», ενώ οι δημοσιογράφοι της είχαν χαρακτηριστεί από το καθεστώς ως «οι αρουραίοι της Κολωνίας». Η DW λειτουργεί συνολικά ως γέφυρα διαλόγου, μεταφέροντας γερμανικές οπτικές στο ελληνικό κοινό.

Πλήγμα για τη δημοκρατία και τις σχέσεις Ελλάδας-Γερμανίας

Η απόφαση προκάλεσε θύελλα αντιδράσεων. Η Ελληνική Κοινότητα Βερολίνου κάνει λόγο για «βαθιά ανησυχία», ενώ η ΕΣΗΕΑ απέστειλε επιστολές σε γερμανικούς και ευρωπαϊκούς φορείς, τονίζοντας ότι η ελληνική είναι η αρχαιότερη ζώσα γλώσσα της Ευρώπης. Ο Γερmano-Ελληνικός Επιχειρηματικός Σύνδεσμος (DHW) χαρακτηρίζει την απόφαση «κοντόφθαλμη», επισημαίνοντας ότι το κόστος λειτουργίας του ελληνικού

bezeichnet die Entscheidung als „kurzsichtig“ und weist darauf hin, dass die Betriebskosten des griechischen Programms (etwa 700.000 Euro pro Jahr) im Vergleich zum Gesamtbudget von 400 Millionen Euro vernachlässigbar seien.

Mobilmachung im Deutschen Bundestag

Mitglieder des griechischen Parlaments sowie zypriotische Abgeordnete zusammen mit der Konrad-Adenauer-Stiftung haben einen Brief an den Deutschen Bundestag gesandt und eine Neubewertung der Entscheidung gefordert. Parallel dazu hat eine offizielle Online-Petition über die Plattform des Deutschen Bundestages begonnen, die bis zum 16. April 2026 läuft. Wenn eine ausreichende Anzahl von Unterschriften erreicht wird, wird das Thema im Bundestag erörtert.

Position der DW

Die DW-Führung bezeichnete die Entscheidung als „äußerst schmerzhaft“, aber aufgrund der Haushaltszwänge notwendig. In ihrer Mitteilung argumentiert die DW, dass Griechenland nun eine „stabile Demokratie mit einer vielfältigen Medienlandschaft“ sei, was die Konzentration der Ressourcen anderswo rechtfertige. Die Mitarbeitenden jedoch, ebenso wie andere Medienleute, warnen davor, dass das Schweigen der griechischen Stimme der DW eine „gefährliche Lücke“ hinterlassen werde, „die von populistischen Kräften und ausländischen Propagandamedien ausgeutzt werden könnte.“

προγράμματος (περίπου 700.000 ευρώ ετησίως) είναι αμελητέο σε σχέση με τον συνολικό προϋπολογισμό των 400 εκατ. ευρώ.

Κινητοποίηση στη Γερμανική Βουλή

Μέλη του Κοινοβουλίου της Ελλάδας αλλά και της Κύπρου μαζί με το Ίδρυμα Konrad Adenauer απέστειλαν επιστολή προς τη ομοσπονδιακή Βουλή της Γερμανίας, ζητώντας την επανεξέταση της απόφασης. Παράλληλα, έχει ξεκινήσει επίσημη ηλεκτρονική συλλογή υπογραφών μέσω της πλατφόρμας του γερμανικού κοινοβουλίου, η οποία θα διαρκέσει έως τις 16 Απριλίου 2026. Εάν συγκεντρωθεί ικανοποιητικός αριθμός, το ζήτημα θα συζητηθεί στη γερμανική ομοσπονδιακή βουλή.

Η θέση της DW

Η διοίκηση της DW χαρακτήρισε την απόφαση «εξαιρετικά επώδυνη», αλλά αναγκαία λόγω των δημοσιονομικών περιορισμών. Στην ανακοίνωσή της, η DW υποστηρίζει ότι η Ελλάδα είναι πλέον μια «σταθερή δημοκρατία με ποικιλόμορφο τοπίο ΜΜΕ», δικαιολογώντας έτσι την εστίαση των πόρων αλλού. Οι εργαζόμενοι/ες ωστόσο, αλλά και άλλοι άνθρωποι των ΜΜΕ, προειδοποιούν ότι η σιγή της ελληνικής φωνής της DW «θα αφήσει ένα επικίνδυνο κενό που θα εκμεταλλευτούν λαϊκιστικές δυνάμεις και ξένα μέσα προπαγάνδας.»



„VIER STILLE BLICKE“

«ΤΕΣΣΕΡΙΣ ΣΙΩΠΗΛΕΣ ΜΑΤΙΕΣ»

Despoina Boudouri

Wie kann die Lehrveranstaltung „Gegenwartsliteratur“ eine filmische Wendung nehmen? Im Rahmen dieses Seminars wurde das Werk „Draußen vor der Tür“ von Wolfgang Borchert analysiert, einem deutschen Schriftsteller, der die Leiden des Zweiten Weltkrieges thematisiert. Konkret zählt das Werk zu den bedeutendsten Beispielen der sogenannten „Trümmersliteratur“ und wurde unmittelbar nach dem Zweiten Weltkrieg verfasst. Es stellt einen verzweiferten Aufschrei der verlorenen Generation dar, die von der Front zurückkehrte und nach ihrer Heimkehr keinen Platz mehr in der Gesellschaft fand.

Dieses emblematische Werk wurde zur Inspirationsquelle und zum Ausgangspunkt für die Schaffung eines zweiten, darauf basierenden Projekts. Die Erstsemesterstudentin Despina Boudouri vom Fachbereich für Deutsche Sprache und Literatur wird auf eigene Initiative und mit Unterstützung von Mitgliedern der Fakultät, Lehrenden sowie Studierenden, das Werk in die filmische Sphäre übertragen. Wie? Sie schreibt ein Drehbuch, das auf dem Originalwerk des deutschen Autors basiert, und führt Regie bei einem engagierten Team, mit dem sie gemeinsam einen Kurzfilm mit dem Titel „Vier stille Blicke“ vorbereiten. Das Projekt befindet sich bereits in der Umsetzungsphase, die finalen Dreharbeiten stehen kurz bevor, und die Fertigstellung des Films ist für Ende April bis Anfang Mai geplant.

Update folgt in der nächsten Ausgabe unserer Zeitschrift! Stay tuned!

Πώς το μάθημα «Σύγχρονη Λογοτεχνία» μπορεί να πάρει μία κινηματογραφική τροπή; Στα πλαίσια του Φροντιστηριακού αυτού μαθήματος έγινε η ανάλυση του έργου Draußen vor der Tür (Εξω από την πόρτα) του Wolfgang Borchert, ενός Γερμανού συγγραφέα, ο οποίος μιλάει για τα δεινά του Β' Παγκοσμίου Πολέμου. Συγκεκριμένα το έργο ανήκει στα σημαντικότερα δείγματα της λεγόμενης «Λογοτεχνίας των ερειπίων» και γράφτηκε αμέσως μετά τον Β' Παγκόσμιο Πόλεμο. Το έργο αποτελεί κραυγή απόγνωσης για τη χαμένη γενιά που επέστρεψε από το μέτωπο και δεν βρήκε πουθενά θέση μετά την επιστροφή.

Το εμβληματικό αυτό έργο υπήρξε τροφή για σκέψη και αποτέλεσε έμπνευση για τη δημιουργία ενός δεύτερου έργου βασισμένου σε αυτό. Η πρωτοετής φοιτήτρια του Τμήματος Γερμανικής Γλώσσας και Φιλολογίας, Δέσποινα Μπουδούρη, με δική της πρωτοβουλία και με την στήριξη μελών της Σχολής, καθηγητών/τριών και φοιτητών/τριών θα μεταφέρει το έργο αυτό στον κινηματογραφικό χώρο. Πώς; Γράφει ένα σενάριο βασισμένο στο αρχικό έργο του Γερμανού συγγραφέα και σκηνοθετεί μία ομάδα γεμάτη θέληση, με την οποία ετοιμάζουν μία ταινία μικρού μήκους με τίτλο «Τέσσερις σιωπηλές ματιές». Το πρότζεκτ έχει ήδη αρχίσει να υλοποιείται, ενώ τα τελικά γυρίσματα πλησιάζουν και το έργο ολοκληρώνεται τέλη Απριλίου με αρχές Μαΐου.

Η συνέχεια στο επόμενο τεύχος του περιοδικού μας! Stay tuned!

Zu Gast am Fachbereich

02



Καλεσμένοι στο Τμήμα μας



Unser Fachbereich für Deutsche Sprache und Literatur hatte die Freude, im Zeitraum vom 16. bis zum 20. März 2026 die Kollegin Prof. Dr. Bahar İsigüzül von der Nevşehir Hacı Bektaş Veli University in der Türkei (<https://www.nevsehir.edu.tr/en>) sowie den Kollegen Prof. Mariusz Jakosz von der University of Silesia in Katowice in Polen (<https://us.edu.pl/en/>) zu Gast zu haben.

Beide Gäste hielten im Rahmen der Lehrveranstaltungen des Fachbereichs hervorragende Vorträge. Die thematischen Schwerpunkte lagen vor allem in der Fremdsprachendidaktik, insbesondere des Deutschen, in der Mehrsprachigkeit und ihren Vorteilen sowie in aktuellen didaktischen Modellen. Exemplarisch seien hier einige Vortragstitel genannt: „Emotion und Kognition im Fremdsprachenlernen“ und „Von der Erzählung zur Unterrichtspraxis: Didaktische Modelle für den Einsatz von Geschichten im fremdsprachlichen Frühunterricht“.

Weitere gemeinsame Aktivitäten sind bereits geplant.

Hören Sie auch das Interview, das im Podcast des Instituts für Multimedia und linguistische Anwendungen (M.I.L.A.) des Fachbereichs gegeben wurde: <https://youtu.be/illVXno9-3o>

Το Τμήμα Γερμανικής Γλώσσας και Φιλολογίας είχε τη χαρά να φιλοξενήσει κατά το διάστημα 16-20/3/26 τη συνάδελφο Prof. Dr. Bahar İsigüzül από το Πανεπιστήμιο Nevşehir Hacı Bektaş Veli University στην Τουρκία (<https://www.nevsehir.edu.tr/en>) και το συνάδελφο Prof. Mariusz Jakosz από το Πανεπιστήμιο University of Silesia/Katowice στην Πολωνία, (<https://us.edu.pl/en/>).

Και οι δυο καλεσμένοι μας έκαναν εξαιρετικές εισηγήσεις στο πλαίσιο των μαθημάτων του Τμήματος. Οι θεματικές κινήθηκαν κυρίως στη διδακτική της ξένης γλώσσας, ιδιαίτερα της Γερμανικής, στην πολυγλωσσία και τα θετικά της στοιχεία και σε επίκαιρα διδακτικά μοντέλα. Ενδεικτικά αναφέρονται κάποιοι τίτλοι „Emotion und Kognition im Fremdsprachenlernen“ και „Von der Unterrichtspraxis: Didaktische Modelle für den Einsatz von Geschichten im fremdsprachlichen Frühunterricht“.

Αναμένονται μελλοντικές κοινές δράσεις.

Ακούστε και τη συνέντευξη που δόθηκε στο podcast του Εργαστηρίου Πολυμέσων και Γλωσσικών Εφαρμογών - (M.I.L.A.) του Τμήματος στο <https://youtu.be/illVXno9-3o>

02

ΚΡΑΤΙΚΟ
ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΤΙΚΟ
ΓΛΩΣΣΟΜΑΘΕΙΑΣ



Das e-KPG steht vor der Tür

Το e-KΠΓ προ των πυλών

Mit der Einführung des e-KPG sowie dem neuen umfassenden Gesetzesentwurf des Kultusministeriums verändert sich die der Bereich der Fremdsprachenzertifizierung grundlegend. Das Staatliche Sprachzertifikat für Fremdsprachen (KPG) tritt in das digitale Zeitalter ein, indem es das internationale System des Computer Adaptive Language Testings übernimmt – eine innovative Technologie, die den Schwierigkeitsgrad der Aufgaben in Echtzeit an die Leistungen der Prüfenden anpasst.

Ab dem Schuljahr 2026–2027 können Schülerinnen und Schüler der 9. Klasse (3. Klasse des griechischen Gymnasiums) kostenlos an den digitalen Prüfungen in einer der Schulsprachen (Englisch, Französisch, Deutsch oder Italienisch) teilnehmen.

Die Fachbereiche für Fremdsprachenphilologien (NKUA und Aristoteles-Universität Thessaloniki) übernehmen die wissenschaftliche Verantwortung, die Erstellung der „digitalen Aufgabenbanken“ sowie die Schulung der Korrektorinnen und Korrektoren.

Das Institut „ITYE – Diophantus“ ist für die Entwicklung und Wartung der Software sowie für die Ausstattung der Zentren für digitale Prüfungen (KHE) zuständig. Diese werden in Schulen oder anderen öffentlichen Einrichtungen mit entsprechender technischer Infrastruktur eingerichtet.

Die Verantwortung für die Koordination und die ordnungsgemäße Durchführung des Gesamtverfahrens liegt bei der Prüfungsabteilung des Kultusministeriums. Zur Projektüberwachung werden zudem drei neue Gremien gegründet: der Oberste Aufsichtsrat (AES), der wissenschaftlich-technologische Aufsichtsrat (ETES) sowie der Prüfungsausschuss (EOE). Darüber hinaus werden zwei zentrale Register geschaffen: das Register

Το e-KΠΓ και το νέο πολυνομοσχέδιο του Υπουργείου Παιδείας έρχονται να αλλάξουν τον χάρτη της πιστοποίησης ξένων γλωσσών. Το Κρατικό Πιστοποιητικό Γλωσσομάθειας (ΚΠΓ) εισέρχεται στην ψηφιακή εποχή, υιοθετώντας το διεθνές σύστημα «Προσαρμοστικής Ηλεκτρονικής Εξέτασης» (Computer Adaptive Language Testing), μια τεχνολογία αιχμής που προσαρμόζει τη δυσκολία των θεμάτων στις επιδόσεις του εξεταζόμενου σε πραγματικό χρόνο.

Από το σχολικό έτος 2026-2027, οι μαθητές και οι μαθήτριες της Γ' Γυμνασίου θα έχουν το δικαίωμα να συμμετέχουν εντελώς δωρεάν, στις ηλεκτρονικές εξετάσεις για μία από τις γλώσσες που διδάσκονται στο σχολείο (Αγγλικά, Γαλλικά, Γερμανικά ή Ιταλικά).

Τα τμήματα Ξένων Φιλολογιών (ΕΚΠΑ/ΑΠΘ) αναλαμβάνουν το επιστημονικό έργο, την παραγωγή των «ψηφιακών δεξαμενών» θεμάτων και την εκπαίδευση των βαθμολογητών/τριών.

Ο ΙΤΥΕ – «Διόφαντος» αναλαμβάνει την ανάπτυξη, τη συντήρηση του λογισμικού και τον εξοπλισμό των Κέντρων Ηλεκτρονικών Εξετάσεων (Κ.Η.Ε.), τα οποία θα στεγάζονται σε σχολικές μονάδες ή άλλους δημόσιους χώρους με την κατάλληλη υλικοτεχνική υποδομή.

Την ευθύνη του συντονισμού και της αδιάβλητης διεξαγωγής της διαδικασίας θα έχει η Διεύθυνση Εξετάσεων του υπουργείου Παιδείας. Επίσης για την εποπτεία του εγχειρήματος συστήνονται τρία νέα συλλογικά όργανα, το Ανώτατο Εποπτικό Συμβούλιο (Α.Ε.Σ.), το Επιστημονικό και Τεχνολογικό Εποπτικό Συμβούλιο (Ε.Τ.Ε.Σ.) και η Επιτροπή Οργάνωσης Εξετάσεων (Ε.Ο.Ε.). Επιπλέον, θεσμοθετούνται δύο κεντρικά μητρώα, συγκεκριμένα το Μητρώο Κ.Η.Ε. (για τους χώρους εξέτασης) και το Μητρώο Βαθμολογητών/τριών.

der Prüfungszentren (KHE) und das Register der Bewerber und Bewerberinnen.

Für den Zeitraum 2026–2030 übernimmt das Nationale Entwicklungsprogramm (EPA) die Finanzierung der kostenlosen Prüfungen für Schülerinnen und Schüler, der Anschaffung der technischen Ausstattung sowie der Personalvergütung. Ab 2031 soll die Finanzierung in den regulären Staatshaushalt oder andere Quellen überführt werden, um die Nachhaltigkeit des Systems zu gewährleisten.

Das e-KPG zielt darauf ab, das „klassische“ KPG gegenüber privaten Zertifikaten aufzuwerten und gleichzeitig den digitalen Wandel im Bildungsbereich weiter voranzutreiben.

Για τη χρονική περίοδο 2026-2030 το Εθνικό Πρόγραμμα Ανάπτυξης (ΕΠΑ) θα καλύψει το κόστος για τις δωρεάν εξετάσεις των μαθητών/τριών, την προμήθεια εξοπλισμού και τις αμοιβές του προσωπικού. Μετά το 2031, η χρηματοδότηση θα περάσει στον τακτικό προϋπολογισμό ή άλλες πηγές, διασφαλίζοντας τη βιωσιμότητα του θεσμού.

Το e-KPG στοχεύει στην αναβάθμιση του «κλασσικού» ΚΠΓ έναντι των ιδιωτικών πιστοποιητικών, ενισχύοντας τον ψηφιακό μετασχηματισμό της παιδείας.

Το e-KPG στοχεύει στην αναβάθμιση του «κλασσικού» ΚΠΓ έναντι των ιδιωτικών πιστοποιητικών, ενισχύοντας τον ψηφιακό μετασχηματισμό της παιδείας.



Quelle/Πηγή:

https://www.alfavita.gr/ekpaideysi/510100_kratiko-pistopoiitiko-glossomatheias-dorean-exetaseis-gia-hiliades-mathites?fbclid=IwY2xjawQw-pwNleHRuA2FbQlxMQBzcnRjBmFwcF9pZBAyM-jlWmZkxNzg4MjAwODkyAAEe3cHRK-JLzy4VSGmCZYcc5qOzc8ZURBMssF5jpeQ-V8InUHRcHj6dT2127legw_aem_kDvXKisdXLxd4is2QFSMbw#goog_rewarded

SCHULSTREIKS in Deutschland ΣΧΟΛΙΚΕΣ ΑΠΕΡΓΙΕΣ στη Γερμανία

Katerina Fotiadou

Am Freitag, den 5. Dezember 2025 demonstrieren mehr als 55.000 Schüler/innen in über 80 Städten in Deutschland, da an diesem Tag das Wehrdienst-Modernisierungsgesetz beschlossen wurde. In Deutschland wird nun Wehrdienst-Werbung gemacht. Die Bundeswehr wirbt für einen freiwilligen Wehrdienst. Immerhin sind 2.600 Euro im Monat für 18-jährige Männer und Frauen ziemlich anreizend. Sogar einen Online-Fragebogen müssen die 18-jährigen Männer ausfüllen, während Personen anderen Geschlechts nach eigenem Belieben an der Befragung teilnehmen können. Dann werden die Interessenten zur einer Musterung eingeladen, um ihre Eignung für den Wehrdienst zu untersuchen. Wenn dieser Plan scheitert, soll die Wehrpflicht eingeführt werden.

Darauf antworten Schüler/innen mit Schulstreiks gegen die Wehrpflicht. Schulstreikkomitees und diverse Initiativen rufen zu Demonstrationen auf.

Am Donnerstag, den 5. März 2026, am Geburtstag von Rosa Luxemburg, so Michael Flascha (2026), gingen junge Menschen unter dem Motto „Schulstreiks gegen Wehrpflicht“ wieder auf die Straße. Diesmal sogar in über 150 Städten in Deutschland.

Junge Menschen engagieren sich, stehen für den Frieden aufrecht und kämpfen gegen die Wiederaufrüstung, während Kriege, Genozide und das Blutvergießen kein Ende nehmen wollen. Wie schon bei der Fridays for Future-Bewegung gegen die Klimakrise wird eine neue Bewegung von Schüler/innen gegründet, die sich nicht einschüchtern lässt, auch wenn diese Nachricht bei den Medien zu kurz kommt. Der nächste Schulstreik ist für den 8. Mai 2026 geplant. Das ist der Jahrestag des Endes des Zweiten Weltkriegs, der Tag, der uns eigentlich an die katastrophalen Folgen des Krieges erinnern sollte.

Quellen/Πηγές

Flascha, Michael (2026): Schulstreik und Gen Z. Online: <https://terz.org/2026/01/schulstreik-und-genz.html> (07.03.2026)
Schulstreik am 05.03. (2026): Erfolg wiederholt. In: Nie Wieder Krieg – Die Waffen nieder. Online: <https://nie-wieder-krieg.org/2026/03/06/schulstreik-05-03-2026-bericht/> (07.03.2026).

Την Παρασκευή, 5 Δεκεμβρίου 2025, πάνω από 55.000 μαθητές και μαθήτριες διαδήλωσαν σε πάνω από 80 πόλεις στη Γερμανία, καθώς εκείνη την ημέρα ψηφίστηκε ο νόμος για τον εκσυγχρονισμό της στρατιωτικής θητείας. Στη Γερμανία γίνεται πλέον διαφήμιση για τη στρατιωτική θητεία. Η Bundeswehr προωθεί την εθελοντική στρατιωτική θητεία. Εξάλλου, τα 2.600 ευρώ τον μήνα είναι αρκετά δελεαστικά για άνδρες και γυναίκες 18 ετών. Μάλιστα, οι 18χρονοι άνδρες πρέπει να συμπληρώσουν ηλεκτρονικά ένα ερωτηματολόγιο, ενώ άτομα διαφορετικού φύλου μπορούν να συμμετάσχουν στην έρευνα εφόσον το επιθυμούν. Στη συνέχεια, οι ενδιαφερόμενοι καλούνται σε εξέταση, ώστε να διαπιστωθεί αν είναι κατάλληλοι για στρατιωτική θητεία. Αν αυτό το σχέδιο αποτύχει, θα εφαρμοστεί η υποχρεωτική στρατιωτική θητεία.

Σε αυτό το σχέδιο μαθητές και μαθήτριες απαντούν με σχολικές απεργίες ενάντια στην υποχρεωτική στρατιωτική θητεία. Απεργιακές επιτροπές στα σχολεία και διάφορες πρωτοβουλίες καλούν σε διαδηλώσεις. Την Πέμπτη, 5 Μαρτίου 2026, στα γενέθλια της Rosa Luxemburg, σύμφωνα με τον Michael Flascha (2026), νέοι και νέες βγήκαν ξανά στους δρόμους με το σύνθημα «Σχολικές απεργίες ενάντια στην υποχρεωτική στρατιωτική θητεία». Αυτή τη φορά

μάλιστα σε περισσότερες από 150 πόλεις στη Γερμανία. Οι νέοι άνθρωποι δραστηριοποιούνται, ορθώνουν ανάστημα για την ειρήνη και εναντιώνονται στον επανεξοπλισμό, ενώ οι πόλεμοι, οι γενοκτονίες και η αιματοχυσία δεν έχουν τέλος. Όπως και με το κίνημα Fridays for Future ενάντια στην κλιματική κρίση, δημιουργείται ένα νέο μαθητικό κίνημα που δεν εκφοβίζεται, ακόμη κι αν αυτή η είδηση περνάει στα ψιλά στα μέσα ενημέρωσης.

Η επόμενη σχολική απεργία έχει προγραμματιστεί για τις 8 Μαΐου 2026. Πρόκειται για την επέτειο του τέλους του Δεύτερου Παγκοσμίου Πολέμου, μια ημέρα που θα έπρεπε να μας θυμίζει τις καταστροφικές συνέπειες του πολέμου.



Mit großer Freude und Begeisterung wurde am 28. März 2026 erstmals landesweit der Tag der deutschen Sprache gefeiert.

Die Initiative geht auf den Panhellenischen Deutschlehrerinnenverband (PDV) in Zusammenarbeit mit dem Deutschen Konsulat in Thessaloniki zurück und verfolgt das Ziel, eine neue Tradition zu etablieren: Jedes Jahr soll am letzten

TAG DER DEUTSCHEN SPRACHE

Märzwochenende ein ganzer Tag Aktivitäten gewidmet sein, die das Bewusstsein für das Erwerben der deutschen Sprache fördern und den Kulturraum der deutschsprachigen Länder näherbringen.

Mit der finanziellen Unterstützung vom Deutschen Konsulat in Thessaloniki und der Deutschen Botschaft in Athen fand der Tag der Deutschen Sprache dieses Jahr unter dem Motto „Deutsch schmeckt gut - Ein Bissen Deutsch“ statt. Dieses Thema wurde gewählt, um auf kreative Weise Aktivitäten rund um Speisen aus deutschsprachigen Ländern mit sprachlichen und kulturellen Elementen zu verbinden. Exemplarisch seien einige Aktivitäten erwähnt: Sprachspiele mit entsprechendem Wortschatz, „kulinarische Reisen“ zur Entdeckung von Städten der deutschsprachigen Länder, interaktive oder traditionelle Spiele, Bastelaktivitäten, musikalische Aktionen und kulturelle Präsentationen.

Das Thema für 2026 fungiert als „Dach“, das es den Organisierenden ermöglicht, die Aktivitäten entsprechend den eigenen Möglichkeiten, Ideen und Besonderheiten der jeweiligen Teilnehmenden anzupassen. Die Aktivitäten werden zudem mit Osterbräuchen der deutschsprachigen Länder kombiniert und umfassen sowohl kleinere als auch größere Initiativen.

Es wird versucht, Aktivitäten landesweit zu organisieren, mit dem Ziel den Tag der deutschen Sprache als feste Institution zu etablieren. Deutschlehrende in Griechenland können die Initiative unterstützen, indem sie entsprechendes Material erstellen und zumindest eine Unterrichtsstunde in der Woche vor oder nach dem 28. März dem Anlass widmen.

Der Tag der deutschen Sprache soll ein Fest der Offenheit, Kreativität und Zusammenarbeit werden und die Grundlage für eine Institution schaffen, die langfristig die Bedeutung der Sprache und Kultur der deutschsprachigen Länder in der modernen Bildung hervorhebt.

Με ιδιαίτερη χαρά και ενθουσιασμό γιορτάστηκε για πρώτη φορά πανελλαδικά στις 28 Μαρτίου 2026 η Ημέρα Γερμανικής Γλώσσας.

Η πρωτοβουλία ανήκει στην Πανελλήνια Ένωση Καθηγητών Γερμανικής (ΠΕΚΑΓΕΠΕ), σε συνεργασία με το Γερμανικό Προξενείο στη Θεσσαλονίκη, και φιλοδοξεί να καθιερώσει έναν νέο θεσμό: κάθε χρόνο, το τελευταίο Σαββατοκύριακο του Μαρτίου, να αφιερώνεται μία ολόκληρη ημέρα σε δράσεις ευαισθητοποίησης σχετικά με την εκμάθηση της γερμανικής γλώσσας και τη γνωριμία με τον πολιτισμό των γερμανόφωνων χωρών.

Με την ευγενική οικονομική στήριξη του Γερμανικού Προξενείου στη Θεσσαλονίκη και της Γερμανικής Πρεσβείας στην Αθήνα, υλοποιήθηκε η Ημέρα της Γλώσσας φέτος με το μότο «Τα γερμανικά είναι νόστιμα - Μια μπουκιά Γερμανικά». Το θέμα αυτό επιλέχθηκε με στόχο να συνδυάσει δημιουργικά δραστηριότητες γύρω από τα εδέσματα των γερμανόφωνων χωρών με γλωσσικά και πολιτισμικά στοιχεία. Ενδεικτικά, οι δραστηριότητες περιλαμβάνουν: γλωσσικά παιχνίδια με σχετικό λεξιλόγιο, «γευστικά ταξίδια» γνωριμίας με πόλεις των γερμανόφωνων χωρών, διαδραστικά ή παραδοσιακά παιχνίδια, κατασκευές, μουσικές δράσεις και πολιτιστικές παρουσιάσεις.

ΗΜΕΡΑ ΓΕΡΜΑΝΙΚΗΣ ΓΛΩΣΣΑΣ

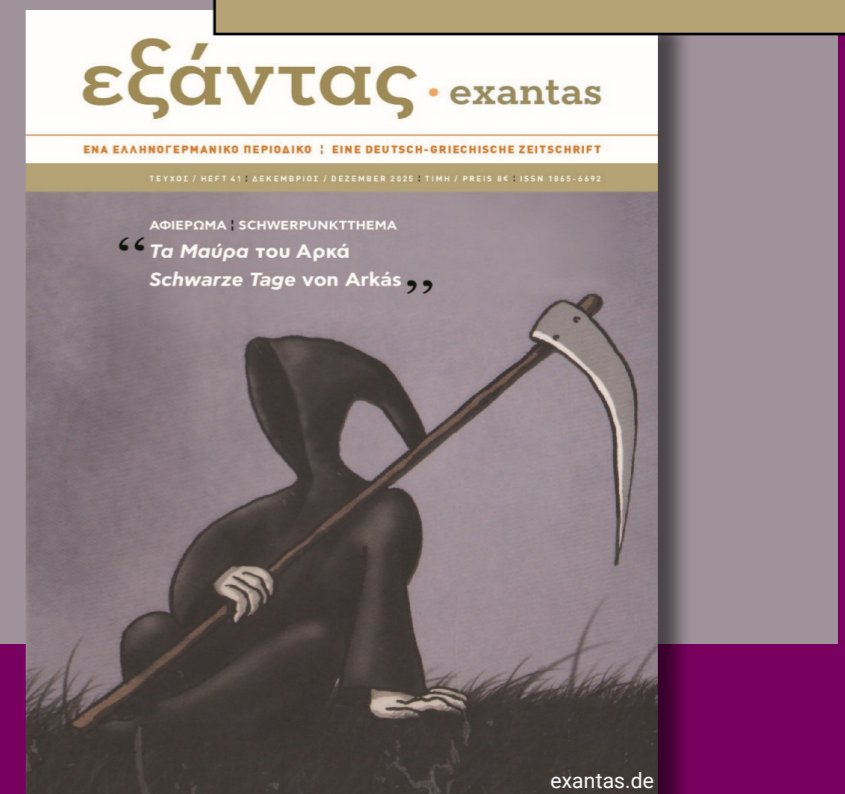
Το θέμα για το 2026 λειτουργεί ως «ομπρέλα», δίνοντας τη δυνατότητα σε οργανωτές/τριες να προσαρμόσουν τις δράσεις ανάλογα με τις δυνατότητες, τις ιδέες και τα χαρακτηριστικά των εκάστοτε συμμετεχόντων/ουσών. Οι δράσεις συνδυάζονται επίσης με τα Πασχαλινά έθιμα των Γερμανόφωνων χωρών και αγκαλιάζουν πρωτοβουλίες μικρής ή μεγαλύτερης κλίμακας.

Η προσπάθεια αυτή για πανελλαδικές δράσεις έχει ως στόχο να εδραιωθεί ο θεσμός της Ημέρας Γερμανικής Γλώσσας. Διδάσκοντες και διδάσκουσες την γερμανική γλώσσα μπορούν να στηρίξουν την πρωτοβουλία, δημιουργώντας σχετικό υλικό και αφιερώνοντας έστω μία διδακτική ώρα στον εορτασμό της Ημέρας, την εβδομάδα πριν ή μετά την 28η Μαρτίου.

Η Ημέρα Γερμανικής Γλώσσας φιλοδοξεί να αποτελέσει μια γιορτή εξωστρέφειας, δημιουργικότητας και συνεργασίας και να θέσει τα θεμέλια ενός θεσμού που θα αναδεικνύει διαχρονικά τη σημασία της γλώσσας και του πολιτισμού των γερμανόφωνων χωρών στη σύγχρονη εκπαίδευση.

EXANTAS: EINE DEUTSCH-GRIECHISCHE ZEITSCHRIFT

ΕΞΑΝΤΑΣ:
ΕΝΑ ΓΕΡΜΑΝΟ-ΕΛΛΗΝΙΚΟ
ΠΕΡΙΟΔΙΚΟ



Konstantina Koufala

Die halbjährlich erscheinende zweisprachige Zeitschrift exantas des 2005 in Berlin gegründeten deutsch-griechischen Vereins Exantas Berlin e.V. widmete ihr 41. thematisches Heft dem beliebten griechischen Comiczeichner Arkas. Zum ersten Mal erschien in deutscher Übersetzung die Comicreihe Ta mavra [Schwarze Tage], die sich durch den charakteristischen schwarzen Humor und den oft sarkastischen Blick des Künstlers auszeichnet. Das Projekt entstand in Kooperation mit dem Arbeitsbereich für Neugriechisch des Fachbereichs Translations-, Sprach- und Kulturwissenschaft der Johannes-Gutenberg-Universität Mainz, insbesondere in Kooperation mit Dr. Christos Karvounis.

Genauer gesagt handelt es sich um die Veröffentlichung einer leicht überarbeiteten Übersetzungsversion, die Christina Andritsou im Rahmen ihrer Masterarbeit anfertigte und 2018 bei dem Arbeitsbereich für Neugriechisch einreichte (Karvounis, 2025, 9).

Το εξαμηνιαίο δίγλωσσο περιοδικό εξάντας του ελληνογερμανικού συλλόγου Exantas Berlin e.V. που ιδρύθηκε το 2005 στο Βερολίνο, αφιέρωσε το 41ο θεματικό του τεύχος στον δημοφιλή Έλληνα σκιτσογράφο Αρκά. Για πρώτη φορά δημοσιεύτηκε σε γερμανική μετάφραση η σειρά κόμικς «Τα Μαύρα», η οποία ξεχωρίζει για το ιδιαίτερο μαύρο χιούμορ και τον σαρκασμό του δημιουργού. Το αφιέρωμα προέκυψε από τη συνεργασία του περιοδικού με τον Τομέα Νέων Ελληνικών του Τμήματος Μεταφρασεολογίας και Πολιτισμικών Σπουδών του Πανεπιστημίου Johannes Gutenberg του Μάιντς και ιδιαίτερα από τη συνεργασία με τον Δρ. Χρήστο Καρβούνι.

Πιο συγκεκριμένα, πρόκειται για τη δημοσίευση μιας ελάχιστα τροποποιημένης εκδοχής της μεταφραστικής δουλειάς που πραγματοποίησε η Χριστίνα Ανδρίτσου στο πλαίσιο της μεταπτυχιακής της εργασίας που κατατέθηκε το 2018 στο εν λόγω Τμήμα (Καρβούνι, 2025, 9).

Το γερμανόφωνο κοινό είχε την ευκαιρία μέσω αυτής της πρωτοβουλίας να γνωρίσει μια ιδιαίτερη πτυχή

Das deutschsprachige Publikum hatte durch diese Initiative die Möglichkeit, eine besondere Facette der zeitgenössischen griechischen satirischen Kultur kennenzulernen. Zugleich zeigt sie, dass die Übertragung von Humor und Comics in eine andere Sprache zweifellos ein anspruchsvolles Unterfangen und ein typisches Beispiel interkulturellen Übersetzens darstellt. Sie erfordert, über sprachliche und kulturelle Besonderheiten hinaus, ein hohes Maß an Freiheit und Kreativität.

Das 41. Heft von exantas ist ein eindrucksvoller Beleg für den Beitrag, den der renommierte Fachbereich für Translationswissenschaft der Johannes-Gutenberg-Universität Mainz im Bereich der Übersetzungswissenschaft leistet und das im Jahr 2022 sein 75-jähriges Bestehen feierte. Die LeserInnen haben dabei nicht nur die Gelegenheit, sich dem Thema Tod mit Humor zu nähern und auch seine humorvolle Seite zu entdecken, sondern zugleich mehr über die Entwicklung dieses Fachbereichs von seiner Gründung bis heute zu erfahren, seine vielfältigen Aktivitäten kennenzulernen und das reiche Lehr- und Forschungswerk des Arbeitsbereichs für Neugriechisch zu würdigen.

Abschließend möchte ich dem Betreuer meiner Dissertation und Initiator dieses Projekts, Dr. Christos Karvounis, meinen herzlichen Dank aussprechen. Während unseres Aufenthalts in Chania, und genauer gesagt im Rahmen eines von ihm organisierten Workshops zu einem neuen Übersetzungsprojekt, schlug er mir vor, die Übersetzung des Begleittextes von Christina Andritsou, bezogen auf das Werk von Arkas, die übersetzerischen Herausforderungen der Comicübersetzung sowie sprachliche und kulturelle Besonderheiten, aus dem Deutschen ins Griechische zu übernehmen, was ich selbstverständlich mit großer Freude annahm.

Weitere Informationen zur Zeitschrift, zum Verein und zu seinen Aktivitäten finden Sie auf der Website: <https://exantas.de/?lang=el>.



Exantas

Deutsch-Griechische
Gesellschaft Berlin e.V.

exantas.de

Εξάντας – Ελληνογερμανική Εταιρία Βερολίνου

της σύγχρονης ελληνικής σατιρικής δημιουργίας, η οποία ταυτόχρονα ανέδειξε το γεγονός πως η απόδοση του χιούμορ και των κόμικς σε μια άλλη γλώσσα αποτελεί αδιαμφισβήτητο δύσκολο εγχείρημα και χαρακτηριστικό δείγμα διαπολιτισμικής μετάφρασης. Πέρα από τις γλωσσικές και πολιτισμικές ιδιαιτερότητες απαιτεί ελευθερία και δημιουργικότητα.

Το 41ο τεύχος του εξάντας είναι μια τρανή απόδειξη του έργου που παρέχει στον χώρο των μεταφραστικών σπουδών το φημισμένο Τμήμα Μεταφρασεολογίας του Πανεπιστημίου του Μαιντς το οποίο το 2022 γιόρτασε τα 75 χρόνια λειτουργίας του. Ο αναγνώστης/η αναγνώστρια έχει την ευκαιρία όχι μόνο να προσεγγίσει με χιούμορ τον θάνατο και να δει την αστεία πλευρά του, αλλά ταυτόχρονα να ενημερωθεί για την πορεία του εν λόγω Τμήματος από την ίδρυσή του μέχρι σήμερα, να μάθει για τις δράσεις του και να θαυμάσει το πλούσιο διδακτικό και ερευνητικό έργο του Τομέα Νέων Ελληνικών.

Θα ήθελα κλείνοντας να εκφράσω τις ευχαριστίες μου στον επιβλέποντα της διδακτορικής μου διατριβής και πρωτοεργάτη του εν λόγω εγχειρήματος Δρ. Χρήστο Καρβούνη που, ενώ βρισκόμασταν στα Χανιά και συγκεκριμένα σε εργαστήριο που είχε διοργανώσει στα πλαίσια νέου μεταφραστικού έργου, μου πρότεινε να αναλάβω τη μετάφραση από τα γερμανικά στα ελληνικά του συνοδευτικού κειμένου της Χριστίνας Ανδρίτσου, που αφορούσε το έργο του Αρκά, τις μεταφραστικές προκλήσεις της μετάφρασης κόμικς και τις γλωσσικές και πολιτισμικές ιδιαιτερότητες, την οποία και φυσικά αποδέχτηκα με ιδιαίτερη χαρά.

Για περαιτέρω λεπτομέρειες σχετικές με το περιοδικό, τον σύλλογο και τις δράσεις του επισκεφτείτε τον ιστότοπο: <https://exantas.de/?lang=el>.

Übersetzungsprojekt „Wilhelm Hauff – Die Märchen“ Μεταφραστικό εγχείρημα «Βίλχελμ Χάουφφ – Τα παραμύθια»

Helen Viska

Mit Freude und Stolz präsentieren wir das neue Übersetzungsprojekt des Vereins der Postgraduiertenstudierenden der Abteilung für Deutsche Sprache und Literatur mit dem Titel „Wilhelm Hauff - Die Märchen“. Das Buch erscheint im Verlag APOPEIRA und enthält ausgewählte Märchen des bedeutenden deutschen Schriftstellers Wilhelm Hauff.

Die vorliegende Ausgabe versammelt Texte, die zum Teil zwar bereits in der Vergangenheit ins Griechische übersetzt wurden, jedoch dem Lesepublikum heute nicht mehr zugänglich sind, sowie Märchen, die erstmals ins Griechische übertragen werden. Ziel der Edition ist es, einen wesentlichen Beitrag zur Erneuerung der Rezeption des Werks von Hauff in Griechenland zu leisten und sein Werk erneut zugänglich zu machen.

Die Übersetzung wurde gemeinschaftlich von einer Gruppe nicht professioneller Übersetzerinnen und Übersetzer durchgeführt, die Mitgliederinnen und Mitglieder des Vereins sind. An diesem Projekt beteiligten sich Studierende, Doktorandinnen und Doktoranden sowie promovierte Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler der Abteilung für Deutsche Sprache und Literatur der Nationalen und Kapodistrias Universität

Με ιδιαίτερη χαρά και υπερηφάνεια παρουσιάζουμε το νέο μεταφραστικό εγχείρημα του Σωματίου Μεταπτυχιακών Σπουδών του Τμήματος Γερμανικής Γλώσσας και Φιλολογίας, με τίτλο «Βίλχελμ Χάουφφ - Τα Παραμύθια». Το βιβλίο κυκλοφορεί από τις εκδόσεις ΑΠΟΠΕΙΡΑ και περιλαμβάνει επιλεγμένα παραμύθια του σημαντικού Γερμανού συγγραφέα Wilhelm Hauff.

Η παρούσα έκδοση συγκεντρώνει κείμενα που δεν είναι πλέον διαθέσιμα στο αναγνωστικό κοινό, αν και ορισμένα είχαν μεταφραστεί στο παρελθόν στην ελληνική γλώσσα, καθώς και παραμύθια που μεταφράζονται για πρώτη φορά. Στόχος της έκδοσης είναι να συμβάλει ουσιαστικά στην ανανέωση της πρόσληψης του έργου του Hauff στην Ελλάδα και να καταστήσει το έργο του εκ νέου προσβάσιμο.

Η μετάφραση πραγματοποιήθηκε συλλογικά από ομάδα μη επαγγελματιών μεταφραστών και μεταφραστριών, μελών του Σωματίου. Στην προσπάθεια αυτή συμμετείχαν φοιτητές και φοιτήτριες, υποψήφιοι και υποψήφιες διδάκτορες του Τμήματος Γερμανικής Γλώσσας και Φιλολογίας του ΕΚΠΑ, του ΑΠΘ, καθώς και του Freie Universität Berlin.

Athen und der Aristoteles Universität Thessaloniki, sowie der Freien Universität Berlin.

Diese kollektive Arbeit hob die Bedeutung von Übersetzungswerkstätten als Raum wissenschaftlicher Zusammenarbeit und kreativen Austauschs hervor. Das Ergebnis bestätigt die Dynamik der akademischen Gemeinschaft, qualitativ hochwertige Arbeit zu leisten, und ermutigt zur Fortführung und Ausweitung ähnlicher Initiativen in der Zukunft.

Die Buchpräsentation findet am 5. Mai 2026 um 10:30 Uhr in Raum 736 des Gebäudes der Philosophischen Fakultät statt.

Η συλλογική αυτή εργασία ανέδειξε τη σημασία των μεταφραστικών εργαστηρίων ως χώρου επιστημονικής συνεργασίας και δημιουργικής ανταλλαγής. Το αποτέλεσμα επιβεβαιώνει τη δυναμική της ακαδημαϊκής κοινότητας να παράγει ποιοτικό έργο και ενθαρρύνει τη συνέχιση και διεύρυνση αντίστοιχων πρωτοβουλιών στο μέλλον.

Η παρουσίαση του βιβλίου θα γίνει στις 5 Μαΐου 2026, στις 10:30 στην αίθουσα 736 του κτηρίου της Φιλοσοφικής Σχολής.

VEREIN FÜR POSTGRADUALE STUDIEN DEUTSCHE SPRACHE UND LITERATUR

Der Verein wurde am 30. Mai 2014 gegründet, mit dem Ziel, die Bachelor- und Masterstudierenden des Fachbereichs für Deutsche Sprache und Literatur zusammenzuführen und zu organisieren, um die Weiterentwicklung der Postgraduiertenstudien in allen Bereichen der linguistischen und literaturwissenschaftlichen Forschung zu fördern. Zugleich soll die Kommunikation zwischen den Mitgliedern des Vereins sowie mit Behörden und Institutionen, die mit dieser Forschung in Verbindung stehen, gestärkt werden. Zu den weiteren Zielsetzungen des Vereins gehören der Austausch wissenschaftlicher Erfahrungen auf nationaler und internationaler Ebene sowie allgemein die Förderung wissenschaftlicher Aktivitäten im Bereich der deutschen Sprache.

Der Verein ist eine gemeinnützige, nicht gewinnorientierte Organisation und verfügt über keine eigenen Einnahmequellen. Die Finanzierung seiner Aktivitäten erfolgt durch Beiträge der Mitglieder, durch den Fachbereich für Deutsche Sprache der Nationalen und Kapodistrias-Universität Athen (EKPA) sowie durch die Deutsche Botschaft in Athen.

AKTIVITÄTEN

1. Literarischer Gesprächskreis seit Februar 2015.
2. Organisation einer wissenschaftlichen Tagung alle zwei Jahre mit Beiträgen von Bachelor- und Mas-

ΣΩΜΑΤΕΙΟ ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ ΓΕΡΜΑΝΙΚΗΣ ΓΛΩΣΣΑΣ ΚΑΙ ΛΟΓΟΤΕΧΝΙΑΣ

Το σωματείο ιδρύθηκε στις 30 Μαΐου 2014 με σκοπό την συσπείρωση και την οργάνωση των προπτυχιακών και μεταπτυχιακών φοιτητών του Τμήματος Γερμανικής Γλώσσας και Φιλολογίας, για την περαιτέρω ανάπτυξη των Μεταπτυχιακών Σπουδών σε όλα τα πεδία γλωσσολογικής και λογοτεχνικής έρευνας καθώς και την καλλιέργεια της επικοινωνίας μεταξύ των μελών του σωματείου και των Αρχών ή και Ιδρυμάτων τα οποία μπορεί να αφορά η παραπάνω έρευνα. Μέσα στους στόχους του σωματείου είναι επίσης η ανταλλαγή επιστημονικής εμπειρίας σε εθνικό και διεθνές επίπεδο και γενικά η στήριξη επιστημονικών δραστηριοτήτων που αφορούν τη Γερμανική γλώσσα.

Το σωματείο είναι μη κερδοσκοπικός οργανισμός, δεν έχει κανενός είδους έσοδο και στηρίζεται οικονομικά στις δράσεις του από τα μέλη του, από το Τμήμα Γερμανικής Γλώσσας του ΕΚΠΑ και από την Γερμανική Πρεσβεία στην Αθήνα.

ΔΡΑΣΕΙΣ

1. Λογοτεχνικός κύκλος από τον Φεβρουάριο 2015.
2. Διοργάνωση ημερίδας κάθε 2 χρόνια με εισηγήσεις μεταπτυχιακών, προπτυχιακών φοιτητών, τα Πρακτικά των οποίων αναρτώνται

terstudierenden. Die Tagungsbeiträge werden in Form von Tagungsakten auf der Website des Fachbereichs veröffentlicht und gelten für die Vortragenden als wissenschaftliche Publikation.

3. Übersetzungsworkshop: Kurt Tucholsky, 2021, Verlag Kritiki.

4. Übersetzungsworkshop: Wilhelm Hauff – Märchen (Auswahl von Märchen), 2025, Verlag Aropeira.

5. Teilnahme von Vereinsmitgliedern an Präsentationen literarischer Werke im Deutsch-Griechischen Verein „Philadelphia“.

Die Tagung des Vereins, die 2015 ins Leben gerufen wurde, fand 2022 aufgrund der großen Zahl eingereicherter Beiträge erstmals als zweitägige Veranstaltung statt. Auch 2026 wird die Tagung in diesem erweiterten Format durchgeführt.

Für weitere Informationen stehen wir Ihnen jederzeit gerne zur Verfügung.

στην ιστοσελίδα του τμήματος, και αποτελούν δημοσίευση για τους/τις εισηγητές/τριες.

3. Μεταφραστικό εργαστήριο Τουχόλσκι, 2021, Εκδόσεις ΚΡΙΤΙΚΗ.

4. Μεταφραστικό εργαστήριο Wilhelm Hauff Märchen (επιλογή παραμυθιών), 2025, Εκδόσεις ΑΠΟΠΕΙΡΑ.

5. Συμμετοχή μελών του σωματείου σε παρουσιάσεις λογοτεχνικών έργων στον Ελληνογερμανικό Σύλλογο Φιλαδέλφεια.

Η ημερίδα του Σωματείου ξεκίνησε το 2015, και το 2022 έγινε εκδήλωση δύο ημερών λόγω της μεγάλης συμμετοχής εισηγήσεων από τους/τις φοιτητές/τριες. Και το 2026 θα διεξαχθεί διημερίδα.

Για οποιαδήποτε συμπληρωματική πληροφορία είμαστε στη διάθεσή σας.

Για το Δ.Σ.

Ε. Βίσκα - Πρόεδρος



2. Poesiewettbewerb für Studierende der NKUA



2ος Φοιτητικός Διαγωνισμός Ποίησης του ΕΚΠΑ

Despoina Boudouri

In einer Zeit, die von der Geschwindigkeit digitaler Information und dem Lärm der Realität geprägt ist, hat die Nationale und Kapodistrias Universität Athen bewusst Raum für Reflexion und lyrischen Ausdruck geschaffen. Der 2. Poesiewettbewerb für Studierende der NKUA zum Thema „Lehrer & Schüler“, ein Wettbewerb, der sich zunehmend als feste Institution der ältesten Hochschule des Landes etabliert, zog Beiträge von Studierenden sämtlicher Fakultäten der NKUA an. Die Poesie blieb dabei nicht auf die Grenzen der Philosophischen Fakultät beschränkt, sondern zeigte eindrucksvoll, dass die Kunst des Wortes eine universelle Sprache darstellt, die wissenschaftliches Denken mit Emotion zu verbinden vermag.

Unter den Beiträgen, die sich durch ihre ästhetische Qualität und emotionale Tiefe auszeichneten, befand sich auch das Gedicht der Erstsemesterstudentin der Abteilung für Deutsche Sprache und Literatur, Despoina Boudouri, deren Gedicht mit einer ehrenvollen Auszeichnung gewürdigt wurde. Ihr Werk mit dem Titel „Flüstern in der Stille“ berührte sowohl die Jury als auch das Publikum, indem es auf eindrucksvolle Weise den inneren Kampf der Isolation eines Schülers/einer Schülerin sowie die prägende Wirkung einer Lehrperson schildert, die Akzeptanz ohne Urteil ver-

Σε μία εποχή που κυριαρχείται από την ταχύτητα της ψηφιακής πληροφορίας και τον θόρυβο της πραγματικότητας, το Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών επέλεξε να δώσει ένα βήμα στον στοχασμό και στον λυρισμό. Ο 2ος Φοιτητικός Διαγωνισμός Ποίησης με θέμα «Δάσκαλοι & Μαθητές», ένας διαγωνισμός που τείνει πλέον να γίνει θεσμός για το αρχαιότερο ανώτατο ίδρυμα της χώρας, προσέλκυσε συμμετοχές από φοιτητές και φοιτήτριες όλων των Σχολών του ΕΚΠΑ. Η ποίηση δεν περιορίστηκε στα στενά όρια της Φιλοσοφικής Σχολής, αποδεικνύοντας ότι η τέχνη του λόγου είναι μία παγκόσμια γλώσσα που ενώνει την επιστημονική σκέψη με το συναίσθημα.

Ανάμεσα στις συμμετοχές που ξεχώρισαν για την αισθητική τους αρτιότητα και το συναίσθημα τους βάθος, ήταν και το ποίημα της πρωτοετούς φοιτήτριας του Τμήματος Γερμανικής Γλώσσας και Φιλολογίας, Δέσποινας Μπουδούρη, το οποίο απέσπασε τιμητική διάκριση. Το έργο της με τίτλο «Ψίθυροι μες στη σιωπή» συγκίνησε την επιτροπή και το κοινό, περιγράφοντας με μοναδικό τρόπο την εσωτερική πάλη της απομόνωσης ενός μαθητή/μιας μαθήτριας και την καταλυτική επίδραση ενός δασκάλου/μιας δασκάλας που προσφέρει αποδοχή

mittelt. Diese Auszeichnung ehrt nicht nur die Autorin, sondern zugleich auch die Abteilung für Deutsche Sprache und Literatur, deren erstmalige Teilnahme an einem derartigen Wettbewerb verdeutlicht, wie die intensive Auseinandersetzung mit Sprache und Literatur zu einem originellen und zugleich reifen künstlerischen Ausdruck führen kann.

Die Auszeichnung der jungen Dichter/innen fand im Rahmen des Poesie-Marathons III statt, der im Festsaal der Propyläen der Universität Athen abgehalten wurde.

Flüstern in der Stille

Ich sitze im Hintergrund, dort, wo das Licht nicht hinreicht.

Ich schließe die Augen, um die Blicke nicht zu sehen.

Meine Worte bleiben verschlossen,

als wären sie es nicht wert, gehört zu werden.

Die Stimmen um mich herum sind wie unsichtbare Schläge.

Und ich zähle einfach die Zeit in mir,

die Schatten, die an den Rändern meines Geistes tanzen,

und das Gefühl, dass niemand je etwas sehen wird.

Manchmal versuche ich zu sprechen,

doch es kommt nur ein Flüstern hervor.

Aber selbst darauf gibt es keine Antwort,

denn auch das verliert sich in diesem stummen Raum.

Plötzlich erscheint jener Lehrer,

ohne eine Stimme, die mich anklagt,

ohne Fragen, die mich in die Knie zwingen würden.

Er spricht von Rissen, von Dunkelheit, als wüsste er ...

Als wüsste er von den Rissen an meinen Rändern,

oder dass in mir ein Abgrund existiert, den niemand zu berühren wagt.

Er spricht von Licht, von dem ich nicht weiß, ob ich es sehen kann.

Vielleicht existiert es nur in seiner Fantasie.

Doch zum ersten Mal fühle ich etwas Reines,

als hätte ich eine kleine Gesellschaft in meiner endlosen Dunkelheit.

Und dafür danke ich ihm.

χωρίς κριτική. Η διάκριση αυτή δεν τιμά μόνο τη δημιουργό, αλλά και το Τμήμα Γερμανικής Γλώσσας και Φιλολογίας, αφού ήταν η πρώτη συμμετοχή του σε έναν τέτοιο διαγωνισμό, αναδεικνύοντας πώς η τριβή με τη γλώσσα και τη λογοτεχνία μπορεί να γεννήσει μία πρωτότυπη και ώριμη καλλιτεχνική έκφραση.

Η βράβευση των νέων ποιητών/τριών έγινε σε ειδική εκδήλωση στην αίθουσα τελετών στα Προπύλαια του Πανεπιστημίου Αθηνών στο πλαίσιο του Μαραθωνίου Ποίησης III.

Ψίθυροι μες στη σιωπή

Κάθομαι στο βάθος, εκεί που το φως δεν φτάνει.

Κλείνω τα μάτια για να μην δω τα βλέμματα.

Οι λέξεις μου μένουν κλειδωμένες,

σαν να μην αξίζουν να ακουστούν.

Οι φωνές γύρω μου είναι σαν αόρατα χτυπήματα.

Κι εγώ απλώς μετράω τον χρόνο μέσα μου,

τις σκιές που χορεύουν στα όρια του μυαλού μου,

και την αίσθηση ότι κανείς δεν θα δει ποτέ τίποτα.

Μερικές φορές προσπαθώ να μιλήσω,

μα βγαίνει μόνο ένας ψίθυρος.

Μα δεν υπάρχει ανταπόκριση ούτε σ' αυτό,

αφού κι αυτό χάνεται μέσα στο βουβό αυτόν χώρο.

Ξαφνικά έρχεται εκείνος ο δάσκαλος,

χωρίς φωνή που να με κατηγορεί,

χωρίς ερωτήσεις που θα με γονάτιζαν.

Μιλάει για ρωγμές, για σκοτάδι σαν να ξέρει...

Σαν να ξέρει για τις ρωγμές στα άκρα μου,

ή ότι μέσα μου υπάρχει ένα χάσμα που κανείς δεν τολμά να αγγίξει.

Μιλάει για φως, που δεν ξέρω αν μπορώ να δω.

Μπορεί να υπάρχει μόνο στην φαντασία του.

Αλλά για πρώτη φορά αισθάνομαι κάτι αγνό,

σαν να έχω μια μικρή παρέα στο σκοτάδι μου, το ατελείωτο.

Και γι' αυτό τον ευχαριστώ.

Selbstregulierung als Schlüssel zum Übergang zum Frühling

Η αυτορρύθμιση ως κλειδί για την μετάβαση στην άνοιξη

Styliani Gkika

Wenn der Frühling nicht selbstverständlich ist

Der Frühling als Naturphänomen tritt unabhängig von menschlicher Absicht ein. Das Licht nimmt zu, die Temperatur verändert sich und das Ökosystem reagiert fast automatisch. Beim Menschen jedoch folgt der Übergang vom Winter zum Frühling nicht dem Kalender. Er findet nicht unbedingt statt, wenn sich die äußeren Bedingungen ändern, sondern wenn das innere System in der Lage ist, ihn anzunehmen. Die moderne Erzählung vom Wandel stellt Erneuerung oft als Ergebnis von Willenskraft, Inspiration oder positivem Denken dar. Wenn dieser Wandel ausbleibt, wird die Erfahrung als persönliches Versagen, mangelnde Motivation oder Charakterschwäche interpretiert. In Wirklichkeit liegt die Schwierigkeit jedoch nicht immer in der Absicht zur Veränderung, sondern in der Funktionsweise des Systems selbst, das diese Veränderung unterstützen soll (Baumeister & Vohs, 2016).

Der Frühling als innerer Zustand ist kein Ziel, das erreicht wird. Es ist das Ergebnis einer inneren Regulierung. So wie gefrorener Boden das Wachstum nicht unterstützen kann, egal wie gesund der Samen ist, so kann auch der Mensch sich nicht in Richtung Erneuerung bewegen, wenn sein inneres System in einem Zustand der Überlastung, der Angst oder der Erschöpfung funktioniert (Siegel, 2020).

Folglich kommt dem Begriff der Selbstregulierung eine zentrale Bedeutung zu. Nicht als Technik zur Selbstverbesserung, sondern als grundlegende Lebenskompetenz. Selbstregulierung betrifft die Fähigkeit, innere Zustände zu erkennen, zu bewältigen und anzupassen, damit Handeln ohne Selbstuntergrabung möglich wird. Der Frühling

Όταν η άνοιξη δεν είναι αυτονόητη

Η άνοιξη, ως φυσικό φαινόμενο, εμφανίζεται ανεξάρτητα από την ανθρώπινη πρόθεση. Το φως αυξάνεται, η θερμοκρασία μεταβάλλεται και το οικοσύστημα ανταποκρίνεται σχεδόν αυτόματα. Στον άνθρωπο, όμως η μετάβαση από τον χειμώνα στην άνοιξη δεν υπακούει σε ημερολόγια. Δεν συμβαίνει απαραίτητα όταν αλλάζουν οι εξωτερικές συνθήκες, αλλά όταν το εσωτερικό σύστημα είναι ικανό να την δεχτεί. Η σύγχρονη αφήγηση της αλλαγής συχνά παρουσιάζει την ανανέωση ως αποτέλεσμα θέλησης, έμπνευσης ή θετικής σκέψης. Όταν αυτή η αλλαγή δεν έρχεται, η εμπειρία ερμηνεύεται ως προσωπική αποτυχία, έλλειψη κινήτρου ή αδυναμία χαρακτήρα. Στην πραγματικότητα, όμως, η δυσκολία δεν βρίσκεται πάντα στην πρόθεση για αλλαγή, αλλά στην λειτουργικότητα του ίδιου συστήματος που καλείται να την υποστηρίξει (Baumeister & Vohs, 2016).

Η άνοιξη, ως εσωτερική κατάσταση, δεν είναι στόχος που κατακτάται. Είναι το αποτέλεσμα εσωτερικής ρύθμισης. Όπως το παγωμένο έδαφος δεν μπορεί να υποστηρίξει την ανάπτυξη, όσο και αν ο σπόρος είναι υγιής, έτσι και ο άνθρωπος δεν μπορεί να κινηθεί προς την ανανέωση όταν το εσωτερικό του σύστημα λειτουργεί σε καθεστώς υπερφόρτωσης, φόβου ή εξάντλησης (Siegel, 2020).

Συνεπώς, η έννοια της αυτορρύθμισης αποκτά κεντρική σημασία. Όχι ως τεχνική αυτοβελτίωσης, αλλά ως βασική δεξιότητα ζωής. Η αυτορρύθμιση αφορά την ικανότητα αναγνώρισης, διαχείρισης και προσαρμογής των εσωτερικών καταστάσεων, ώστε η δράση να καθίσταται δυνατή χωρίς αυτοϊπονόμηση. Η άνοιξη, τότε δεν "έρχεται",

„kommt“ dann nicht, sondern entsteht (Karoly, 1993).

In diesem Zusammenhang untersucht der vorliegende Artikel die Rolle der Selbstregulation als grundlegenden Faktor der psychologischen Anpassung und der persönlichen Entwicklung. Besonderes Augenmerk wird auf die Beziehung zwischen den neurobiologischen Mechanismen, der emotionalen Regulierung und der Resilienz sowie darauf geworfen, wie diese Prozesse dazu beitragen, dass der Mensch aus Phasen psychologischer Stagnation in Phasen größerer Funktionsfähigkeit und kreativer Entwicklung übergeht. Zunächst wird die neurologische Grundlage der Selbstregulation vorgestellt, anschließend wird die praktische Dimension im Alltag untersucht. Abschließend wird die Rolle von Resilienz und Anpassungsfähigkeit im Prozess der persönlichen Entwicklung analysiert.

Die Neurobiologie des Übergangs

Das menschliche Verhalten wird nicht nur durch bewusste Entscheidungen bestimmt, sondern durch das ständige Zusammenspiel neurobiologischer Mechanismen, die Sicherheit und Bedrohung bewerten. Wenn die Umgebung, ob äußerlich oder innerlich, als gefährlich empfunden wird, schaltet der Organismus auf Überlebensfunktionen um (Porges, 2011). In diesem Zustand werden Initiative, Kreativität und Entwicklung unterbrochen. Die Amygdala, eine zentrale Struktur zur Verarbeitung von Bedrohungen, wird unter Stress- und Unsicherheitsbedingungen aktiviert und führt zu Flucht- oder Erstarrungsreaktionen (Le Doux, 2012). Im Gegensatz dazu ist der präfrontale Kortex, der mit Planung, Regulierung und bewusster Entscheidung in Verbindung steht, nicht so aktiv. Das Ergebnis ist bekannt: Während der Wunsch nach Veränderung vorhanden sein mag, fehlt die Fähigkeit, diese umzusetzen. Selbstregulierung betrifft auf neurobiologischer Ebene genau diesen Übergang: von der automatischen zur bewussten Reaktion. Das Modell der emotionalen Regulierung von James J. Gross (2015) zeigt, dass Regulierung nicht die Unterdrückung von Emotionen bedeutet, sondern deren strategischen Umgang durch Umdeutung, Auswahl und Timing. Wenn das Gefühl integriert statt ausgegrenzt wird, gewinnt das System an Flexibilität.

Neuroplastizität fördert diese Lernfähigkeit und fungiert als biologischer Mechanismus, der Veränderung und persönliche Entwicklung ermöglicht. Durch Lern- und Anpassungsprozesse entstehen oder werden neue neuronale Verbindungen gestärkt, die beeinflussen, wie der Mensch seine Emotionen wahrnimmt und mit ihnen umgeht. Im Rahmen der Selbstregulation ermöglicht Neuroplastizität dem Menschen, schrittweise funktionale Strategien zur Bewältigung von Stress und Herausforderungen zu entwickeln. Mit anderen Worten stärkt jede Erfahrung bewusster Regulierung, wie das Innehalten vor einer impulsiven Reaktion oder die Neubewertung einer schwierigen Situation, neuronale Netzwerke, die Anpassungsfähigkeit

αλλά αναδύεται (Karoly, 1993).

Στο πλαίσιο αυτό, το παρόν άρθρο εξετάζει τον ρόλο της αυτορρύθμισης ως βασικού παράγοντα ψυχολογικής προσαρμογής και προσωπικής ανάπτυξης. Ιδιαίτερη έμφαση δίνεται στη σχέση ανάμεσα στους νευροβιολογικούς μηχανισμούς, τη συναισθηματική ρύθμιση και την ανθεκτικότητα καθώς και στον τρόπο με τον οποίο αυτές οι διαδικασίες συμβάλλουν στην μετάβαση του ατόμου από καταστάσεις ψυχολογικής στασιμότητας σε φάσεις μεγαλύτερης λειτουργικότητας και δημιουργικής εξέλιξης. Αρχικά, παρουσιάζεται η νευρολογική βάση της αυτορρύθμισης, ενώ στην συνέχεια εξετάζεται η πρακτική της διάσταση στην καθημερινή ζωή. Τέλος, αναλύεται ο ρόλος της ανθεκτικότητας και της προσαρμοστικότητας στην διαδικασία της προσωπικής ανάπτυξης.

Η νευροβιολογία της μετάβασης

Η ανθρώπινη συμπεριφορά δεν καθορίζεται μόνο από συνειδητές αποφάσεις, αλλά από την συνεχή αλληλεπίδραση νευροβιολογικών μηχανισμών που αξιολογούν την ασφάλεια και την απειλή. Όταν το περιβάλλον, εξωτερικό ή εσωτερικό, βιώνεται ως επικίνδυνο, ο οργανισμός μετατοπίζεται σε λειτουργίες επιβίωσης (Porges, 2011). Σε αυτή την κατάσταση, η πρωτοβουλία, η δημιουργικότητα και η ανάπτυξη τίθενται σε αναστολή. Η αμυγδαλή, βασική δομή επεξεργασίας της απειλής, ενεργοποιείται σε συνθήκες στρες και αβεβαιότητας οδηγώντας σε αντιδράσεις φυγής ή παγώματος (Le Doux, 2012). Αντίθετα, ο προμετωπιαίος φλοιός, που σχετίζεται με τον σχεδιασμό, την ρύθμιση και την συνειδητή επιλογή, υπολειπεται. Το αποτέλεσμα, είναι γνωστό: ενώ η επιθυμία για αλλαγή μπορεί να υπάρχει, η ικανότητα υλοποίησής της απουσιάζει. Η αυτορρύθμιση, σε νευροβιολογικό επίπεδο, αφορά ακριβώς αυτή την μετατόπιση: από την αυτόματη στην συνειδητή απόκριση. Το μοντέλο συναισθηματικής ρύθμισης του James J. Gross (2015) δείχνει ότι η ρύθμιση δεν σημαίνει καταστολή του συναισθήματος, αλλά στρατηγική διαχείρισής του μέσω αναπλαισίωσης, επιλογής και κροτισμού. Όταν το συναίσθημα ενσωματώνεται αντί να περιθωριοποιείται, το σύστημα αποκτά ευελιξία.

Η νευροπλαστικότητα ενισχύει τη δυνατότητα αυτή, και λειτουργεί ως ο βιολογικός μηχανισμός που καθιστά δυνατή την αλλαγή και την προσωπική ανάπτυξη. Μέσα από διαδικασίες μάθησης και προσαρμογής, δημιουργούνται ή ενισχύονται νέες νευρωνικές συνδέσεις, οι οποίες επηρεάζουν τον τρόπο με τον οποίο το άτομο αντιλαμβάνεται και διαχειρίζεται τα συναισθήματά του. Στο πλαίσιο της αυτορρύθμισης, η νευροπλαστικότητα επιτρέπει στο άτομο να αναπτύσσει σταδιακά πιο λειτουργικές στρατηγικές αντιμετώπισης του στρες και των προκλήσεων. Με άλλα λόγια, κάθε εμπειρία συνειδητής ρύθμισης, όπως η παύση πριν από μία παρορμητική αντίδραση ή η επαναξιολόγηση μιας δύσκολης κατάστασης, ενισχύει νευρωνικά δίκτυα που υποστηρίζουν την προσαρμοστικότητα και την συναισθηματική ισορροπία (Doidge, 2007; Kolb & Whishaw, 2015).

und emotionales Gleichgewicht fördern (Doidge, 2007; Kolb & Whishaw, 2015).

Gleichzeitig ist die neurobiologische Grundlage der emotionalen Regulierung mit der Funktion von Hirnstrukturen wie der Amygdala, dem präfrontalen Kortex und dem anterioren cingulären Kortex verbunden, die an der Verarbeitung von Emotionen und der Verhaltenskontrolle beteiligt sind. Das „Erblihen“ des menschlichen Systems ist daher nicht nur eine Metapher, sondern steht im Zusammenhang mit tatsächlichen neurobiologischen Prozessen, die eine Neuorganisation und Wiederherstellung der Funktionsfähigkeit ermöglichen.

Selbstregulation in der Praxis

Die Umsetzung der Selbstregulierung erfordert keine radikalen Veränderungen, sondern kleine, wiederholte Entscheidungen. Der erste Schritt besteht darin, den inneren Zustand ohne wertende Beurteilung wahrzunehmen. Müdigkeit, Stress oder Ambivalenz sind kein Versagen, sondern Informationen (Gross, 2015). Selbstregulierung im beruflichen und persönlichen Kontext drückt sich als die Fähigkeit aus, unter Druck funktionsfähig zu bleiben. Nicht als anhaltend hohe Leistung, sondern als Fähigkeit, wieder aktiv zu werden. Der Frühling bedeutet hier nicht ständiges Blühen, sondern die Wiederherstellung der Entwicklungsfähigkeit (Baumeister & Vohs, 2016).

Wie weit kann man kommen?

Die Frage „Wie weit kann man kommen?“ wird oft im Hinblick auf Fähigkeiten, Ambitionen oder Talente gestellt. Ein Teil der Grenzen ist jedoch nicht äußerlich, sondern regulierend. Wenn das System im Alarmzustand funktioniert, schrumpfen die Wahlmöglichkeiten. Wenn das System hingegen reguliert wird, erweitert sich der Handlungsspielraum (Bandura, 1977). Die Grenzen verschwinden durch Selbstregulierung nicht. Sie verschieben sich. Die Belastbarkeit steigt, die Toleranz gegenüber Schwierigkeiten erweitert sich und das Eingehen von Risiken wird ohne Zusammenbruch möglich (Masten, 2014). Wie weit man kommen kann, ist keine konstante Größe. Es ist eine Funktion der Funktionsfähigkeit des Systems im Laufe der Zeit.

Hartnäckigkeit und Intelligenz: Ressourcen für die Entwicklung oder Faktoren für Fehlfunktionen?

Hartnäckigkeit und Intelligenz werden oft als Garantien für Erfolg dargestellt. Ohne Selbstregulierung können jedoch beide destabilisierend wirken. Hartnäckigkeit verwandelt sich in Starrheit und Intelligenz in Überanalyse (Baumeister & Vohs, 2016). Selbstregulierung ermöglicht die Unterscheidung zwischen Beharrlichkeit und Ausweglosigkeit, zwischen Nachdenken und Lähmung. Nicht das Ausmaß an Hartnäckigkeit oder Intelligenz bestimmt den Verlauf, sondern die Fähigkeit, diese in einen tragfähigen Rhythmus zu integrieren (Karoly, 1993).

Παράλληλα, η νευροβιολογική βάση της συναισθηματικής ρύθμισης συνδέεται με την λειτουργία εγκεφαλικών δομών όπως η αμυγδαλή, ο προμετωπιαίος φλοιός και ο πρόσθιος προσαγωγός φλοιός, οι οποίοι εμπλέκονται στην επεξεργασία συναισθημάτων και στον έλεγχο συμπεριφοράς. Η “άνοιξη” του ανθρώπινου συστήματος, επομένως, δεν είναι απλώς μία μεταφορά αλλά συνδέεται με πραγματικές νευροβιολογικές διαδικασίες που επιτρέπουν την αναδιοργάνωση και την επαναφορά της λειτουργικότητας.

Η αυτορρύθμιση στην πράξη

Η εφαρμογή της αυτορρύθμισης δεν απαιτεί ριζικές αλλαγές, αλλά μικρές επαναλαμβανόμενες επιλογές. Το πρώτο βήμα είναι η αναγνώριση της εσωτερικής κατάστασης χωρίς αξιολογική φόρτιση. Κόπωση, άγχος ή αμφιθυμία δεν αποτελούν αποτυχία, αλλά πληροφορία (Gross, 2015). Η αυτορρύθμιση σε επαγγελματικό και προσωπικό πλαίσιο, εκφράζεται ως ικανότητα διατήρησης λειτουργικότητας υπό πίεση. Όχι ως διαρκής υψηλή απόδοση, αλλά ως δυνατότητα επιστροφής στην δράση. Η άνοιξη εδώ δεν σημαίνει συνεχής άνθιση, αλλά αποκατάσταση της δυνατότητας ανάπτυξης (Baumeister & Vohs, 2016).

Πόσο μακριά να φτάσει κανείς;

Το ερώτημα «πόσο μακριά μπορεί να φτάσει κανείς» συχνά τίθεται σε σχέση με δυνατότητες, φιλοδοξίες ή ταλέντα. Ωστόσο, ένα μέρος των ορίων δεν είναι εξωτερικό αλλά ρυθμιστικό. Όταν το σύστημα λειτουργεί σε καθεστώς συναγερμού, οι επιλογές συρρικνώνονται. Ενώ όταν το σύστημα ρυθμίζεται, το πεδίο δυνατοτήτων διευρύνεται (Bandura, 1977). Τα όρια δεν εξαφανίζονται με την αυτορρύθμιση. Μετατοπίζονται. Η αντοχή αυξάνεται, η ανοχή στην δυσκολία διευρύνεται και η ανάληψη ρίσκου καθίσταται εφικτή χωρίς κατάρρευση (Masten, 2014). Το πού μπορεί να φτάσει κανείς δεν είναι σταθερή μεταβλητή. Είναι συνάρτηση της λειτουργικότητας του συστήματος σε βάθος χρόνου.

Πείσμα και ευφυΐα: Πόροι ανάπτυξης ή παράγοντες δυσλειτουργίας;

Το πείσμα και η ευφυΐα συχνά παρουσιάζονται ως εγγυήσεις επιτυχίας. Χωρίς αυτορρύθμιση όμως, και τα δύο μπορούν να λειτουργήσουν αποσταθεροποιητικά. Το πείσμα μετατρέπεται σε ακαμψία και η ευφυΐα σε υπερανάλυση (Baumeister & Vohs, 2016). Η αυτορρύθμιση επιτρέπει την διάκριση μεταξύ επιμονής και αδιεξόδου, μεταξύ σκέψης και παράλυσης. Δεν είναι το μέγεθος του πείσματος ή της ευφυΐας που καθορίζει την πορεία, αλλά η ικανότητα ενσωμάτωσής τους σε βιώσιμο ρυθμό (Karoly, 1993).

Ανθεκτικότητα

Resilienz

Resilienz bezieht sich nicht nur auf die Fähigkeit des Einzelnen, Schwierigkeiten „auszuhalten“. Es handelt sich um einen dynamischen Anpassungsprozess, in dessen Verlauf der Einzelne seine Funktionsfähigkeit trotz Stress auslösender Faktoren aufrechterhält oder wiedererlangt. Laut Masten (2001) ist Resilienz kein seltenes Merkmal einiger weniger Menschen, sondern eine Reihe alltäglicher Anpassungsmechanismen, die aktiviert werden, wenn das System durch ausreichende Regulationsfähigkeiten gestützt wird. Der Zusammenhang zwischen Selbstregulation und Resilienz ist unmittelbar. Selbstregulierung fungiert als das grundlegende Instrument, mit dem der Mensch Stress verarbeitet, die Überaktivierung des Nervensystems begrenzt und ein grundlegendes psychologisches Gleichgewicht aufrechterhalten kann. Wenn diese Fähigkeit vorhanden ist, führen Schwierigkeiten nicht zwangsläufig zu einer Desorganisation, sondern können in Lernerfahrungen und Anpassungsprozesse umgewandelt werden.

Untersuchungen von Bonanno (2004) zeigen, dass ein großer Anteil der Menschen es schafft, auch nach erheblichen stressauslösenden Ereignissen eine stabile psychische Funktionsfähigkeit aufrechtzuerhalten. Resilienz ist nach diesem Ansatz nicht das Ergebnis außergewöhnlicher Charakterstärke. Sie ist vor allem das Ergebnis flexibler Bewältigungsstrategien, die es den Menschen ermöglichen, wieder in einen funktionsfähigen Zustand zurückzukehren.

Im Rahmen der Metapher des Frühlings bedeutet Resilienz nicht, dass der „Winter“ aufhört zu existieren. Es bedeutet, dass das System die Frostperiode überstehen kann, ohne seine Entwicklungsfähigkeit zu verlieren. Der Frühling ist, mit anderen Worten, kein dauerhafter Zustand, sondern eine wiederkehrende Möglichkeit der Rückkehr in eine Phase der Kreativität und Anpassung. Die Förderung von Resilienz ist eng verbunden mit der Aufrechterhaltung realistischer Erwartungen, dem Aufbau unterstützender sozialer Beziehungen und der Fähigkeit des Einzelnen, Schwierigkeiten als Teil eines umfassenderen Entwicklungsprozesses neu zu interpretieren. Auf diese Weise ergänzen sich Selbstregulierung und Resilienz und schaffen die Voraussetzungen für eine stabile und nachhaltige Form der Entwicklung (Bonanno, 2004; Masten, 2001).

Fazit

Die Erforschung der Selbstre-

Η ανθεκτικότητα δεν αναφέρεται απλώς στην ικανότητα του ατόμου να “αντέχει” στις δυσκολίες. Πρόκειται για μία δυναμική διαδικασία προσαρμογής, κατά την οποία το άτομο διατηρεί ή ανακάτ την λειτουργικότητά του παρά τους στρεσογόνους παράγοντες. Σύμφωνα με την Masten (2001), η ανθεκτικότητα δεν αποτελεί σπάνιο χαρακτηριστικό λίγων ανθρώπων, αλλά ένα σύνολο καθημερινών μηχανισμών προσαρμογής που ενεργοποιούνται όταν το σύστημα υποστηρίζεται από επαρκείς ρυθμιστικές δεξιότητες. Η σχέση μεταξύ αυτορρύθμισης και ανθεκτικότητας είναι άμεση. Η αυτορρύθμιση λειτουργεί ως το βασικό εργαλείο μέσω του οποίου το άτομο μπορεί να επεξεργαστεί το στρες, να περιορίσει την υπερενεργοποίηση του νευρικού συστήματος και να διατηρήσει στοιχειώδη ψυχολογική ισορροπία. Όταν αυτή η ικανότητα υπάρχει, οι δυσκολίες δεν οδηγούν απαραίτητα σε αποδιοργάνωση αλλά μπορούν να μετατραπούν σε εμπειρίες μάθησης και προσαρμογής.

Έρευνες του Bonanno (2004) δείχνουν ότι μεγάλο ποσοστό ανθρώπων καταφέρνει να διατηρεί σταθερή ψυχολογική λειτουργία ακόμη και μετά από σημαντικά στρεσογόνα γεγονότα. Η ανθεκτικότητα, σύμφωνα με αυτή την προσέγγιση, δεν είναι αποτέλεσμα εξαιρετικής δύναμης χαρακτήρα. Είναι κυρίως αποτέλεσμα ευέλικτων στρατηγικών αντιμετώπισης που επιτρέπουν στο άτομο να επανέρχεται σε κατάσταση λειτουργικότητας.

Στο πλαίσιο της μεταφοράς της άνοιξης, η ανθεκτικότητα δεν σημαίνει ότι ο “χειμώνας” παύει να υφίσταται. Σημαίνει ότι το σύστημα μπορεί να αντέξει την περίοδο του παγετού χωρίς να χάνει την δυνατότητα ανάπτυξης. Η άνοιξη, με άλλα λόγια, δεν αποτελεί μόνιμη κατάσταση, αλλά επαναλαμβανόμενη δυνατότητα επιστροφής σε μία φάση δημιουργικότητας και προσαρμογής. Η καλλιέργεια της ανθεκτικότητας συνδέεται στενά με την διατήρηση ρεαλιστικών προσδοκιών, την ανάπτυξη κοινωνικών σχέσεων υποστήριξης και την ικανότητα του ατόμου να αναπλαισιώνει τις δυσκολίες ως μέρος μιας ευρύτερης διαδικασίας εξέλιξης. Με αυτόν τον τρόπο, η αυτορρύθμιση και η ανθεκτικότητα λειτουργούν συμπληρωματικά δημιουργώντας τις προϋποθέσεις για μία σταθερή και βιώσιμη μορφή ανάπτυξης (Bonanno, 2004 ; Masten, 2001).

Συμπέρασμα

Η διερεύνηση της αυτορρύθμισης και της συναισθηματικής ανάπτυξης δείχνει ότι η ανθρώπινη ψυχολογική λειτουργία δεν είναι κάτι στατικό, αλλά μία δυναμική διαδικασία συνεχούς προσαρμογής. Οι νευροβιολογικοί μηχανισμοί, η



gulation und der emotionalen Entwicklung zeigt, dass die menschliche psychische Funktion kein statischer Zustand ist, sondern ein dynamischer Prozess ständiger Anpassung. Neurobiologische Mechanismen, die Entwicklung von Emotionen und kognitive Bewertungsprozesse wirken zusammen, damit der Mensch seine inneren Erfahrungen verstehen und bewältigen kann. Gleichzeitig zeigt die aktuelle Forschung zur Emotionsregulation, dass Selbstregulation kein angeborenes und unveränderliches Merkmal ist, sondern eine Fähigkeit, die sich schrittweise durch Erfahrung, Lernen und soziale Interaktion entwickelt.

Die Metapher des Übergangs vom Winter zum Frühling spiegelt diesen Prozess der inneren Veränderung auf symbolische Weise wider. Zeiten der Schwierigkeit, Unsicherheit oder emotionaler Anspannung sind nicht unbedingt nur Hindernisse, sondern können als Phasen der Anpassung dienen. Durch diese Erfahrungen gewinnt der Mensch oft ein tieferes Bewusstsein sowohl für seine Möglichkeiten als auch für seine Grenzen. Die Förderung von Selbstregulierung, Resilienz und psychischer Flexibilität schafft nach und nach die Voraussetzungen für eine ausgewogene und kreative Beziehung zu sich selbst und zur Umwelt. Der „Frühling“ ist also kein metaphorisches Bild der Erneuerung, sondern er symbolisiert die Fähigkeit des Menschen, seine Erfahrungen zu transformieren und sich schließlich durch sie weiterzuentwickeln.

σταδιακή ανάπτυξη των συναισθημάτων και οι γνωστικές διαδικασίες αξιολόγησης συνεργάζονται, ώστε το άτομο να μπορεί να κατανοεί και να διαχειρίζεται τις εσωτερικές του εμπειρίες. Παράλληλα, η σύγχρονη έρευνα για την ρύθμιση των συναισθημάτων δείχνει ότι η αυτορύθμιση δεν αποτελεί ένα έμφυτο και αμετάβλητο χαρακτηριστικό, αλλά μία δεξιότητα που αναπτύσσεται σταδιακά μέσα από την εμπειρία, τη μάθηση και την κοινωνική αλληλεπίδραση.

Η μεταφορά της μετάβασης από τον χειμώνα στην άνοιξη αποτυπώνει με συμβολικό τρόπο αυτή την διαδικασία εσωτερικής αλλαγής. Οι περίοδοι δυσκολίας, αβεβαιότητας ή συναισθηματικής έντασης δεν αποτελούν απαραίτητα μόνο εμπόδια, αλλά μπορούν να λειτουργήσουν ως φάσεις προσαρμογής. Μέσα από αυτές τις εμπειρίες, το άτομο συχνά αποκτά βαθύτερη επίγνωση, τόσο των δυνατοτήτων όσο και των ορίων του. Η καλλιέργεια της αυτορύθμισης, της ανθεκτικότητας και της ψυχολογικής ευελιξίας δημιουργεί σταδιακά τις προϋποθέσεις για μια πιο ισορροπημένη και δημιουργική σχέση με τον εαυτό και το περιβάλλον. Η “άνοιξη”, επομένως, δεν αποτελεί μια μεταφορική εικόνα ανανέωσης, αλλά συμβολίζει την δυνατότητα του ανθρώπου να μετασχηματίζει τις εμπειρίες του και τελικά να εξελίσσεται μέσα από αυτές.

Literaturverzeichnis/Βιβλιογραφία

- Bandura, A. (1977). *Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change*. *Psychological Review*, 84(2), 191–215. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.84.2.191>
- Baumeister, R. F., & Vohs, K. D. (2016). *Handbook of self-regulation: Research, theory, and applications* (3rd ed.). Guilford Press.
- Bonanno, G. A. (2004). *Loss, trauma, and human resilience: Have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events?* *American Psychologist*, 59(1), 20–28. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.59.1.20>
- Doig, N. (2007). *The brain that changes itself: Stories of personal triumph from the frontiers of brain science*. Penguin Books.
- Gross, J. J. (2015). *Emotion regulation: Current status and future prospects*. *Psychological Inquiry*, 26(1), 1–26. <https://doi.org/10.1080/1047840X.2014.940781>
- Karoly, P. (1993). *Mechanisms of self-regulation: A systems view*. *Annual Review of Psychology*, 44, 23–52. <https://doi.org/10.1146/annurev.ps.44.020193.000323>
- Kolb, B., & Whishaw, I. Q. (2015). *Fundamentals of human neuropsychology* (7th ed.). Worth Publishers.
- Lazarus, R. S. (1991). *Emotion and adaptation*. Oxford University Press.
- LeDoux, J. (2012). *Rethinking the emotional brain*. *Neuron*, 73(4), 653–676. <https://doi.org/10.1016/j.neuron.2012.02.004>
- Masten, A. S. (2001). *Ordinary magic: Resilience processes in development*. *American Psychologist*, 56(3), 227–238. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.56.3.227>
- Masten, A. S. (2014). *Ordinary magic: Resilience in development*. Guilford Press.
- Porges, S. W. (2011). *The polyvagal theory: Neurophysiological foundations of emotions, attachment, communication, and self-regulation*. W. W. Norton & Company.
- Siegel, D. J. (2020). *The developing mind: How relationships and the brain interact to shape who we are* (3rd ed.). Guilford Press.



Berlin, Berlin...

Efi Karaoglou

Vielleicht sehe ich das Glas halbvoll. Vielleicht bin ich nur in Berlin verliebt und habe einfach die Entmystifizierung verpasst. Wie dem auch sei, wenn ich den Namen Berlin höre, kann ich nur an Blütezeiten, Booms und Fortschritt denken.

Der Name „Berlin“ wurde zum ersten Mal urkundlich 1244 erwähnt. Es handelt sich um einen Namen aus der slawischen Sprache, der Sumpfstadt bedeutete. Aber schon nach dem Dreißigjährigen Krieg erlebte Berlin als Hauptstadt Preußens und als Residenzstadt unter Friedrich dem Großen eine frühe architektonische und intellektuelle Blüte. Klassizistische und barocke Bauten entstanden, wie das Fridericianum unter den Linden und der Gendarmenmarkt. Die Akademie der Künste etablierte sich und Berlin wurde das Zentrum der Aufklärung.

Nach der Gründung des Deutschen Kaiserreichs im Jahr 1871 wurde Berlin Reichshauptstadt und erlebte dabei einen beispiellosen Boom. Berlin war die drittgrößte Metropole weltweit nach London und New York mit 3,8 Millionen Einwohnern und wurde zum Zentrum von Technik und Forschung, ebenso Industriemetropole, wie auch zum Zentrum der Elektro- und Maschinenbauindustrie (Elektropolis). Beispielsweise wurden AEG und Siemens zu diesen Zeiten gegründet. In den 1880er Jahren wurde auch die Berliner Innenstadt elektrifiziert und so wurde Berlin zum Verkehrsknoten im Eisenbahnnetz.

Die Museumsinsel, der Berliner Dom und viele Parks wurden errichtet und natürlich wurde zu dieser Zeit auch KaDeWe (Kaufhaus des Westens) eröffnet. Bekannt sind wiederum auch die Mietskasernen mit Hinterhöfen. Zusätzlich gab es Lese- und Theatergesellschaften und Salons als Treffpunkte für kulturelle und politische Debatten, wozu auch Frauen und Juden Zugang hatten. Was aber auch diesen Fortschritt und die Avantgarde betont, ist, dass die Arbeitsbewegung zu der bestorganisierten der Welt gehörte.

Trotz der politischen Instabilität nach der Inflation und dem 1. Weltkrieg sind die Goldenen 20er (1924-29) von grenzen-

los blühend. Vielleicht sehe ich das Glas halbvoll. Vielleicht bin ich nur in Berlin verliebt und habe einfach die Entmystifizierung verpasst. Wie dem auch sei, wenn ich den Namen Berlin höre, kann ich nur an Blütezeiten, Booms und Fortschritt denken.

Das Wort «Βερολίνο» καταγράφηκε για πρώτη φορά το 1244. Πρόκειται για ένα σλαβικό όνομα που σήμαινε πόλη των βάλτων. Ωστόσο, ακόμη και μετά τον Τριακονταετή Πόλεμο, το Βερολίνο, ως πρωτεύουσα της Πρωσίας και ως βασιλική κατοικία του Φρειδερίκου του Μεγάλου, γνώρισε μια πρώιμη αρχιτεκτονική και πνευματική άνθηση. Κατασκευάστηκαν κλασικά και μπαρόκ κτίρια, όπως το Fridericianum στο Unter den Linden και η Gendarmenmarkt. Ιδρύθηκε η Ακαδημία Τεχνών και το Βερολίνο έγινε το κέντρο του Διαφωτισμού.

Μετά την ίδρυση της Γερμανικής Αυτοκρατορίας το 1871, το Βερολίνο έγινε η πρωτεύουσά της και γνώρισε μια άνευ προηγουμένου άνθηση. Με 3,8 εκατομμύρια κατοίκους, το Βερολίνο ήταν η τρίτη μεγαλύτερη μητρόπολη στον κόσμο μετά το Λονδίνο και τη Νέα Υόρκη. Έγινε κέντρο τεχνολογίας και έρευνας, καθώς και βιομηχανική μητρόπολη και κόμβος των βιομηχανιών ηλεκτρολογίας και μηχανολογίας (Elektropolis). Εταιρείες όπως η AEG και η Siemens ιδρύθηκαν κατά τη διάρκεια αυτής της περιόδου. Τη δεκαετία του 1880, το κέντρο της πόλης του Βερολίνου ηλεκτροδοτήθηκε κι έτσι η πόλη έγινε σημαντικός σιδηροδρομικός κόμβος.

Το Νησί των Μουσείων, ο Καθεδρικός Ναός του Βερολίνου και πολλά πάρκα χτίστηκαν και, φυσικά, άνοιξε το πολυκατάστημα KaDeWe (Kaufhaus des Westens). Γνωστές είναι επίσης οι πολυκατοικίες με τις πίσω αυλές τους. Επιπλέον, υπήρχαν σύλλογοι ανάγνωσης και θεάτρου, καθώς και σαλόνια που χρησίμευαν ως χώροι συνάντησης για πολιτιστικές και πολιτικές συζητήσεις, στις οποίες είχαν πρόσβαση και γυναίκες και Εβραίοι.

loser Freiheit, sexueller Befreiung und purem Hedonismus geprägt und Berlin wurde zur Welthauptstadt der Kultur und Wissenschaft ernannt. Die Stadt war weltweit führender Forschungsstandort mit Albert Einstein in der Führung. Bekannte Persönlichkeiten wie Berthold Brecht, Marlene Dietrich, Kurt Tucholsky, Walter Gropius haben in Berlin gelebt und das Bild der Stadt positiv beeinflusst. So wurde Berlin zum Zentrum der Avantgarde, der Literatur, des Varietés, der Jazz, des Kabarett und des exzessiven Nachtlebens, dessen Höhepunkt der Superclub Moka Efti war. Zu dieser Zeit wurde das moderne Kino (UFA) erfunden. Der Flughafen Tempelhof, die S-Bahn, Raketenflugversuche vom Verein für Raumschiffahrt und Unterhaltungssendungen im Rundfunk sind noch einige Innovationen dieser Zeit.

Danach kam die Hitler-Diktatur. Die Teilung Deutschlands und Berlins nach dem Zweiten Weltkrieg war eine dunkle Periode für Deutschland und insbesondere für Berlin. Aber nach der Wende hat es wieder geblüht; eine Blütezeit der kreativen Punks, bevor die Gentrifizierung richtig zuschlug.

Heute gilt Berlin als internationale Metropole und Zentrum der Kultur und der Start-Ups. Hierzu noch eine positive Aussage über Berlin von einer Studentin von uns:

„Mein Name ist Angeliki Christaki und ich studiere Germanistik. Ich war ein Semester in Berlin, von März bis August 2025, im Rahmen meines Studiums. Die Kurse, die ich dort besucht habe, unterschieden sich deutlich vom üblichen Kursablauf an der griechischen Universität. Zum Beispiel belegte ich Kurse wie Geschichte und Ideologie des Nationalsozialismus im Deutschland des 20. Jahrhunderts, Geschichte und Theorie der Architektur sowie Kunstgeschichte (Bau- und Wohnkonzepte). Ich besuchte auch einen Kurs über Filmanalyse und -kritik mit historischem Ansatz, in dem wir Filme untersuchten und deren historische Inhalte analysierten, wie zum Beispiel den Film The Laboratory of Dr. Caligari. Eine weitere sehr interessante Lektion betraf die Geschichte des städtischen Raums und die Rolle von Spielplätzen bei der Gestaltung der Kindheit (Playgrounds).

Berlin war ganz anders als das, was ich gewohnt war. Es ist eine sehr große Stadt mit vielen Sehenswürdigkeiten. Es mag anfangs etwas verwirrend wirken, aber gleichzeitig gibt es dir die Freiheit, selbst zu wählen, wie du deinen eigenen Weg in der Stadt gestalten willst. Besonders gefiel mir die Berliner Architektur, die multidimensional ist und verschiedene historische Epochen vereint. Gleichzeitig gibt es Seen und viele Grünflächen in verschiedenen Teilen der Stadt. Die Bars haben jeweils ihren eigenen Charakter und schaffen eine ganz besondere Atmosphäre. Was mich ebenfalls sehr beeindruckt hat, waren die Flohmärkte der Stadt und die starke Kultur des Secondhand-Konsums im Allgemeinen. Die Berliner sind vertraut mit Wiederverwendung von Gegenständen und mit Recycling, was zu ihrem Alltag gehört. Diese Einstellung hat mich stark beeinflusst, und jetzt habe ich Secondhand und Recycling mehr in meinen eigenen Alltag integriert.

Αυτό που υπογραμμίζει περαιτέρω αυτή την πρόοδο και το πρωτοποριακό πνεύμα είναι ότι το εργατικό κίνημα ήταν από τα καλύτερα οργανωμένα στον κόσμο.

Παρά την πολιτική αστάθεια που ακολούθησε τον πληθωρισμό και τον πρώτο παγκόσμιο πόλεμο, η χρυσή δεκαετία του '20 (1924-29) χαρακτηρίστηκε από απεριόριστη ελευθερία, σεξουαλική απελευθέρωση και καθαρό ηδονισμό, και το Βερολίνο ανακηρύχθηκε η παγκόσμια πρωτεύουσα του πολιτισμού και της επιστήμης. Η πόλη ήταν κορυφαίο παγκόσμιο ερευνητικό κέντρο, με τον Άλμπερτ Αϊνστάιν στην πρώτη γραμμή. Διάσημες προσωπικότητες όπως ο Μπέρτολτ Μπρεχτ, η Μάρλεν Ντίτριχ, ο Κουρτ Τουχόλσκι και ο Βάλτερ Γκρόπιους έζησαν στο Βερολίνο και επηρέασαν θετικά την εικόνα της πόλης. Έτσι, το Βερολίνο έγινε κέντρο της πρωτοπορίας, της λογοτεχνίας, των ποικίλων θεαμάτων, της τζαζ, του καμπαρέ και μιας έντονης νυχτερινής ζωής, η κορωνίδα της οποίας ήταν το Moka Efti. Ο σύγχρονος κινηματογράφος (UFA) εφευρέθηκε κατά τη διάρκεια αυτής της περιόδου. Το αεροδρόμιο Τέμπελχοφ, ο προαστιακός σιδηρόδρομος, οι δοκιμές πτήσης πυραύλων από την Εταιρεία Διαστημικών Ταξιδιών και τα ψυχαγωγικά προγράμματα στο ραδιόφωνο είναι ακόμη μερικές από τις καινοτομίες αυτής της εποχής.

Στη συνέχεια ήρθε η δικτατορία του Χίτλερ και η διαίρεση της Γερμανίας και του Βερολίνου μετά τον Δεύτερο Παγκόσμιο Πόλεμο, μια σκοτεινή περίοδος για τη Γερμανία και ιδιαίτερα για το Βερολίνο. Αλλά μετά την πτώση του Τείχους του Βερολίνου, η πόλη άκμασε ξανά. Μια χρυσή εποχή για τους δημιουργικούς πανκ, πριν η αστικοποίηση πραγματικά εδραιωθεί.

Σήμερα, το Βερολίνο θεωρείται διεθνής μητρόπολη και κέντρο πολιτισμού και νεοσύστατων επιχειρήσεων. Ακολουθεί μια ακόμη θετική δήλωση για το Βερολίνο από μια φοιτήτριά μας:

«Ονομάζομαι Αγγελική Χρηστάκη και σπουδάζω Γερμανική Φιλολογία. Βρέθηκα στο Βερολίνο για ένα εξάμηνο, από τον Μάρτιο μέχρι τον Αύγουστο, στο πλαίσιο των σπουδών μου. Τα μαθήματα που παρακολούθησα εκεί ήταν αρκετά διαφορετικά από τα συνήθη μαθήματα στο ελληνικό πανεπιστήμιο. Για παράδειγμα, παρακολούθησα μαθήματα όπως Ιστορία και Ιδεολογία του Ναζισμού στη Γερμανία του 20ού αιώνα, Ιστορία και Θεωρία της Αρχιτεκτονικής και Ιστορία της Τέχνης. Επίσης παρακολούθησα ένα μάθημα Ανάλυσης και Κριτικής Κινηματογράφου με ιστορική προσέγγιση, στο οποίο μελετούσαμε ταινίες και αναλύαμε το ιστορικό τους περιεχόμενο, όπως για παράδειγμα την ταινία Το Εργαστήριο του Δρ. Καλιγκάρι. Ένα ακόμη πολύ ενδιαφέρον μάθημα αφορούσε την ιστορία του αστικού χώρου και τον ρόλο των παιδικών χαρών στη διαμόρφωση της παιδικής ηλικίας.

Το Βερολίνο ήταν πολύ διαφορετικό από αυτό που είχα συνηθίσει. Είναι μια πολύ μεγάλη πόλη με πάρα πολλά

Ein wunderschönes Erlebnis war auch das griechische Café Myxa, wo wir uns ein wenig näher zu Hause fühlten. Im Sommer ist die Stadt voller Feste und fröhlicher Menschen jeden Alters. Jede Metrofahrt ist ein kleines Abenteuer. Ich bin auch im Volleyball aktiv und in Berlin gibt es viele Orte für Beachvolleyball, was mir besonders gefallen hat.

Schließlich gibt es sehr gute Verkehrsverbindungen, weil Berlin die Hauptstadt ist, aber auch weil Deutschland im Zentrum Europas liegt. So hatte ich die Möglichkeit, viel zu reisen und andere Orte kennenzulernen.“

Heute also kann man diese Booms selbst erkunden und einige brillante Meisterwerke besichtigen. Hierzu lässt sich folgendes auflisten:

Im Friedrichstadt-Palast kann man Revueshows genießen und im Clärchens Ballhaus von 1913 ist historisches Flair zu spüren. Das Museum für Fotografie am Bahnhof Zoo sollte auch besucht werden. Interessant für die Epoche nach der Wende ist der Holzmarkt 25, ein genossenschaftliches Dorf an der Spree. Ebenso das RAW-Gelände (Friedrichshain), das Reichsbahnausbesserungswerk, das voller Graffiti, Clubs und Ateliers ist und der den Inbegriff des unpolierten Berlins hervorbringt. Das KaDeWe (Kaufhaus des Westens) sollte natürlich nicht vergessen werden.

Und schließlich für die Serienliebhaber gibt es zahlreiche Produktionen. Um nur einige zu nennen: Babylon Berlin (eine Filmumsetzung einer Buchreihe von Volker Kutscher), Dogs of Berlin, Berlin, Berlin!, Ku'damm 56, Unorthodox und Deutschland 83.



https://mila.gs.uoa.gr/ekdaseis/mila/didaktiko_ylika_penodikoy_mila

πράγματα να δεις. Στην αρχή μπορεί να φαίνεται λίγο μεπερδεμένη, όμως ταυτόχρονα σου δίνει την ελευθερία να επιλέξεις εσύ πώς θα διαμορφώσεις τη δική σου πορεία μέσα στην πόλη. Μου άρεσε ιδιαίτερα η αρχιτεκτονική, που είναι πολυδιάστατη και συνδυάζει διαφορετικές ιστορικές περιόδους. Παράλληλα υπάρχουν λίμνες και πολλοί χώροι με πράσινο σε διάφορα σημεία της πόλης. Τα μπαρ έχουν το καθένα τον δικό του χαρακτήρα και δημιουργούν μια πολύ ιδιαίτερη ατμόσφαιρα. Κάτι που μου έκανε επίσης μεγάλη εντύπωση ήταν τα υπαίθρια παζάρια και γενικότερα η έντονη κουλτούρα του second hand. Οι Βερολινέζοι/ες είναι πολύ εξοικειωμένοι/ες με την επαναχρησιμοποίηση αντικειμένων και με την ανακύκλωση, κάτι που αποτελεί μέρος της καθημερινότητάς τους. Αυτή η νοοτροπία με επηρέασε πολύ και πλέον έχω εντάξει περισσότερο το second hand και την ανακύκλωση στην καθημερινότητά μου.

Μια όμορφη εμπειρία ήταν και το ελληνικό καφέ Μύξα, που μας έκανε να νιώθουμε λίγο πιο κοντά στην πατρίδα. Το καλοκαίρι η πόλη είναι γεμάτη φεστιβάλ και ανθρώπους χαρούμενους από όλες τις ηλικίες. Κάθε διαδρομή με το μετρό ήταν και μια μικρή περιπέτεια. Ασχολούμαι επίσης με το βόλεϊ και στο Βερολίνο υπάρχουν πολλά σημεία για beach volley, κάτι που μου άρεσε ιδιαίτερα.

Τέλος, επειδή το Βερολίνο είναι πρωτεύουσα αλλά και επειδή η Γερμανία βρίσκεται στο κέντρο της Ευρώπης, έχει πολύ καλές συγκοινωνιακές συνδέσεις. Έτσι είχα την ευκαιρία να ταξιδέψω αρκετά και να γνωρίσω και άλλα μέρη.»

Σήμερα, μπορείτε να εξερευνήσετε κάθε γωνιά της πόλης και να επισκεφθείτε μερικά λαμπρά αξιοσημείωτα. Για να αναφέρουμε μερικά:

Στο Friedrichstadt-Palast μπορείτε να απολαύσετε επιθεωρήσεις, και στο Clärchens Ballhaus, που χρονολογείται από το 1913, μπορείτε να νιώσετε την ιστορική πινακίδα. Αξίζει επίσης να επισκεφθείτε το Μουσείο Φωτογραφίας στον σιδηροδρομικό σταθμό Zoo. Ενδιαφέρον για την εποχή μετά την επανένωση είναι το Holzmarkt 25, ένα συνεταιριστικό χωριό στον ποταμό Σπρέε. Ομοίως, οι χώροι RAW (Friedrichshain) και το πρώην επισκευαστικό συγκρότημα Reichsbahn, είναι γεμάτοι γκράφιτι, κλαμπ και στούντιο, που ενσαρκώνουν την ουσία της ακατέργαστης, άξεστης πλευράς του Βερολίνου. Και να μην ξεχάσουμε το KaDeWe, το Kaufhaus des Westens (Πολυκατάστημα της Δύσης).

Τέλος, για τους λάτρεις των σειρών, υπάρχουν πολυάριθμες παραγωγές για να διαλέξετε: Babylon Berlin, η κινηματογραφική μεταφορά μιας σειράς βιβλίων του Volker Kutscher, Dogs of Berlin, Berlin, Berlin!, Ku'damm 56, Unorthodox, Deutschland 83.

Blumen sprechen. Seit jeher. Verstehst du ihre Sprache?

03

Τα λουλούδια μιλούν. Πάντα
μιλούσαν.
Εσύ τα ακούς?

Christoula Lisa Ntentaki

Wenn ich an frühere Zeiten mit meiner Großmutter denke, dann erinnere ich mich weniger an Worte als vielmehr an Bilder und Gerüche. Den Geruch von feuchter Erde an Sommernachmittagen, den Duft von Basilikum auf dem Fensterbrett und die vielen bunten Blumentöpfe, die überall im Hof entlang der Wände aufgestellt waren. Ich sehe noch die Hände meiner Großmutter, wie sie vorsichtig und mit Bedacht die getrockneten Blätter entfernte, die zarten Stiele stützte und die Blütenblätter mit einer kaum zu beschreibenden Zärtlichkeit streichelte. Oft sprach sie sogar mit ihnen, als würde sie eine Antwort erwarten. Damals kam mir das seltsam vor... Heute frage ich mich, ob sie intuitiv wusste, was die Menschen schon immer wussten: dass Blumen nicht nur Schmuckstücke der Erde sind. Sie können Erinnerungen, Verwandlungen, Liebe und Verluste in sich tragen.

Von den antiken griechischen Mythen, in denen Blut und Tränen zu Blumen werden, bis zu den viktorianischen Gesellschaften des 19. Jahrhunderts, in denen eine Blume alles ausdrücken konnte, was Worte nicht zu sagen wagten, waren Blumen Träger von Geschichten. Und vielleicht haben sie letztendlich immer gesprochen. Und vielleicht haben sie nie aufgehört zu sprechen, auch heute noch.

In der antiken griechischen Mythologie hatten Blumen mythologische und symbolische Bedeutungen. Nehmen wir als Beispiel Narziss. Der junge Narziss mit seiner überirdischen Schönheit, der sich nicht um die Liebe kümmerte, die er bei seinen Mitmenschen hervorrief, saß eines Tages in der Nähe einer Quelle. Als er sich bückte, sah er sein Gesicht, das sich im Wasser spiegelte und ihn faszinierte. Sein Versuch, dieses Bild, das

Από τη γιαγιά μου δεν θυμάμαι τόσο φράσεις όσο εικόνες και μυρωδιές. Τη μυρωδιά του βρεγμένου χώματος τα καλοκαιρινά απογεύματα, το άρωμα του βασιλικού στο περβάζι και τις πολύχρωμες γλάστρες στοιχισμένες σαν στρατιωτάκια στην αυλή. Θυμάμαι τα χέρια της να κινούνται αργά και προσεκτικά, να αφαιρούν τα ξερά φύλλα, να στηρίζουν τους λεπτούς μίσχους, να καϊδεύουν τα πέταλα με μια τρυφερότητα που δύσκολα περιγράφεται. Συχνά μάλιστα τους μιλούσε, σαν να περίμενε απάντηση. Τότε μου φαινόταν παράξενο... Σήμερα αναρωτιέμαι εάν, διαισθητικά, γνώριζε αυτό που οι άνθρωποι ήξεραν ανέκαθεν: πως τα άνθη δεν είναι απλώς στολίδια της γης. Κουβαλούν μνήμες, μεταμορφώσεις, έρωτες, απώλειες.

Από τους αρχαίους ελληνικούς μύθους, όπου το αίμα και τα δάκρυα γίνονται άνθη, μέχρι τις σιωπηλές βικτωριανές κοινωνίες του 19ου αιώνα, όπου ένα λουλούδι μπορούσε να εκφράσει όσα οι λέξεις δεν τολμούσαν, τα λουλούδια υπήρξαν φορείς ιστοριών. Και ίσως τελικά μιλούσαν πάντα. Και ίσως δεν έπαψαν ποτέ να μιλούν, ακόμη και σήμερα.

Στην αρχαία ελληνική μυθολογία τα λουλούδια είχαν μυθολογικές και συμβολικές ερμηνείες. Ας πάρουμε σαν παράδειγμα τον Νάρκισσο. Ο νεαρός Νάρκισσος με την εξωπραγματική ομορφιά, αδιαφορώντας για τον έρωτα που προκαλούσε στους γύρω του, βρέθηκε κάποια μέρα καθισμένος κοντά σε μια πηγή. Καθώς έσκυψε, αντίκρισε το πρόσωπό του να καθρεπτίζεται στο νερό και γοητεύτηκε παράφορα από την ίδια του την εικόνα. Προσπαθώντας να αιχμαλωτίσει το είδωλο που τον μάγεψε, πράγμα ανέφικτο φυσικά, παρέμεινε καθηλωμένος στην ίδια θέση μέχρι που μαράζωσε και σε αυτό το σημείο άφησε την τελευταία του πνοή. Εκεί η γη δεν τον ξέχασε... Στη

ihn verzaubert hatte, einzufangen, scheiterte natürlich. Deshalb blieb er an dieser Stelle stehen, bis er seinen letzten Atemzug tat und verwelkte. Doch die Erde hat ihn nicht vergessen... Es wuchs dort die wunderschöne weiße Blume namens Narzisse.

Nach Narziss sollte ein weiterer umwerfend schöner junger Spartaner, Hyazinth, einer weiteren beliebten Blume seinen Namen geben. Apollon, der Sonnengott, liebte ihn sehr und verbrachte unendlich viel Zeit mit ihm, um ihm die Geheimnisse der Welt zu erklären und sportliche Fähigkeiten beizubringen. Doch das Schicksal spielte ihm einen grausamen Streich. Als Apollon Hyazinth das Diskuswerfen beibrachte, verfehlte die Scheibe ihr Ziel, traf den jungen Mann und tötete ihn. Untröstlich über den Verlust seines Freundes, weigerte sich Apollon, dessen Leichnam dem Hades zu übergeben. An der Stelle, an der sein Blut floss, entstand die Blume Hyazinth, die dafür sorgte, dass seine Erinnerung niemals verloren gehen würde.

Ein weiterer Mythos über die Entstehung der Blumen handelt von der Göttin Aphrodite, die sich in Adonis verliebt hatte. Um seinetwillen zögerte die Göttin nicht, die Liebe des Gottes Ares zu verraten, der dies natürlich nicht einfach so hinnehmen wollte. Während einer Jagd griff Ares, der sich in ein Wildschwein verwandelt hatte, Adonis an und tötete ihn. Aus den Tränen, die Aphrodite weinte, entstanden Anemonen, während aus dem Blut des Adonis, das den Boden tränkte, rote Mohnblumen sprossen. Traurig bat Aphrodite Persephone, die Göttin der Unterwelt, Adonis die Rückkehr auf die Erde zu gestatten. Doch weil Persephone ablehnte, fand Zeus schließlich eine Lösung. Adonis sollte sechs Monate in der Unterwelt und sechs Monate auf der Erde an der Seite von Aphrodite verbringen.

Und natürlich dürfen wir Iris, die geflügelte Botin der Götter, nicht unerwähnt lassen. Sie ist es, die Himmel und Erde mit dem bunten Regenbogen verbindet und einer Blume mit unzähligen Farbtönen ihren Namen gab: Iris. Sie wurde jedoch nicht aus Schmerz oder Blut geboren, sondern aus dem Bedürfnis nach Kommunikation. Für die alten Griechen bot diese Blume eine Möglichkeit, göttliche Nachrichten an die Sterblichen weiterzugeben. Sie war der Beweis dafür, dass die Natur ihre eigene Art hat, Botschaften zu übermitteln.

Viel später, als die olympischen Götter in einer Gesellschaft extremer Höflichkeit und strenger Regeln verstummt waren, begannen die Menschen zu „flüstern“. In den Salons des viktorianischen England des 19. Jahrhunderts, wo soziale Vorschriften jede Art von Spontaneität unterdrückten, führte das Bedürfnis nach Kommunikation zu einer stillen Revolution. Der Grund dafür war die Floriografie. Sie war die Kunst, die Blumen zum stillsten und vertrauenswürdigsten Übermittler von

θέση του φύτρωσε το πανέμορφο λευκό ομώνυμο άνθος, ο Νάρκισσος.

Μετά τον Νάρκισσο, ένας ακόμη εκτυφλωτικά όμορφος νέος Σπαρτιάτης, ο Υάκινθος, έμελλε να χαρίσει το όνομά του σε ένα ακόμη αγαπημένο λουλούδι. Ο Απόλλωνας, θεός του ήλιου, τον αγαπούσε πολύ και περνούσε ατελείωτο χρόνο μαζί του, διδάσκοντάς του τα μυστικά του κόσμου και τις αθλητικές τέχνες. Η μοίρα όμως του έπαιξε ένα σκληρό παιχνίδι. Καθώς ο Απόλλωνας δίδασκε τον Υάκινθο δισκοβολία, ο δίσκος ξέφυγε από την πορεία του, χτύπησε τον νεαρό και τον σκότωσε. Ο Απόλλωνας, απαρηγόρητος για τον χαμό του φίλου του, αρνήθηκε στον Άδη να πάρει το σώμα του. Στο σημείο που έτρεξε το αίμα του δημιούργησε το λουλούδι Υάκινθο, εξασφαλίζοντας πως η μνήμη του δεν θα χανόταν ποτέ.

Ένας ακόμη μύθος για τη γέννηση των λουλουδιών είναι αυτός που θέλει την θεά Αφροδίτη ερωτευμένη με τον Άδωνι. Για χάρη του, η θεά δεν δίστασε να προδώσει τον έρωτα του θεού Άρη, ο οποίος φυσικά δεν θα το άφηνε έτσι. Κατά τη διάρκεια του κυνηγιού, ο Άρης μεταμορφώμενος σε αγριογούρουνο του επιτέθηκε και τον σκότωσε. Από τα δάκρυα που έκυσε η Αφροδίτη θρηνώνοντας γεννήθηκαν οι ανεμώνες, ενώ από το αίμα του Άδωνι που πότισε το χώμα ξεπήδησαν κόκκινες παπαρούνες. Θλιμμένη η Αφροδίτη, παρακάλεσε την θεά του κάτω κόσμου Περσεφόνη, να επιτρέψει στον Άδωνι να επιστρέψει στη γη. Αν και η Περσεφόνη αρχικά αρνήθηκε, ο Δίας έδωσε τη λύση. Ο Άδωνις θα περνούσε έξι μήνες στον κάτω κόσμο και έξι μήνες επάνω στη γη, στο πλευρό της Αφροδίτης.

Και βέβαια δεν θα μπορούσαμε να μην αναφερθούμε στην Ίριδα, την φτερωτή αγγελιοφόρο των Θεών. Είναι αυτή που ένωνε τον ουρανό με τη γη πάνω στο πολύχρωμο ουράνιο τόξο και χάρισε το όνομά της σε ένα άνθος με αμέτρητες αποχρώσεις. Η Ίριδα δεν γεννήθηκε από πόνο ή αίμα, αλλά από την ανάγκη για επικοινωνία. Για τους αρχαίους Έλληνες το λουλούδι αυτό ήταν σταθμός απ' όπου περνούσαν οι θείες ειδήσεις προς τους θνητούς. Ήταν απόδειξη πως η φύση έχει τον δικό της τρόπο να μεταφέρει μηνύματα.

Πολύ αργότερα, όταν πια οι ολύμπιοι θεοί είχαν σιωπήσει σε μια κοινωνία ακραίας ευγένειας και αυστηρών κανόνων, οι άνθρωποι άρχισαν να «ψιθυρίζουν». Στα σαλόνια της Βικτωριανής Αγγλίας του 19ου αιώνα, εκεί όπου τα κοινωνικά πρωτόκολλα έπνιγαν κάθε είδος αυθορμητισμού, η ανάγκη για επικοινωνία γέννησε μια σιωπηλή επανάσταση. Ο λόγος για τη Φλοριογραφία, την τέχνη που μετέτρεψε τα λουλούδια στο πιο σιωπηλό και έμπιστο ταχυδρομείο της ιστορίας. Αυτή η «σιωπηλή γλώσσα» έγινε τόσο δημοφιλής που οδήγησε στην έκδοση ολόκληρων λεξικών, με πρώτο το «Le Langage des Fleurs» το 1819 στο Παρίσι, το οποίο έθεσε τις βάσεις για τον συμβολισμό κάθε άνθους. Οι γυναίκες της εποχής συχνά κρατούσαν μικρά μπουκέτα, τα λεγόμενα tussie-mussies, τα οποία

Nachrichten zu machen. Diese „stille Sprache“ wurde so beliebt, dass ganze Wörterbücher veröffentlicht wurden, allen voran „Le Langage des Fleurs“ 1819 in Paris, das die Grundlagen für die Symbolik jeder Blume legte. Die Frauen jener Zeit trugen oft kleine Sträuße, sogenannte Tus-sie-Mussies, bei sich, die als verschlüsselte Botschaften dienten. Man könnte also von einer neuen Sprache sprechen, die entschlüsselt werden musste, indem man die Botschaften richtig las und auf die Details achtete.

Das Wörterbuch der Floriografie

Um diese Geheimsprache richtig „lesen“ zu können, muss man die Bedeutung der Blumen und ihrer Farben kennen, aber auch die „grammatikalischen Regeln“ dieser Kommunikation.

Symbolik und Botschaften von Blumen

Rote Rose: Tiefe Liebe, Leidenschaft und Verlangen.

Pansies/Stiefmütterchen: „Ich denke an dich“. Der Name leitet sich vom französischen Wort pensée ab, was „Gedanke“ bedeutet.

Hyazinthe: Aufrichtigkeit und Beständigkeit in der Liebe.

Lila Hyazinthe: Ausdruck von Trauer und Bitte um Vergebung.

Anemone: Vorfriede, Erwartung, aber auch Zerbrechlichkeit.

Gelbe Nelke: Verachtung, Enttäuschung oder Ablehnung.

Weißer Lilie: Reinheit, Tugend und Bescheidenheit.

Mohnblume: Trost, Ruhe und Erinnerung an diejenigen, die gegangen sind.

Vergissmeinnicht: Wahre Liebe und ewige Erinnerung.

Gelbe Rose: Freundschaft und Freude, aber in der viktorianischen Zeit auch Symbol für Untreue oder „Freundeszone“.

Lavendel: Hingabe und Tugend, aber auch Symbol für Misstrauen.

Margerite: Unschuld, Reinheit und Neuanfang.

Sonnenblume: Verehrung, Treue und Hingabe.

Iris: Treue, Hoffnung und Weisheit.

Mimose: Bescheidenheit und Reinheit, da sich ihre Blätter bei Berührung schließen.

leitet sich vom französischen Wort pensée ab, was „Gedanke“ bedeutet.

Το Λεξικό της Φλωριογραφίας

Για να μπορέσει κανείς να «διαβάσει» σωστά αυτή τη μυστική γλώσσα, πρέπει να γνωρίζει τις σημασίες των λουλουδιών, των χρωμάτων, αλλά και τους κανόνες της «γραμματικής» τους.

Συμβολισμοί και μηνύματα των λουλουδιών

Κόκκινο τριαντάφυλλο: Βαθιά αγάπη, πάθος και επιθυμία.

Πανσές: «Σε σκέφτομαι», το όνομά του προέρχεται από το γαλλικό pensée που σημαίνει σκέψη.

Υάκινθος: Ειλικρίνεια και σταθερότητα στην αγάπη.

Μωβ υάκινθος: Έκφραση λύπης και παράκληση για συγγνώμη.

Ανεμώνη: Προσμονή, προσδοκία αλλά και ευθραυστότητα.

Κίτρινο γαρύφαλλο: Περιφρόνηση, απογοήτευση ή απόρριψη.

Λευκός κρίνος: Αγνότητα, αρετή και σεμνότητα.

Παπαρούνα: Παρηγοριά, ανάπαυση και μνήμη για όσους έφυγαν.

Μη με λησμόνει: Αληθινή αγάπη και αιώνια ανάμνηση.

Κίτρινο τριαντάφυλλο: Φιλία και χαρά, αλλά στη βικτωριανή εποχή και σύμβολο απιστίας ή «φιλική ζώνη».

Λεβάντα: Αφοσίωση και αρετή, αλλά και σύμβολο δυσπιστίας.

Μαργαρίτα: Αθωότητα, καθαρότητα και νέα ξεκινήματα.

Ηλιοτρόπιο: Λατρεία, πίστη και αφοσίωση.

Ίριδα: Πίστη, ελπίδα και σοφία.

Μιμόζα: Σεμνότητα και αγνότητα, καθώς τα φύλλα της κλείνουν στο άγγιγμα.

Ο Κώδικας των Χρωμάτων

Der Code der Farben

Rot: Starke Gefühle, Liebe, Respekt und Mut.

Rosa: Freude, Anmut, jugendliche Unschuld und Weiblichkeit.

Gelb: Glück, Freundschaft, Lebendigkeit und Sonnenschein.

Weiß: Aufrichtigkeit, Bescheidenheit, Eleganz und Reinheit.

Lila: Bewunderung, Würde, Freundlichkeit und geistige Tiefe.

Orange: Begeisterung, Kreativität und die Freude eines Festes.

Die „grammatikalische Regeln“ der Kommunikation

Die Art und Weise, wie die Blume überreicht wurde, konnte die Bedeutung völlig verändern:

Überreichung mit der rechten Hand: Die Antwort auf eine Frage lautet „Ja“.

Angebot mit der linken Hand: Die Antwort auf eine Frage lautet „Nein“.

Blumen in aufrechter Position: Die Botschaft ist positiv.

Blumen mit der Blüte nach unten: Die Bedeutung ist das Gegenteil vom Üblichen (negativ).

Links gebundene Schleife: Die Botschaft bezieht sich auf den/die Absender/in.

Κόκκινο: Έντονα συναισθήματα, αγάπη, σεβασμός και θάρρος.

Ροζ: Χαρά, χάρη, νεανική αθωότητα και θηλυκότητα.

Κίτρινο: Ευτυχία, φιλία, ζωντάνια και ηλιοφάνεια.

Λευκό: Ειλικρίνεια, ταπεινότητα, κομψότητα και αγνότητα.

Μωβ: Θαυμασμός, αξιοπρέπεια, ευγένεια και πνευματικό βάθος.

Πορτοκαλί: Ενθουσιασμός, δημιουργικότητα και η χαρά μιας γιορτής.

Η «Γραμματική» της Επικοινωνίας

Ο τρόπος με τον οποίο προσφερόταν το λουλούδι μπορούσε να αλλάξει τελείως το νόημα:

Προσφορά με το Δεξί χέρι: Η απάντηση σε μια ερώτηση είναι «Ναι».

Προσφορά με το Αριστερό χέρι: Η απάντηση σε μια ερώτηση είναι «Όχι».

Λουλούδια σε όρθια θέση: Το μήνυμα είναι θετικό.

Λουλούδια με το άνθος προς τα κάτω: Το νόημα είναι το αντίθετο από το συνηθισμένο (αρνητικό).

Κορδέλα δεμένη στα αριστερά: Το μήνυμα αναφέρεται στον/στην αποστολέα.

Κορδέλα δεμένη στα δεξιά: Το μήνυμα αναφέρεται στον παραλήπτη/στην παραλήπτρια.



Rechts gebundene Schleife: Die Botschaft bezieht sich auf den/die Empfänger/in.

In Herzhöhe gehalten: Zeigt Akzeptanz und gegenseitige Gefühle an.

Halten in niedriger Position: Zeigt Ablehnung oder Desinteresse an.

Parfümiertes Taschentuch: Vermittelt die Botschaft der entsprechenden Pflanze durch ihren Duft.

Und vielleicht ist diese Sprache letztendlich nicht nur in Mythen oder viktorianischen Wörterbüchern erhalten geblieben. Vielleicht blüht sie weiterhin dort, wo man, an Stelle von Worten Blumen „sprechen“ lässt. Ich habe das bei meinen beiden Großmüttern (die eine ist Griechin, die andere Deutsche) gesehen, als sie sich nach Jahren wieder trafen. Sie sprechen nicht dieselbe Sprache. Und doch teilen sie dieselbe Liebe, dieselbe Zärtlichkeit für Blumen. Die eine schenkte der anderen eine Pflanze. Es bedurfte keiner Übersetzung. Ein Blick genügte.

Blumen sind also nicht nur Dekoration. Das waren sie nie! Sie rufen in uns Erinnerungen hervor, die wieder aufblühen. Sie erzählen Geschichten, die tief in uns verwurzelt und beständig sind. Sie sind Ausdruck der Liebe ohne Worte oder auch Zeichen einer unausgesprochenen Berührtheit beim Abschied.

Mich erinnern Blumen an den liebevollen Blick meiner Großmütter, wenn sie sich um sie kümmern! Auch an meinen Großvater, der in seinem kleinen Garten zwischen den duftenden Basilikumpflanzen sitzt und sein Buch liest.

Blumen sprechen... Sie haben immer gesprochen... Verstehst du ihre Sprache?

Fotos aus persönlichem Archiv der Autorin



<https://mila.gs.uoa.gr/ekdoseis/mila/>

Κράτημα στο ύψος της καρδιάς: Δηλώνει αποδοχή και αμοιβαία συναισθήματα.

Κράτημα σε χαμηλή θέση: Δηλώνει απόρριψη ή έλλειψη ενδιαφέροντος.

Αρωματισμένο μαντήλι: Μετέφερε το μήνυμα του αντίστοιχου φυτού μέσω του αρώματός του.

Και ίσως τελικά αυτή η γλώσσα να μην έμεινε στους μύθους ή στα βικτωριανά λεξικά. Ίσως να συνεχίζει να ανθίζει εκεί όπου οι λέξεις δεν φτάνουν. Το είδα στις δύο γιαγιάδες μου (Ελληνίδα η μια, Γερμανίδα η άλλη) όταν βρέθηκαν ξανά μαζί ύστερα από χρόνια. Δεν μιλούν την ίδια γλώσσα. Κι όμως, μοιράζονται την ίδια αγάπη, την ίδια τρυφερότητα για τα λουλούδια. Η μία πρόσφερε στην άλλη ένα φυτό. Δεν χρειάστηκε μετάφραση. Το βλέμμα αρκούσε.

Τα λουλούδια λοιπόν δεν είναι απλά στολίδια. Ποτέ δεν ήταν! Είναι μηνύματα που άνθισαν. Είναι ιστορίες που ρίζωσαν βαθιά και επέμειναν. Είναι οι έρωτες που δεν βρήκαν λέξεις, οι αποχαιρετισμοί που δεν ειπώθηκαν...

Για μένα τα λουλούδια είναι το γεμάτο αγάπη βλέμμα των γιαγιάδων μου όταν τα φροντίζουν... Και η ανάμνηση του παππού μου να είναι καθισμένος στην αυλή του ανάμεσα στους μυρωδάτους βασιλικούς και να διαβάζει το βιβλίο του.

Τα λουλούδια μιλούν... Πάντα μιλούσαν... Τα ακούς?



Mode in voller Blüte – Wie der Frühling unsere Farben und Styles beeinflusst

Η μόδα σε πλήρη άνθηση – Πώς η άνοιξη επηρεάζει τα χρώματα και τα στυλ μας

Marina Vlachou

Wenn die ersten Knospen an den Bäumen erscheinen und die Tage langsam länger werden, verändert sich nicht nur die Natur, sondern auch unsere Garderobe beginnt aufzublühen. Der Frühling ist die Zeit des Aufbruchs, des Lichts und der neuen Energie, insgesamt ist der Frühling eine Blütezeit. Diese Stimmung spiegelt sich jedes Jahr in der Mode wider. Farben werden heller, Stoffe leichter und Styles verspielter. Warum der Frühling unsere Kleidung so stark beeinflusst und welche Trends aus der Blütezeit der Natur entstehen, können Sie in diesem Artikel lesen.

Die Rückkehr der Farben

Im Winter dominieren meist dunkle und gedeckte Farben: Schwarz, Grau, Dunkelblau oder Braun. Diese Töne passen zur kälteren Jahreszeit und zur ruhigen Stimmung. Mit dem Frühling kommt jedoch die Sehnsucht nach Farbe zurück. Plötzlich sehen wir überall Pastelltöne, frische Grüntöne und warme, sonnige Farben. Besonders beliebte Farben im Frühling sind Pastellfarben wie Rosa, Hellblau, Mint oder Flieder, natürliche Grüntöne, die an junge Blätter erinnern, Gelb- und Orangetöne, die die Sonne symbolisieren und Blumenmuster, die an blühende Wiesen erinnern. Die Farben und Muster unserer Kleidung scheint sich im Frühjahr der wuchernden und blütenden Umwelt anzupassen. Außerdem beeinflussen Farben unsere Stimmung stärker, als wir denken. Helle Farben wirken oft positiv und energiereich und deshalb greifen viele Menschen im Frühling automatisch zu Kleidung, die ihre gute Laune unterstreicht. Mode wird so zu einem Ausdruck der Jahreszeit und des eigenen Wohlbefindens.

Leichte Stoffe für wärmere Tage

Mit steigenden Temperaturen verändern sich auch die Mate-

Όταν τα πρώτα μπουμπούκια εμφανίζονται στα δέντρα και οι μέρες αρχίζουν σιγά σιγά να μεγαλώνουν, δεν αλλάζει μόνο η φύση, αλλά αρχίζει να ανθίζει και η γκαρνταρόμπα μας. Η άνοιξη είναι η εποχή της ανανέωσης, του φωτός και της νέας ενέργειας και αποτελεί συνολικά μια περίοδο άνθησης. Αυτή η διάθεση αντικατοπτρίζεται κάθε χρόνο και στη μόδα. Τα χρώματα γίνονται πιο φωτεινά, τα υφάσματα πιο ελαφριά και τα στυλ πιο παιχνιδιάρικα. Γιατί η άνοιξη επηρεάζει τόσο έντονα τα ρούχα μας και ποιες τάσεις προκύπτουν την περίοδο που η φύση ανθίζει, μπορείτε να διαβάσετε σε αυτό το άρθρο.

Η επιστροφή των χρωμάτων

Τον χειμώνα κυριαρχούν συνήθως σκούρα και ουδέτερα χρώματα: μαύρο, γκρι, σκούρο μπλε ή καφέ. Αυτές οι αποχρώσεις ταιριάζουν με την πιο κρύα εποχή και την ήρεμη διάθεση. Με την άνοιξη, όμως, επιστρέφει η λαχτάρα για χρώμα. Ξαφνικά βλέπουμε παντού παστέλ αποχρώσεις, φρέσκα πράσινα και ζεστά, ηλιόλουστα χρώματα. Ιδιαίτερα δημοφιλή χρώματα την άνοιξη είναι τα παστέλ όπως ροζ, ανοιχτό μπλε, λιλά ή το χρώμα της μέντας, οι φυσικές αποχρώσεις του πράσινου που θυμίζουν τα νέα φύλλα, οι αποχρώσεις του κίτρινου και του πορτοκαλί που συμβολίζουν τον ήλιο, και τα λουλουδάτα μοτίβα που θυμίζουν ανθισμένα λιβάδια. Τα χρώματα και τα μοτίβα των ρούχων μας φαίνεται να προσαρμόζονται την άνοιξη στο πρασινομένο και ανθισμένο περιβάλλον. Επιπλέον, τα χρώματα επηρεάζουν τη διάθεσή μας περισσότερο από όσο πιστεύουμε. Τα φωτεινά χρώματα συχνά έχουν θετική και ενεργητική επίδραση, γι' αυτό και πολλοί άνθρωποι επιλέγουν την άνοιξη ρούχα που ενισχύουν την καλή τους διάθεση. Έτσι, η μόδα γίνεται έκφραση της εποχής και της προσωπικής ευεξίας.

rialien unserer Kleidung. Dicke Pullover und schwere Mäntel verschwinden langsam im Kleiderschrank. Stattdessen kommen leichtere Stoffe zum Einsatz. Typische Frühlingstoffe sind dementsprechend Baumwolle, Leinen, leichte Viskose, dünner Strick und der eigentlich in jeder Jahreszeit beliebte Jeansstoff. Diese Materialien sind angenehm zu tragen und passen zum wechselhaften Frühlingwetter. Morgens kann es noch kühl sein, am Nachmittag scheint vielleicht schon die Sonne. Deshalb spielt der sogenannte Zwiebellook eine wichtige Rolle, wobei man mehrere dünne Kleidungsschichten übereinander trägt, die sich leicht an- und ausziehen lassen und somit Flexibilität bieten. Eine leichte Jacke, ein Schal oder ein Cardigan sind typische Begleiter in dieser Jahreszeit, denn sie verbinden Funktion und Stil und machen jedes Outfit vielseitiger.

Blumen und Natur als Inspiration

Der Frühling ist die Zeit der Blüten – und genau diese Blüten finden wir auch in der Mode. Florale Muster gehören zu den Klassikern der Frühlingssaison. Sie erscheinen jedes Jahr neu, aber immer in unterschiedlichen Varianten. Mal sind die Blumenmuster groß und auffällig, mal klein und romantisch. Man findet sie auf Kleidern, Blusen, Röcken, Schuhen und sogar auf Accessoires wie Taschen, Schmuckstücken oder Tüchern. Diese Muster bringen Frische und Leichtigkeit in jedes Outfit.

Neben Blumen inspiriert auch die gesamte Natur die Mode im Frühling. Designer und Designerinnen lassen sich von Wiesen, Gärten und Landschaften inspirieren. Erdige Töne, sanfte Farbübergänge und natürliche Materialien spiegeln diese Verbindung wider. Viele Menschen wünschen sich im Frühling mehr Nähe zur Natur und drücken das auch durch ihre Kleidung aus.

Der Frühling als Zeit des Neuanfangs

Der Frühling gilt traditionell als Zeit des Neubeginns. Nach den dunklen Wintermonaten haben viele Menschen Lust auf Veränderung. Diese Motivation zeigt sich auch im eigenen Stil. Viele nutzen den Frühling, um ihren Kleiderschrank zu sortieren oder neue Kombinationen auszuprobieren. Ein neues Outfit kann sich wie ein Neustart anfühlen. Vielleicht wagt man sich an eine Farbe, die man sonst nie trägt. Oder man probiert einen neuen Stil aus, der eventuell sportlicher, eleganter oder kreativer ist. Der Frühling ermutigt dazu, mit Mode zu experimentieren und die eigene Persönlichkeit neu zu zeigen. Der sogenannte Frühjahrsputz, d.h. die tiefgründige, oft einmalige Grundreinigung von Haus oder Wohnung, die traditionell zu Beginn der nach dem Winter wärmeren Jahreszeit (meist im März oder April) durchgeführt wird und dazu dient, das Zuhause vom Schmutz und Staub des Winters zu befreien und symbolisch einen Neuanfang zu setzen, betrifft nicht nur die Wohnung, sondern oft auch die Garderobe. Alte Kleidung wird aussortiert, und neue Lieblingsstücke ziehen ein. So entsteht Platz für frische Ideen und neue

Ελαφριά υφάσματα για τις πιο ζεστές ημέρες

Με την άνοδο της θερμοκρασίας αλλάζουν και τα υλικά των ρούχων μας. Τα χοντρά πουλόβερ και τα βαριά πανωφόρια εξαφανίζονται σιγά σιγά από τη ντουλάπα. Αντί για αυτά, χρησιμοποιούνται πιο ελαφριά υφάσματα. Τυπικά ανοιξιάτικα υφάσματα είναι το βαμβάκι, το λινό, η ελαφριά βισκόζη, το λεπτό πλεκτό και το τζιν, που παραμένει αγαπημένο σε κάθε εποχή. Αυτά τα υλικά είναι άνετα στη χρήση και ταιριάζουν στον μεταβαλλόμενο καιρό της άνοιξης. Το πρωί μπορεί να κάνει ακόμη δροσιά, ενώ το απόγευμα ίσως ήδη λάμπει ο ήλιος. Γι' αυτό σημαντικό ρόλο παίζει το λεγόμενο «ντύσιμο σε στρώσεις», δηλαδή το να φοράμε πολλά λεπτά ρούχα το ένα πάνω στο άλλο, που φοριούνται και αφαιρούνται εύκολα και προσφέρουν ευελιξία. Ένα ελαφρύ μπουφάν, ένα κασκόλ ή μια ζακέτα είναι τυπικοί συνοδοί μας αυτή την εποχή, καθώς συνδυάζουν λειτουργικότητα και στυλ και κάνουν κάθε σύνολο πιο ευέλικτο.

Τα λουλούδια και η φύση ως έμπνευση

Η άνοιξη είναι η εποχή της ανθοφορίας –και ακριβώς αυτά τα άνθη βρίσκουμε και στη μόδα. Τα φλοράλ μοτίβα ανήκουν στα κλασικά της ανοιξιάτικης σεζόν. Εμφανίζονται κάθε χρόνο ξανά, αλλά πάντα σε διαφορετικές εκδοχές. Άλλοτε τα λουλουδάτα σχέδια είναι μεγάλα και εντυπωσιακά, άλλοτε μικρά και ρομαντικά. Τα συναντάμε σε φορέματα, μπλούζες, φούστες, παπούτσια και ακόμη και σε αξεσουάρ όπως τσάντες, κοσμήματα ή φουλάρια. Αυτά τα μοτίβα φέρνουν φρεσκάδα και ελαφρότητα σε κάθε εμφάνιση.

Εκτός από τα λουλούδια, ολόκληρη η ανοιξιάτικη φύση αποτελεί πηγή έμπνευσης για τη μόδα. Σχεδιαστές και σχεδιάστριες εμπνέονται από λιβάδια, κήπους και τοπία. Γήινες αποχρώσεις, απαλές χρωματικές μεταβάσεις και φυσικά υλικά αντανακλούν αυτή τη σύνδεση. Πολλοί άνθρωποι επιθυμούν την άνοιξη μεγαλύτερη εγγύτητα με τη φύση και αυτό το εκφράζουν και μέσα από τα ρούχα τους.

Η άνοιξη ως εποχή νέας αρχής

Η άνοιξη θεωρείται παραδοσιακά περίοδος νέας αρχής. Μετά τους σκοτεινούς χειμερινούς μήνες, πολλοί άνθρωποι νιώθουν την ανάγκη για αλλαγή. Αυτό το κίνητρο φαίνεται και στο προσωπικό στυλ. Πολλοί εκμεταλλεύονται την άνοιξη για να τακτοποιήσουν τη ντουλάπα τους ή να δοκιμάσουν νέους συνδυασμούς. Ένα νέο σύνολο μπορεί να μοιάζει με ένα νέο ξεκίνημα. Ίσως τολμήσουμε ένα χρώμα που συνήθως δεν φοράμε. Ή μπορεί να δοκιμάσουμε ένα νέο στυλ, ίσως πιο αθλητικό, κομψό ή δημιουργικό. Η άνοιξη μας ενθαρρύνει να πειραματιστούμε με τη μόδα και να παρουσιάσουμε ξανά την προσωπικότητά μας. Η λεγόμενη ανοιξιάτικη γενική καθαριότητα, δηλαδή η βαθιά και συχνά μοναδική



Looks.

Streetstyle im Frühling: Zwischen praktisch und kreativ

Auf den Straßen vieler Städte kann man im Frühling besonders vielfältige Styles beobachten. Die Mode wirkt lockerer und individueller. Menschen kombinieren klassische Basics mit trendigen Accessoires oder auffälligen Farben. Typische Frühling-Looks sind zum Beispiel: Jeans mit T-Shirt und leichter Jacke, Sneaker oder leichte Stiefel, Kleider mit Strumpfhosen oder dünnen Jacken, Sonnenbrillen und bunte Taschen, Schals oder Tücher als Farbakzent. Der Frühling erlaubt es, kreativ zu sein. Man kann verschiedene Schichten und Farben kombinieren, ohne dass es zu warm oder zu kalt wird. Viele genießen diese Übergangszeit, weil sie modisch besonders abwechslungsreich ist.

Mode und Stimmung: Eine enge Verbindung

Die Verbindung zwischen Mode und Jahreszeit ist nicht nur praktisch, sondern auch emotional. Wenn die Sonne scheint und alles herum blüht, fühlen sich viele Menschen aktiver und fröhlicher. Diese positive Stimmung zeigt sich oft in der Kleidung. Helle Farben und leichte Stoffe können das Gefühl von Freiheit und Energie verstärken. Ein luftiges Kleid oder ein farbenfrohes Hemd kann die eigene Stimmung verbessern. Gleichzeitig wirkt die Kleidung auch nach außen. Wer frische und lebendige Farben trägt, wird oft als offen und optimistisch wahrgenommen. Mode ist also mehr als nur Schutz vor Wetter und Kälte, da sie auch ein Ausdruck unserer Gefühle und unserer Beziehung zur Umgebung ist. Im Frühling wird diese Verbindung besonders sichtbar.

Nachhaltige Trends im Frühling

In den letzten Jahren spielt auch Nachhaltigkeit eine immer wichtigere Rolle in der Mode. Viele Menschen achten darauf,

γενική καθαριότητα του σπιτιού που πραγματοποιείται παραδοσιακά στην αρχή της πιο ζεστής μετά το χειμώνα εποχής (συνήθως τον Μάρτιο ή τον Απρίλιο) για να απαλλαγεί το σπίτι από τη σκόνη και τη βρωμιά του χειμώνα και να σηματοδοτήσει συμβολικά ένα νέο ξεκίνημα, δεν αφορά μόνο το σπίτι αλλά συχνά και τη γκαρνταρόμπα. Τα παλιά ρούχα απομακρύνονται και νέα αγαπημένα κομμάτια παίρνουν τη θέση τους. Έτσι δημιουργείται χώρος για φρέσκες ιδέες και νέες εμφανίσεις.

Street style την άνοιξη: ανάμεσα στο πρακτικό και το δημιουργικό

Στους δρόμους πολλών πόλεων την άνοιξη μπορεί κανείς να παρατηρήσει ιδιαίτερα ποικίλα στυλ. Η μόδα φαίνεται πιο χαλαρή και ατομική. Οι άνθρωποι συνδυάζουν κλασικά βασικά κομμάτια με μοντέρνα αξεσουάρ ή έντονα χρώματα. Τυπικές ανοιξιάτικες εμφανίσεις είναι, για παράδειγμα: τζιν με T-shirt και ελαφρύ μπουφάν, αθλητικά παπούτσια ή ελαφριές μπότες, φορέματα με κασόν ή λεπτά μπουφάν, γυαλιά ηλίου και πολύχρωμες τσάντες, κασκόλ ή φουλάρια ως χρωματική πινελιά. Η άνοιξη επιτρέπει τη δημιουργικότητα. Μπορεί κανείς να συνδυάζει διαφορετικές στρώσεις και χρώματα αφού δεν κάνει υπερβολική ζέστη ή κρύο. Πολλοί απολαμβάνουν αυτή τη μεταβατική περίοδο, επειδή είναι ιδιαίτερα ποικιλόμορφη από άποψη μόδας.

Μόδα και διάθεση: μια στενή σχέση

Η σχέση μεταξύ μόδας και εποχής δεν είναι μόνο πρακτική, αλλά και συναισθηματική. Όταν λάμπει ο ήλιος και όλα γύρω ανθίζουν, πολλοί άνθρωποι αισθάνονται πιο δραστήριοι και χαρούμενοι. Αυτή η θετική διάθεση

bewusster einzukaufen und Kleidung länger zu tragen. Deswegen ist der Frühling ein guter Moment, um über den eigenen Konsum nachzudenken. Statt viele neue Kleidungsstücke zu kaufen, entscheiden sich manche für alternative Möglichkeiten, wie Secondhand-Mode, Tauschpartys mit Freundinnen und Freunden, Reparieren und Umgestalten alter Kleidung und Shoppen von zeitlosen Basics statt schneller Trends. Natürliche Materialien wie Bio-Baumwolle oder Leinen passen nicht nur optisch zum Frühling, sondern auch zu einem nachhaltigen Lebensstil. So wird Mode im Frühling nicht nur bunter, sondern auch bewusster.

Wenn Mode und Natur gemeinsam blühen

Der Frühling bietet die perfekte Gelegenheit, den eigenen Stil neu zu entdecken. Manche Leute bevorzugen romantische Looks mit Blumen und Pastellfarben, andere mögen sportliche oder minimalistische Outfits. Wichtig ist vor allem, dass man sich in seinem Outfit wohlfühlt. Mode in der Blütezeit bedeutet nicht, jedem Trend zu folgen. Vielmehr geht es darum, Inspiration aus der Natur zu schöpfen und diese auf individuelle Weise umzusetzen. Ein buntes Tuch, eine leichte Jacke oder ein neues Lieblingspaar Schuhe können schon ausreichen, um frischen Wind in den eigenen Look zu bringen.

Die Welt um uns herum verändert sich im Frühling – und auch unsere Mode. Farben werden heller, Stoffe leichter und Styles kreativer. Blumenmuster, Pastelltöne und natürliche Materialien spiegeln die Energie der Jahreszeit wider. Gleichzeitig bietet der Frühling Raum für Neuanfang und Experimentierfreude. Wenn die Natur zu blühen beginnt, blüht auch die Mode auf. Sie wird zum Ausdruck von Lebensfreude, Veränderung und persönlichem Stil. So zeigt sich jedes Jahr aufs Neue: Mode und Frühling gehören einfach zusammen

Quellen/Πηγές

Birren, Faber (1950): *Color psychology and color therapy. A factual study of the influence of color on human life.* New York: McGraw-Hill.
www.elle.de
www.fashionrevolution.org
www.greenpeace.de
www.pantone.com
www.psychologytoday.com www.vogue.de

συνά αντανakλάται στα ρούχα. Τα φωτεινά χρώματα και τα ελαφριά υφάσματα μπορούν να ενισχύσουν το αίσθημα ελευθερίας και ενέργειας. Ένα αέρινο φόρεμα ή ένα πολύχρωμο πουκάμισο μπορεί να βελτιώσει τη διάθεση. Ταυτόχρονα, τα ρούχα επηρεάζουν και την εξωτερική εικόνα. Όποιος φορά φρέσκα και ζωντανά χρώματα συνά θεωρείται ανοιχτός και αισιόδοξος. Η μόδα, λοιπόν, είναι κάτι περισσότερο από προστασία από τον καιρό και το κρύο, καθώς αποτελεί έκφραση των συναισθημάτων μας και της σχέσης μας με το περιβάλλον. Την άνοιξη αυτή η σύνδεση γίνεται ιδιαίτερα εμφανής.

Βιώσιμες τάσεις την άνοιξη

Τα τελευταία χρόνια, η βιωσιμότητα παίζει ολοένα και πιο σημαντικό ρόλο στη μόδα. Πολλοί άνθρωποι προσπαθούν να αγοράζουν ρούχα πιο συνειδητά και να φορούν τα ρούχα τους για μεγαλύτερο χρονικό διάστημα. Γι' αυτό η άνοιξη είναι μια καλή στιγμή για να σκεφτεί κανείς τις προσωπικές του καταναλωτικές συνήθειες. Αντί να αγοράσουμε πολλά νέα ρούχα, μπορούμε να επιλέξουμε εναλλακτικές λύσεις, όπως μεταχειρισμένη μόδα, ανταλλαγές ρούχων με φίλους, επισκευή και μεταποίηση παλιών ρούχων και αγορά διαχρονικών βασικών κομματιών αντί για γρήγορες τάσεις. Φυσικά υλικά όπως το οργανικό βαμβάκι ή το λινό δεν ταιριάζουν μόνο οπτικά με την άνοιξη, αλλά και με έναν βιώσιμο τρόπο ζωής. Έτσι, η μόδα την άνοιξη γίνεται όχι μόνο πιο πολύχρωμη, αλλά και πιο συνειδητή.

Όταν η μόδα και η φύση ανθίζουν μαζί

Η άνοιξη προσφέρει την τέλεια ευκαιρία να ανακαλύψουμε ξανά το προσωπικό μας στυλ. Κάποιοι προτιμούν ρομαντικές εμφανίσεις με λουλούδια και παστέλ χρώματα, άλλοι αγαπούν τα αθλητικά ή μινιμαλιστικά σύνολα. Το σημαντικότερο είναι να νιώθει κανείς άνετα με το ντύσιμό του. Η μόδα στην περίοδο της άνθησης δεν σημαίνει ότι πρέπει να ακολουθεί κανείς κάθε τάση. Αντίθετα, πρόκειται για έμπνευση από τη φύση και την εφαρμογή της με προσωπικό τρόπο. Ένα πολύχρωμο φουλάρι, ένα ελαφρύ μπουφάν ή ένα νέο αγαπημένο ζευγάρι παπούτσια μπορεί να είναι αρκετό για να φέρει φρέσκο αέρα στην εμφάνιση.

Ο κόσμος γύρω μας αλλάζει την άνοιξη – και η μόδα μας επίσης. Τα χρώματα γίνονται πιο φωτεινά, τα υφάσματα πιο ελαφριά και τα στυλ πιο δημιουργικά. Τα φλοράλ μοτίβα, οι παστέλ αποχρώσεις και τα φυσικά υλικά αντικατοπτρίζουν την ενέργεια της εποχής. Ταυτόχρονα, η άνοιξη προσφέρει χώρο για νέα ξεκινήματα και πειραματισμό. Όταν η φύση αρχίζει να ανθίζει, ανθίζει και η μόδα. Γίνεται έκφραση χαράς για ζωή, αλλαγής και προσωπικού στυλ. Έτσι φαίνεται κάθε χρόνο ξανά: η μόδα και η άνοιξη απλώς πάνε μαζί.

Heringers Sprachwelt

Ο γλωσσικός κόσμος του Heringer

ICH BAUE NUR LUFT -
GEDANKEN.

ΟΙ ΣΚΕΨΕΙΣ ΜΟΥ ΕΙΝΑΙ
ΠΑΝΤΑ ΤΟΥ ΑΕΡΑ

Η ΟΜΟΡΦΙΑ -
ΧΑΜΑΙΛΕΟΝΤΑΣ ΣΤΑ
ΜΑΤΙΑ ΕΚΕΙΝΟΥ ΠΟΥ
ΤΗΝ ΒΛΕΠΕΙ.

SCHÖNHEIT - EIN
CHAMÄLEON IM AUGE DER
BETRACHTER.

ALLER ANFANG IST
SCHWER. DAS ENDE
MEIST NOCH
SCHWERER.

ΚΑΘΕ ΑΡΧΗ ΚΑΙ
ΔΥΣΚΟΛΗ. ΤΟ ΤΕΛΟΣ
ΟΜΩΣ ΔΥΣΚΟΛΟΤΕΡΟ.

LICHT IST NUR, WO AUCH
SCHATTEN SIND. SONST SIEHST
DU ES NICHT.

ΦΩΣ ΥΠΑΡΧΕΙ ΜΟΝΟ ΕΚΕΙ
ΟΠΟΥ ΥΠΑΡΧΕΙ ΚΑΙ ΣΚΙΑ-
ΑΛΛΙΩΣ ΔΕΝ ΤΟ ΒΛΕΠΕΙΣ

ALLES NIMMT EIN GUTES ENDE FÜR DEN, DER WARTEN KANN.

ΌΛΑ ΕΧΟΥΝ ΕΝΑ ΑΙΣΙΟ ΤΕΛΟΣ. ΑΡΚΕΙ ΝΑ ΞΕΡΕΙΣ ΝΑ ΠΕΡΙΜΕΝΕΙΣ.

ΌΤΑΝ ΣΕ ΤΥΦΛΩΝΕΙ ΤΟ ΦΩΣ ΚΑΝΕΙΣ ΕΝΤΟΝΗ ΣΚΙΑ

IM HELLEN LICHT WIRFST DU STARKE SCHATTEN.

AUCH EIN LEBENSKREIS SOLLTE WENIGSTENS EINEN ANFANG HABEN.

ΚΙ ΕΝΑΣ ΚΥΚΛΟΣ ΖΩΗΣ ΓΙΑ ΝΑ ΥΠΑΡΞΕΙ, ΧΡΕΙΑΖΕΤΑΙ ΤΟΥΛΑΧΙΣΤΟΝ ΜΙΑ ΑΡΧΗ.

ACHTE AUF DEINE GEDANKEN - SIE SIND DER ANFANG DEINER TATEN.

WAS KOMMT EIGENTLICH NACH DEM ENDE?

ΤΙ ΕΡΧΕΤΑΙ ΑΡΑΓΕ ΜΕΤΑ ΤΟ ΤΕΛΟΣ;

ΔΩΣΕ ΒΑΡΟΣ ΣΤΙΣ ΣΚΕΨΕΙΣ ΣΟΥ - ΑΠΟ ΕΚΕΙΝΕΣ ΑΠΟΡΡΕΟΥΝ ΟΙ ΠΡΑΞΕΙΣ ΣΟΥ

DIE HOFFNUNG BLEIBT DIR NICHT, WENN SIE IN ERFÜLLUNG GEHT. SCHADE.

ΧΑΝΕΙΣ ΤΗΝ ΕΛΠΙΔΑ ΣΟΥ ΟΤΑΝ ΕΚΠΛΗΡΩΝΕΤΑΙ. ΚΡΙΜΑ!

Der Frühling in vielen Sprachen: Eine etymologische und emotionale Reise

Η άνοιξη σε πολλές γλώσσες: ένα ετυμολογικό και συναισθηματικό ταξίδι

Afroditi Toufexi – Areti Tsigkrelis

Wenn der Winter sich zurückzieht und es langsam wärmer wird, verändert sich nicht nur die Natur, sondern auch unsere Sprache beginnt zu „leuchten“. Der Frühling ist eine Jahreszeit, auf die sich viele Menschen freuen, doch jede Sprache beschreibt dieses Gefühl anders.

Deutsch

Das deutsche Wort Frühling entstand aus dem Wort früh und dem Suffix -ling. Früher benutzte man Lenz, ein altes germanisches Wort, das heute eher poetisch wirkt. Nach dem Duden Bedeutungswörterbuch (2018) bezeichnet der Begriff Frühling „die Jahreszeit zwischen Winter und Sommer, besonders als die Zeit, in der die Natur wieder zu erwachen beginnt“. Auch gibt es als Synonym das Wort

Όταν ο χειμώνας υποχωρεί και η θερμοκρασία αρχίζει σιγά-σιγά να ανεβαίνει, δεν αλλάζει μόνο η φύση, αλλά και η γλώσσα μας αρχίζει να «λάμπει». Η άνοιξη είναι μια εποχή που πολλοί άνθρωποι περιμένουν με ανυπομονησία, όμως κάθε γλώσσα περιγράφει αυτό το συναίσθημα με διαφορετικό τρόπο.

Γερμανικά

Η γερμανική λέξη Frühling προέρχεται από τη λέξη früh και το επίθημα -ling. Παλαιότερα χρησιμοποιούνταν η παλιά γερμανική λέξη Lenz, που σήμερα έχει μάλλον ποιητικό χαρακτήρα. Σύμφωνα με το σημασιολογικό λεξικό Duden (2018), ο όρος Frühling αναφέρεται στην «εποχή μεταξύ χειμώνα και καλοκαιριού, ειδικά ως την περίοδο κατά την

Frühjahr, das als „erster Abschnitt des Jahres bis zum Beginn des Sommers“ definiert wird.

Englisch

Das englische spring geht auf das Verb to spring zurück, was „springen, hervorschnellen“ bedeutet. Ursprünglich bezeichnete es das plötzliche Wachsen der Pflanzen. Es sieht so aus, als ob der Frühling eine Kraft ist, die nach vorne drängt.

Italienisch, Spanisch, Portugiesisch

Die romanischen Sprachen verwenden das Wort primavera, aus dem Lateinischen prima (erste) und ver (frühling). Der Frühling ist also ein Begriff, der die erste Jahreszeit betont. Das erste Grün der Felder, die ersten Blüten, die ersten warmen Tage.

Französisch

Das französische Wort printemps stammt aus prin (erste) und tans/temps (Zeit). Es erinnert daran, dass das Jahr im alten agrarischen Kalender mit dem Frühling begann. Der Frühling drückt also den Neuanfang aus, den Moment, in dem das Jahr wirklich beginnt.

Griechisch

Das griechische Wort άνοιξη steht in semantischer Beziehung zum Verb ανοίγω („öffnen“) und verweist auf das „Öffnen“ der Natur im Jahreszyklus.

Albanisch

Das albanische Wort pranverë leitet sich vom Adverb pranë = „nahe“ und dem Wort verë = „Sommer“ ab. Semantisch wird der Frühling also als die Jahreszeit definiert, die vor dem Sommer liegt, ohne dass etymologisch ein besonderer Schwerpunkt auf dem „Erbühen“ der Natur liegt, wie es im Griechischen der Fall ist.

Serbisch, Kroatisch

Eine ähnliche Logik lässt sich auch im Serbischen und Kroatischen bei den Wörtern proleće bzw. proljeće beobachten. Die Etymologie dieser Wörter leitet sich von den Wörtern pro = „vor, davor“ und leto/ljeto = „Sommer“ ab. Der Schwerpunkt liegt auf dem, was dem Sommer vorausgeht; etymologisch lässt sich somit ein relationales System zwischen den Jahreszeiten beobachten.

Russisch

Im Gegensatz zu den südslawischen Sprachen wie Serbisch und Kroatisch, in denen der Frühling als „Zeit vor dem Sommer“ definiert wird, bewahrt das Russische

οποία η φύση αρχίζει να ξυπνάει ξανά». Υπάρχει επίσης ως συνώνυμο η λέξη Frühjahr, η οποία ορίζεται ως «το πρώτο τμήμα του έτους μέχρι την αρχή του καλοκαιριού».

Αγγλικά

Η αγγλική λέξη spring προέρχεται από το ρήμα to spring που σημαίνει «πηδάω, ξεπετάγομαι». Αρχικά αναφερόταν στην ξαφνική ανάπτυξη των φυτών. Φαίνεται λοιπόν και η άνοιξη είναι μια δύναμη που ωθεί προς τα εμπρός.

Ιταλικά, Ισπανικά, Πορτογαλικά

Οι ρομανικές γλώσσες χρησιμοποιούν τον όρο primavera που προέρχεται από τις λατινικές λέξεις prima (πρώτη) και ver (άνοιξη). Η άνοιξη είναι, λοιπόν, ένας όρος που τονίζει την πρώτη εποχή του χρόνου. Το πρώτο πράσινο των χωραφιών, τα πρώτα άνθη, οι πρώτες ζεστές μέρες.

Γαλλικά

Η γαλλική λέξη printemps προέρχεται από το prin (πρώτο) και το tans/temps (χρόνος). Υπενθυμίζει ότι, σύμφωνα με το παλιό αγροτικό ημερολόγιο, το έτος ξεκινούσε με την άνοιξη. Η άνοιξη εκφράζει, λοιπόν, τη νέα αρχή, τη στιγμή που το έτος αρχίζει πραγματικά.

Ελληνικά

Η ελληνική λέξη άνοιξη έχει σημασιολογική σχέση με το ρήμα ανοίγω και παραπέμπει στο «άνοιγμα» της φύσης στον ετήσιο κύκλο.

Αλβανικά

Η αλβανική λέξη pranverë προέρχεται από το επίρρημα pranë = «κοντά» και τη λέξη verë = «καλοκαίρι». Σημασιολογικά λοιπόν η άνοιξη ορίζεται ως η εποχή που είναι πριν το καλοκαίρι, χωρίς να δίνεται ετυμολογικά κάποια ιδιαίτερη έμφαση στο «άνοιγμα» της φύσης όπως στα ελληνικά.

Σερβικά, Κροατικά

Παρόμοια λογική παρατηρούμε στα Σερβικά και Κροατικά με τις λέξεις proleće και proljeće αντίστοιχα. Η ετυμολογία αυτών των λέξεων προέρχεται από τις λέξεις pro = «πριν, μπροστά» και leto/ljeto = «καλοκαίρι». Η έμφαση δίνεται σε αυτό που προηγείται του καλοκαιριού, παρατηρείται επομένως ετυμολογικά ένα σχεσιακό σύστημα μεταξύ των εποχών.

Ρωσικά

Σε αντίθεση με τις νοτιοσλαβικές γλώσσες, όπως τα Σερβικά και τα Κροατικά, στις οποίες η άνοιξη ορίζεται ως «η περίοδος πριν το καλοκαίρι», η ρωσική γλώσσα διατηρεί μια παλαιότερη έννοια που συνδέεται με το φως και τη ζέση. Η ρωσική λέξη весна (vesná) προέρχεται από την

eine ältere Bedeutung, die mit Licht und Wärme verbunden ist. Das russische Wort весна (vesná) stammt vom urslawischen vesna ab und steht in Verbindung mit der indoeuropäischen Wurzel wes, die „leuchten“, „sich erwärmen“ bedeutet. Der Frühling ist also etymologisch mit Licht und Wärme verbunden.

Polnisch

Im Polnischen heißt der Frühling wiosna. Die Etymologie des Wortes geht wiederum auf das urslawische vesna zurück und steht in Verbindung mit der indoeuropäischen Wurzel wes, die „leuchten“, „sich erwärmen“ bedeutet. Wir stellen also fest, dass es zwischen den beiden Sprachen eine gemeinsame slawische Weltanschauung vom Frühling als einer hellen, warmen Jahreszeit gibt.

Finnisch

Das finnische Wort für Frühling lautet kevät. Etymologisch steht die Bedeutung des Wortes im Zusammenhang mit „Wachstum“ oder „Anstieg“. Der Schwerpunkt liegt auf der Zeit des Anstiegs (von Licht und Temperatur), was uns nicht überrascht, wenn wir die nördliche Umgebung und den dramatischen Lichtwechsel bedenken.

Ungarisch

Im Ungarischen lautet das Wort für Frühling tavasz. Auch wenn die Etymologie in diesem Fall nicht ganz eindeutig ist, lässt sich eine mögliche Verbindung zu „öffnen“ oder „schmelzen“ herstellen. Es handelt sich vielleicht um die Zeit des Schmelzens und des Fließens.

Walisisch

Im Walisischen heißt der Frühling gwanwyn. Etymologisch leitet sich das Wort von den Begriffen gwan = „schwach“ und gwyn = „weiß / hell“ ab. Die Bedeutung des Wortes erinnert an sanftes oder schwaches Licht, und man könnte sagen, dass es ein poetisches Bild vom sanften Licht des Frühlings assoziiert.

Bretonisch

Im Britischen Wels heißt der Frühling nevez-amzer. Dieses Wort setzt sich aus den Wörtern nevez = „neu“ und amzer = „Zeit/Jahreszeit“ zusammen. Der Frühling ist nicht nur eine Jahreszeit, sondern die Erneuerung der Zeit, der Beginn eines neuen Zyklus, als würde die Zeit ein neues Kapitel aufschlagen.

Türkisch

Das türkische Wort ilkbahar leitet sich von den Wörtern ilk = „erster“ und bahar = „Frühling“ ab. Bahar ist eine Entlehnung aus dem Persischen (بهار bahâr), wo es ebenfalls „Frühling“ bedeutet. Das türkische Wort vermittelt

πρωτοσλαβική vesna και συνδέεται με την ινδοευρωπαϊκή ρίζα wes που σημαίνει «λάμπω», «ζεσταίνομαι». Η άνοιξη συνδέεται δηλαδή ετυμολογικά με το φως και τη θερμότητα.

Πολωνικά

Στα πολωνικά η άνοιξη είναι wiosna. Η ετυμολογία της λέξης προέρχεται πάλι από το πρωτοσλαβικό vesna και συνδέεται με την ινδοευρωπαϊκή ρίζα wes που σημαίνει «λάμπω», «ζεσταίνομαι». Παρατηρούμε λοιπόν ότι μεταξύ των δυο γλωσσών υπάρχει κοινή σλαβική κοσμοαντίληψη για την άνοιξη ως φωτεινή, ζεστή εποχή.

Φινλανδικά

Η φινλανδική λέξη για την άνοιξη είναι kevät. Ετυμολογικά η σημασία της λέξης σχετίζεται με «αύξηση» ή «ανάψωση». Δίνεται η έμφαση στην εποχή της ανόδου (φωτός και θερμοκρασίας), κάτι που δεν μας κάνει εντύπωση αν αναλογιστούμε το βόρειο περιβάλλον και την δραματική αλλαγή φωτός.

Ουγγρική

Στην ουγγρική γλώσσα η λέξη για την άνοιξη είναι tavasz. Παρόλο που σε αυτήν την περίπτωση η ετυμολογία δεν είναι απόλυτα ξεκάθαρη, γίνεται μια πιθανή σύνδεση με έννοιες όπως «άνοιγμα» ή «λιώσιμο». Πρόκειται ίσως για την εποχή του λιωσίματος και της ροής.

Ουαλικά

Στα ουαλικά η άνοιξη είναι gwanwyn. Ετυμολογικά η λέξη προέρχεται από τις λέξεις gwan = «αδύναμος» και gwyn = «λευκός / φωτεινός». Η σημασία της λέξης παραπέμπει στο απαλό ή αδύναμο φως και θα μπορούσε να πει κανείς ότι φέρνει στο μυαλό μια ποιητική εικόνα με το μαλακό φως της άνοιξης.

Βρετονικά

Στα Βρετονικά η άνοιξη είναι nevez-amzer. Η λέξη αυτή προέρχεται από τις λέξεις nevez = «νέος» και amzer = «χρόνος/εποχή». Η άνοιξη δεν είναι απλώς μια εποχή, αλλά η ανανέωση του χρόνου, η αρχή ενός νέου κύκλου, σαν να γυρίζει σελίδα ο χρόνος.

Τουρκικά

Η τουρκική λέξη ilkbahar προέρχεται από τις λέξεις ilk = «πρώτος» και bahar = «άνοιξη». Το bahar είναι δάνειο από τα περσικά (بهار bahâr), όπου σημαίνει επίσης «άνοιξη». Η τουρκική λέξη κουβαλά λοιπόν μια ανατολική, ποιητική αίσθηση που συνδέεται με την περσική λογοτεχνική παράδοση. Η άνοιξη διατυπώνεται ως η πρώτη εποχή και συνδέεται με το φως και την αναγέννηση της φύσης, όπως και στις περισσότερες γλώσσες.

somit eine orientalische, poetische Atmosphäre, die mit der persischen literarischen Tradition verbunden ist. Der Frühling wird als die erste Jahreszeit beschrieben und steht, wie in den meisten Sprachen, im Zusammenhang mit dem Licht und der Wiedergeburt der Natur.

Zusammenfassend könnten wir die oben genannten Sprachen in vier Hauptkategorien einteilen: romanische, balkanische, keltische, finno-ungarische Sprachen und schließlich die türkische Sprache.

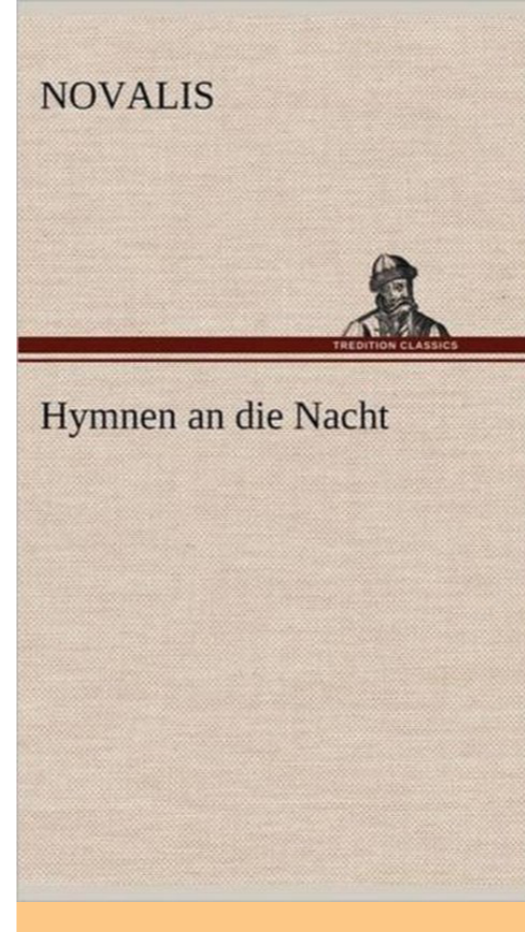
Dass jede Sprache ein eigenes Gefühl in sich trägt, ist nichts Neues. Das Wort Frühling ist nur ein Beispiel, dass Wörter nicht nur Bedeutungen, sondern ganze emotionale Weltbilder vermitteln. Die Bezeichnungen für den Frühling in den Sprachen, die hier erwähnt wurden, zeigen zwar unterschiedliche etymologische Motivationen, erzählen aber alle von derselben Erfahrung: dem Moment, in dem die Natur erwacht und das Jahr wirklich beginnt. Metaphorisch könnte man mit diesen Wörtern Bilder verbinden, wie ein Fenster, das man nach einem langen Winter öffnet oder ein erster Schritt aus der Dunkelheit.

Die Vorstellung des Frühlings findet auch in der klassischen Musik Ausdruck. Zwei Beispiele dafür sind das Klavierstück Primavera des italienischen Komponisten Ludovico Einaudi und die Komposition Spring des deutsch-britischen Komponisten Max Richter. Bei letzterer handelt es sich um eine neue Neuinterpretation des Konzerts Die Vier Jahreszeiten von Antonio Vivaldi. Man könnte sagen, dass die beiden Musikstücke illustrieren, wie die Idee des Frühlings als Zeit des Erwachens und der Erneuerung über Sprachgrenzen hinweg auch in der Musik Ausdruck findet.

Συνοψίζοντας θα μπορούσαμε να κατατάξουμε τις παραπάνω γλώσσες σε τέσσερις βασικές κατηγορίες: ρομανικές, βαλκανικές, κέλτικες, φινλανδο-ουγγρικές γλώσσες και τέλος η τουρκική γλώσσα.

Το γεγονός ότι κάθε γλώσσα φέρει μέσα της ένα δικό της συναίσθημα δεν είναι κάτι καινούργιο. Η λέξη άνοιξη είναι απλώς ένα παράδειγμα ότι οι λέξεις δεν μεταφέρουν μόνο έννοιες, αλλά ολόκληρες συναισθηματικές κοσμοθεωρίες. Οι ονομασίες για την άνοιξη στις γλώσσες που αναφέρθηκαν εδώ παρουσιάζουν μεν διαφορετικές ετυμολογικές ρίζες, αλλά σχεδόν όλες περιγράφουν την ίδια εμπειρία: τη στιγμή που η φύση ξυπνά και η χρονιά αρχίζει πραγματικά. Μεταφορικά, θα μπορούσε κανείς να συνδέσει με αυτές τις λέξεις εικόνες, όπως ένα παράθυρο που ανοίγει κανείς μετά από έναν μακρύ χειμώνα ή ένα πρώτο βήμα έξω από το σκοτάδι.

Η έννοια της άνοιξης εκφράζεται επίσης στην κλασική μουσική. Δύο παραδείγματα είναι το κομμάτι για πιάνο Primavera του Ιταλού συνθέτη Ludovico Einaudi και η σύνθεση Spring του γερμανοβρετανού συνθέτη Max Richter. Το τελευταίο αποτελεί μια νέα ερμηνεία του κοντσέρτου Οι τέσσερις εποχές του Αντόνιο Βιβάλντι. Θα μπορούσαμε να πούμε ότι τα δύο αυτά μουσικά κομμάτια απεικονίζουν τον τρόπο με τον οποίο η ιδέα της άνοιξης ως εποχής αφύπνισης και ανανέωσης εκφράζεται στη μουσική, ξεπερνώντας τα γλωσσικά όρια.



Blüten und Innerlichkeit:

Die Poetik des Frühlings von Goethe bis zur deutschen Romantik

Von der sinnlichen Erfahrung zur metaphysischen Blüte

Άνθη και Εσωτερικότητα:

Η Ποιητική της Άνοιξης από τον Goethe στον Γερμανικό Ρομαντισμό.

Από την αισθησιακή εμπειρία στη μεταφυσική άνθηση

Helen Viska

Der Frühling gehört zu den beständigsten und vielseitigsten Motiven der europäischen Literaturtradition. Von der mittelalterlichen Lyrik bis zum Klassizismus fungiert er als Symbol der Erneuerung, der Jugend und des Erwachens der Liebe. In der deutschen Literatur des späten 18. und frühen 19. Jahrhunderts jedoch gewinnt das Frühlingsmotiv eine besondere Dichte und hermeneutische Tiefe. Es bleibt nicht bei der bloßen Jahreszeitenbeschreibung oder dekorativen Naturkulisse, sondern wird zu einem poetischen Prinzip, das die Beziehung des Subjekts zur Natur, und zunehmend auch zu einer höheren Spiritualität strukturiert.

Im Folgenden wird die Entwicklung der poetischen Funktion des Frühlings von Johann Wolfgang von Goethe bis zur deutschen Romantik anhand ausgewählter Gedichte von Joseph von Eichendorff und Novalis untersucht. Der Frühling durchläuft dabei einen Prozess fortschreitender Verinnerlichung; von sinnlicher Fülle über romantische Sehnsucht bis hin zur metaphysischen Vorstellung der Blüte als geistiger Einheit.

Der Frühling als vitale Einheit bei Goethe

Im Gedicht Mailied (1771) gestaltet der junge Johann Wolfgang von Goethe (1749-1832), den Frühling als unmittelbare, überwältigende und ganzheitliche Erfahrung. Gleich der erste Vers, „Wie herrlich leuchtet / Mir die Natur!“, vermittelt eine nahezu oberflächliche Wahrnehmung. Die Natur wird nicht detailliert entfaltet, sondern als leuchtendes Ganzes erfahren, das sich dem lyrischen Ich in strahlender Präsenz eröffnet. Das Verb leuchtet bezeichnet dabei nicht nur äußere

Η άνοιξη αποτελεί ένα από τα πλέον ανθεκτικά και πολυσήμαντα μοτίβα της ευρωπαϊκής λογοτεχνικής παράδοσης. Από την μεσαιωνική και λυρική ποίηση έως τον κλασικισμό λειτουργεί ως σύμβολο αναγέννησης, νεότητας και ερωτικής αφύπνισης. Ωστόσο, στη γερμανική γραμματεία του ύστερου 18ου και των αρχών του 19ου αιώνα, το μοτίβο της άνοιξης αποκτά ιδιαίτερη πυκνότητα και ερμηνευτικό βάθος. Δεν περιορίζεται σε εποχική περιγραφή ή σε σκηνικό διακόσμησης, αλλά μετατρέπεται σε ποιητική αρχή που οργανώνει τη σχέση του υποκειμένου με τη φύση και σταδιακά, με μια ανώτερη πνευματικότητα.

Εδώ εξετάζεται η εξέλιξη της ποιητικής λειτουργίας της άνοιξης από τον Johann Wolfgang von Goethe ως τον Γερμανικό Ρομαντισμό μέσα από επιλεγμένα ποιητικά παραδείγματα του Joseph von Eichendorff και του Novalis. Η άνοιξη ακολουθεί μια πορεία σταδιακής εσωτερικεύσης, από την αισθητηριακή πληρότητα στην ρομαντική αναζήτηση και τέλος στη μεταφυσική σύλληψη της άνθησης ως πνευματικής ενοποίησης.

Η άνοιξη ως ζωτική ενότητα στον Goethe

Στο ποίημα Mailied (1771), ο νεαρός Goethe (1749-1832) αποτυπώνει την άνοιξη ως εμπειρία άμεση, εκθαμβωτική και ολιστική. Ο πρώτος στίχος, «Wie herrlich leuchtet / Mir die Natur!», αποδίδει μια εμπειρία σχεδόν αποκαλυπτική. Η φύση δεν περιγράφεται αναλυτικά με λεπτομέρειες, αλλά παρουσιάζεται ως

re Helligkeit, sondern auch innere Erhellung; die Natur ist nicht bloß lichtdurchflutet, sie wird selbst zur Quelle von Erkenntnis und Bewusstwerdung für das Subjekt.

Die Sprache des Gedichts ist von rhythmischen Wiederholungen und exklamatorischen Wendungen geprägt, die die vitale Intensität des Augenblicks zum Ausdruck bringen. Das Erblühen der Natur ist organisch mit dem Erwachen der Liebe verbunden; der erotische Impuls des lyrischen Ichs synchronisiert sich mit dem Rhythmus der natürlichen Welt.

Diese Erfahrung bleibt jedoch wesentlich nach außen gerichtet. Das lyrische Ich sucht keine reflektierende Vertiefung, sondern verweilt im unmittelbaren Erleben. Der Frühling erscheint bei Goethe als Fülle, Freude und sinnliche Gegenwart. Trotz der jugendlichen Begeisterung bewahrt das Gedicht eine Ausgewogenheit, die an die klassische Vorstellung der Natur als harmonisches Ganzes erinnert.

Der Frühling als romantische Suche bei Eichendorff

In der Lyrik von Joseph von Eichendorff (1788-1857), gewinnt das Frühlingmotiv einen komplexeren Charakter. Im Gedicht Frühlingnacht (1837) erscheint der Frühling nicht als blendendes Tageslicht, sondern als nächtliche Erfahrung.

Das berühmte Bild der Vereinigung von Himmel und Erde, „Es war, als hätt' der Himmel / Die Erde still geküsst“, vermittelt eine romantische Vorstellung von Natur als Raum innerer Begegnung. Diese Einheit wird jedoch nicht als selbstverständliche Harmonie dargestellt, sondern als fragile, traumhafte Konstellation. Das Motiv des Träumens verstärkt die schwebende, beinahe entrückte Atmosphäre.

Das für Eichendorff charakteristische Motiv der Wanderschaft markiert die Verschiebung von erfüllter Gegenwart hin zu suchender Bewegung. Der Frühling ist nicht länger Zustand, sondern Dynamik. Das lyrische Ich wird aufgefordert, Sicherheiten hinter sich zu lassen und sich einem Weg ohne klar bestimmtes Ziel anzuvertrauen. Hier tritt die spezifisch romantische Sehnsucht hervor, ein Verlangen, das sich nicht erfüllt, eine auf etwas Unbestimmtes gerichtete Nostalgie.

Im Unterschied zur harmonischen Einheit bei Goethe fungiert die Natur bei Eichendorff als Spiegel der Seele. Der Frühling wird zum Resonanzraum innerer Stimmungen; Freude mischt sich mit einer kaum greifbaren Melancholie. Die Erfahrung des Frühlings ist nicht mehr selbstgenügsam, sondern verwandelt sich in eine Frage.

Der Frühling als metaphysische Blüte bei Novalis

Im Werk von Novalis (1772-1801) überschreitet der Frühling seinen natürlichen Bedeutungsrahmen noch deutlicher. Zwar dominiert in den Hymnen an die Nacht (1800) die Nacht als Leitmotiv, doch bleibt der Gedanke der Wiedergeburt zentral. Das Erblühen erhält eine geistige Dimension und wird zur Metapher innerer Verwandlung.

σύνολο που λάμπει προς το ποιητικό Εγώ. Το ρήμα leuchtet δηλώνει όχι μόνο φωτισμό αλλά και εσωτερική διαύγεια. Η φύση δεν είναι απλώς φωτεινή αλλά γίνεται πηγή φωτισμού για το ίδιο το υποκείμενο.

Η γλώσσα του ποιήματος χαρακτηρίζεται από ρυθμικές επαναλήψεις και επιφωνηματικές φράσεις που εκφράζουν την ζωτική ένταση της στιγμής. Η άνθιση της φύσης συνδέεται οργανικά με την άνθηση του έρωτα. Ο ερωτικός παλμός του ποιητικού Εγώ συγχρονίζεται με τον ρυθμό της φύσης.

Η εμπειρία αυτή παραμένει εξωστρεφής. Το ποιητικό Εγώ δεν στρέφεται προς τα μέσα για να ερμηνεύσει αλλά αρκείται στο να το βιώνει. Η άνοιξη στον Goethe είναι πληρότητα, χαρά και αισθησιακή παρουσία. Παρά την νεανική του έξαρση, το ποίημα διατηρεί μια ισορροπία που παραπέμπει στην κλασική αντίληψη της φύσης ως αρμονικό σύνολο.

Η άνοιξη ως romantική αναζήτηση στον Eichendorff

Στην ποίηση του Eichendorff (1788-1857) το ανοιξιάτικο μοτίβο έχει πιο σύνθετο χαρακτήρα. Στο ποίημα Frühlingnacht (1837), η άνοιξη δεν εμφανίζεται ως εκτυφλωτικό φως της ημέρας, αλλά ως νυχτερινή εμπειρία.

Η χαρακτηριστική εικόνα της ένωσης ουρανού και γης, «Es war, als hätt' der Himmel / Die Erde still geküsst», μεταφέρει μια romantική αντίληψη της φύσης ως χώρου εσωτερικής συνάντησης. Η ένωση δεν παρουσιάζεται ως δεδομένη αρμονία, αλλά ως εύθραυστη στιγμή, σαν όνειρο. Η λέξη träumen ενισχύει αυτή την ονειρική διάσταση.

Το μοτίβο της περιπλάνησης, που είναι συχνό στον Eichendorff, αποκαλύπτει την μετατόπιση από την πληρότητα στην αναζήτηση. Η άνοιξη δεν είναι πλέον σταθερή κατάσταση, είναι κίνηση. Το υποκείμενο καλείται να εγκαταλείψει την βεβαιότητα και να αφηθεί σε μια πορεία χωρίς σαφή προορισμό. Εδώ εμφανίζεται η romantική Sehnsucht, μια επιθυμία που δεν εκπληρώνεται, μια νοσταλγία για κάτι ακαθόριστο.

Σε αντίθεση με την αρμονική ενότητα του Goethe, στον Eichendorff η φύση λειτουργεί ως αντανάκλαση της ψυχής. Η άνοιξη γίνεται καθρέφτης εσωτερικών διαθέσεων. Η χαρά συνυπάρχει με μια αδιόρατη μελαγχολία. Η εμπειρία της άνοιξης δεν είναι πλέον αυτάρκης, αλλά μετατρέπεται σε ερώτημα.

Η άνοιξη ως μεταφυσική άνθηση στον Novalis

Στο έργο του Novalis (1772-1801), η άνοιξη υπερβαίνει ακόμη περισσότερο το φυσικό της περιεχόμενο. Αν και στο έργο του Hymnen an die Nacht (1800) κυριαρχεί η νύχτα, η έννοια της αναγέννησης παραμένει κεντρική. Η άνθηση αποκτά πνευματική διάσταση και λειτουργεί ως μεταφορά της εσωτερικής μεταμόρφωσης.

Die für das romantische Denken charakteristische Bewegung nach „innen“ markiert die Abkehr von der Oberfläche der sichtbaren Welt. Die Blume ist nicht bloß Naturgegenstand, sondern Bild der Offenbarung; so wie sie sich dem Licht öffnet, öffnet sich der Geist einer tieferen Erkenntnis. Der Frühling ist damit nicht mehr ausschließlich Jahreszeit, sondern Zustand innerer Erweckung.

Die Natur gewinnt einen eindeutig symbolischen Charakter. Das Sichtbare verweist auf das Unsichtbare, das Sinnliche auf das Übersinnliche. Die Blüte wird zum Zeichen der Einigung, das Endliche strebt nach Vereinigung mit dem Unendlichen. Der Frühling bezeichnet hier nicht nur Erneuerung, sondern die Überwindung der Zersplitterung. Die poetische Imagination wird zum Medium der Versöhnung von Welt und Geist.

Schlussfolgerungen

Der Weg von Johann Wolfgang von Goethe zur deutschen Romantik offenbart eine fortschreitende Verinnerlichung des Frühlingmotivs. Bei Goethe erscheint der Frühling als Erfahrung unmittelbarer Vitalität und harmonischer Einheit. In der Lyrik von Joseph von Eichendorff verwandelt er sich in eine romantische Suche, in eine Bewegung, durchdrungen von Sehnsucht, Erwartung und leiser Melancholie. Bei Novalis gewinnt die Blüte schließlich eine metaphysische Dimension und artikuliert das Streben nach geistiger Einigung.

Dasselbe saisonale Phänomen erweist sich somit als fähig, unterschiedliche Welt- und Subjektauffassungen zu integrieren. Der Frühling wird zum Spiegel eines sich wandelnden poetischen Bewusstseins um 1800, von der Harmonie über die Sehnsucht hin zur metaphysischen Vertiefung. Er ist nicht mehr bloß Naturereignis, sondern Denkfigur und Ausdruck romantischer Poetik.

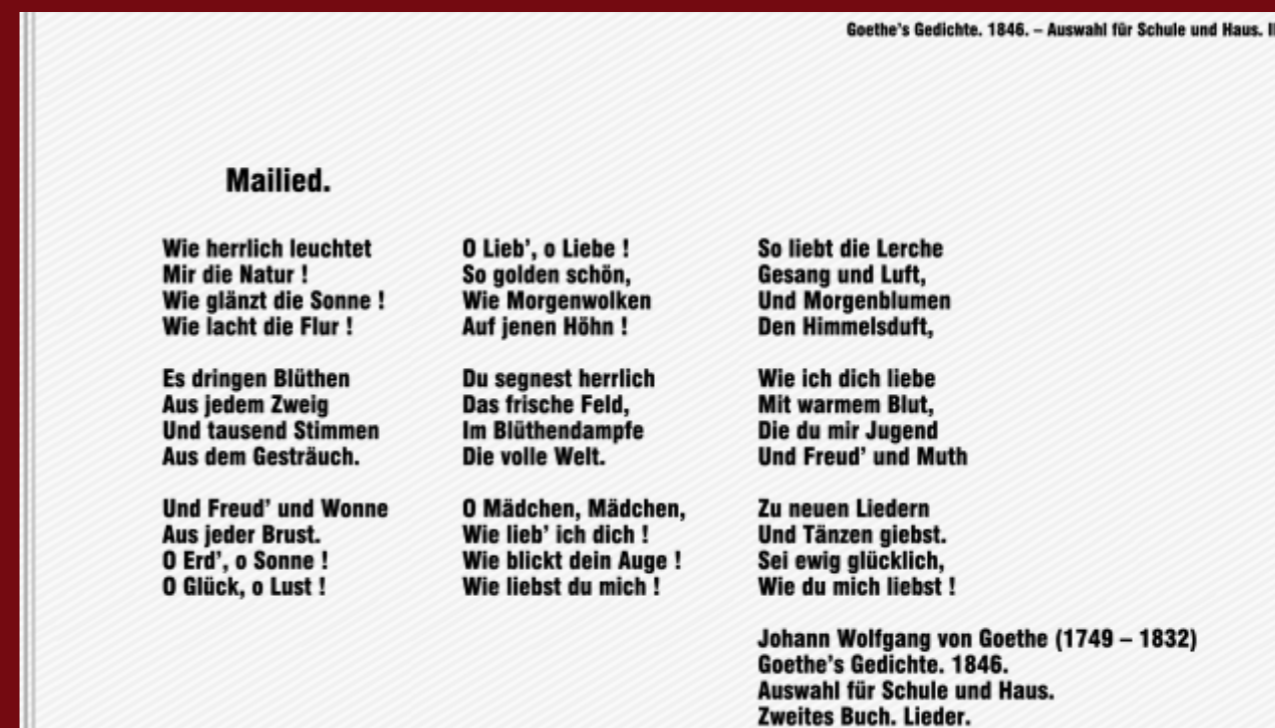
Η κίνηση προς τα «ενδότερα», χαρακτηριστικό στην romantική σκέψη, σηματοδοτεί την απομάκρυνση από την επιφάνεια του ορατού κόσμου. Το άνθος δεν είναι απλώς φυσικό αντικείμενο, αλλά εικόνα αποκάλυψης. Όπως ανοίγεται στο φως, έτσι και το πνεύμα ανοίγεται σε μια βαθύτερη γνώση. Η άνοιξη δεν συνδέεται πλέον αποκλειστικά με την εποχή, αλλά με μια κατάσταση εσωτερικής αφύπνισης.

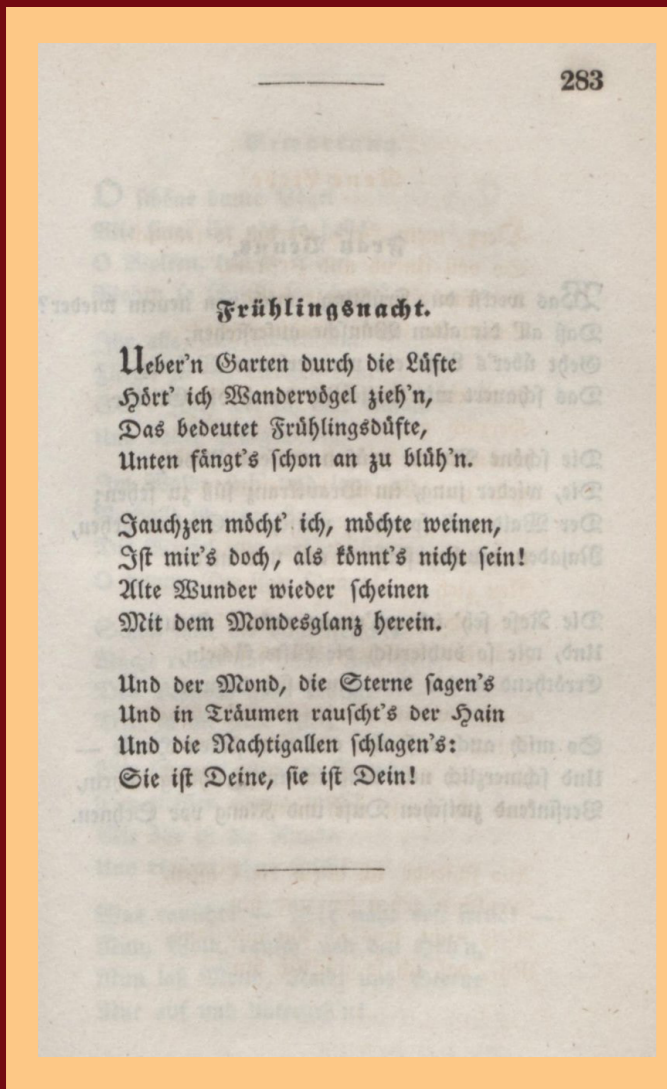
Η φύση αποκτά καθαρά συμβολικό χαρακτήρα. Το ορατό παραπέμπει στο αόρατο, το αισθητό στο υπεραισθητό. Η άνθηση γίνεται εικόνα ενοποίησης και το πεπερασμένο επιδιώκει την ένωση με το άπειρο. Εδώ η άνοιξη δεν δηλώνει απλώς ανανέωση, αλλά υπέρβαση του κατακερματισμού. Η ποιητική πράξη καθίσταται μέσο συμφιλίωσης κόσμου και πνεύματος.

Συμπεράσματα

Η διαδρομή από τον Goethe στον Γερμανικό Ρομαντισμό αποκαλύπτει μια σταδιακή εσωτερικευση του μοτίβου της άνοιξης. Στον Goethe η άνοιξη είναι εμπειρία άμεσης ζωτικότητας και ενότητας. Στον Eichendorff μετατρέπεται σε romantική αναζήτηση, σε κίνηση εμποτισμένη από νοσταλγία και προσδοκία. Στον Novalis τέλος, η άνθηση αποκτά μεταφυσική διάθεση και εκφράζει την επιδίωξη της πνευματικής ενοποίησης.

Το ίδιο εποχικό φαινόμενο αποδεικνύεται ικανό να ενσωματώσει διαφορετικές αντιλήψεις για τον κόσμο και το υποκείμενο. Η άνοιξη λειτουργεί ως καθρέφτης της μεταβαλλόμενης ποιητικής συνείδησης γύρω στο 1800, από την αρμονία στην νοσταλγία και από κει στην μεταφυσική εμβάθυνση. Έτσι καθίσταται όχι απλώς φυσικό συμβάν, αλλά τρόπος σκέψης και έκφραση της romantικής ποίησης.





Literatur/Βιβλιογραφία

Beiser, Frederick C. German Idealism: The Struggle against Subjectivism, 1781–1801. Harvard University Press, 2002.
Eichendorff, Joseph von. Sämtliche Gedichte. Stuttgart: Reclam, 2001.
Goethe, Johann Wolfgang von. Goethes Gedichte in zeitlicher Folge. Herausgegeben von Erich Trunz, Leipzig: Insel Verlag, 1987.
Novalis. Werke, Tagebücher und Briefe. Herausgegeben von Hans-Joachim Mähl und Richard Samuel, München: Hanser, 1978.
Safranski, Rüdiger. Romantik: Eine deutsche Affäre. München: Hanser, 2007.

Fotos aus persönlichem Archiv der Autorin

05

Wenn Sprache blüht



Όταν η γλώσσα ανθίζει

Konstantina Koufala

Der Frühling beginnt leise.

Η άνοιξη έρχεται σιγά.

Er kommt nicht mit Lärm, sondern mit Licht.

Όχι με θόρυβο, αλλά με φως.

Mit Knospen. Mit frischer Luft. Mit dem Gefühl: Etwas Neues darf wachsen.

Με μπουμπούκια. Με καθαρό αέρα. Με την αίσθηση πως κάτι νέο πάει να ανθίσει.

Auch unsere Sprache braucht manchmal „einen“ Frühling.

Έτσι και η γλώσσα μας χρειάζεται που και που «μια» άνοιξη.

Es gibt Texte, die wirken wie ein dichter Wald.

Υπάρχουν κείμενα που μοιάζουν με πυκνά δάση.

Dunkel. Schwer. Unübersichtlich.

Σκοτεινά. Βαριά. Δύσκολα να τα διαβείς.

Lange Sätze verschlingen sich wie alte Äste.

Μεγάλες προτάσεις μπλεγμένες μεταξύ τους σαν γέρικα κλαδιά.

Schwere Worte liegen wie Felsbrocken auf dem Pfad.

Δύσκολες λέξεις που σαν κοτρώνες φράζουν το μονοπάτι.

Und wer sich nicht sicher fühlt beim Lesen, bleibt davor stehen.

Και όποιος δεν νιώθει σιγουριά όταν διαβάζει, στέκεται και δεν προχωρά.

Nicht, weil man nicht denken kann.

Όχι επειδή δεν μπορεί να σκεφτεί.

Nicht, weil man nicht interessiert ist.

Όχι επειδή δεν ενδιαφέρεται.

Sondern, weil der Weg versperrt ist.

Αλλά επειδή ο δρόμος είναι κλειστός.

Leichte Sprache ist wie der erste warme Tag im Jahr.

Η «εύκολη γλώσσα» θυμίζει την πρώτη ζεστή μέρα του χρόνου.

Sie öffnet Fenster.

Ανοίγει παράθυρα.

Sie macht Wege frei.

Ανοίγει δρόμους.

Sie lässt Menschen teilnehmen.

Προσφέρει στους ανθρώπους το δικαίωμα της συμμετοχής.

Am 28. Mai wird der Internationale Tag der Leichten Sprache gefeiert. Anlässlich dieses besonderen ‚frühlingshaften‘ Tages möchte ich den Artikel der aktuellen Ausgabe der gemeinnützigen Organisation Inclusion Europe widmen und dem bedeutenden Engagement, das sie all diese Jahre im Einsatz für die Rechte von Menschen mit geistiger Behinderung und ihrer Familien gezeigt hat, und weiterhin zeigt. Der Internationale Tag der Leichten Sprache (International Easy Language Day – IELD), ist nicht nur eine symbolische Erinnerung, sondern auch ein wichtiger Anlass, das grundlegende Recht aller Menschen auf barrierefreien Zugang zu Informationen neu zu reflektieren. Im heutigen Zeitalter der Künstlichen Intelligenz und der Informationsflut dürfen verständliche Inhalte und kommunikative Barrierefreiheit kein Privileg weniger sein, sondern sie müssen ein Recht der gesamten vielfältigen modernen Gesellschaft darstellen.

Der Vorschlag, dieses Datum als Internationalen Tag der Leichten Sprache einzuführen, wurde erst vor kurzem gemacht, nämlich im Jahr 2020 im Rahmen der Konferenz „EASIT Multiplier Event 3 – Towards a better understanding“, die am 12. und 13. Februar 2020 an der Forschungsstelle Leichte Sprache der Universität Hildesheim stattfand.

Genau 32 Jahre zuvor, am 28. Mai 1988, unterzeichnete Inclusion Europe, eine der bedeutendsten gemeinnützigen Organisationen, die sich für die Rechte von Menschen mit geistiger Behinderung und ihrer Familien einsetzt, ihren Gründungspakt. Angefangen unter dem Namen ILSMH-EA (International League of Societies for the Mentally Handicapped – European Association), hatte die Organisation von Anfang an die volle Einbeziehung von Menschen mit geistiger Behinderung in allen Bereichen des gesellschaftlichen Lebens als Priorität gesetzt: Bildung, Arbeit, politische Partizipation und natürlich Zugang zu Informationen.

Im Jahr 1997 wird das erste europäische Treffen von Selbstvertretern:innen in Durdent Court (Verinigtes Königreich) veranstaltet. 1998 veröffentlicht die Organisation ihre ersten Richtlinien zur Leichten Sprache unter dem Titel „Easy-to-Read-guidelines“. Im Jahr 2000 wird die Organisation in Inclusion Europe umbenannt, um den Schwung der Selbstvertretungsbewegung in Rechnung zu tragen. Als Meilenstein für Inclusion Europe gilt jedoch die Erschaffung des Logos für Leichte Sprache (Easy-to-read logo) im Jahr 2002 (Abb.

Την 28η Μαΐου γιορτάζουμε τη Διεθνή Ημέρα Εύκολης Γλώσσας. Με αφορμή τη συγκεκριμένη «ανοιξιάτικη» ημέρα θα ήθελα να αφιερώσω το άρθρο του τρέχοντος τεύχους στη μη κερδοσκοπική οργάνωση Inclusion Europe και στο σπουδαίο έργο που έχει προσφέρει, και συνεχίζει να προσφέρει, όλα αυτά τα χρόνια στην προσπάθειά της να υπερασπιστεί τα δικαιώματα των ατόμων με νοητική αναπηρία και των οικογενειών τους. Η Διεθνή Ημέρα Εύκολης Γλώσσας (International Easy Language Day – IELD) δεν αποτελεί απλώς μια συμβολική υπενθύμιση, αλλά και μια ουσιαστική αφορμή για να επαναξιολογήσουμε και να αναστοχαστούμε το θεμελιώδες δικαίωμα όλων στην απρόσκοπτη πληροφόρηση και ενημέρωση. Στη σύγχρονη εποχή της Τεχνητής Νοημοσύνης και του καταϊγισμού πληροφοριών το κατανοητό περιεχόμενο και η επικοινωνιακή προσβασιμότητα δεν γίνεται να αποτελούν προνόμιο των λίγων, αλλά δικαίωμα του συνόλου της σύγχρονης ποικιλόμορφης κοινωνίας.

Η πρόταση για την καθιέρωση της συγκεκριμένης ημερομηνίας ως ημέρας εορτασμού της «εύκολης γλώσσας» διεθνώς έγινε πολύ πρόσφατα, μόλις το 2020 στα πλαίσια του συνεδρίου με τίτλο «EASIT Multiplier Event 3 – Towards a better understanding» που έλαβε χώρα στις 12 και 13 Φεβρουαρίου 2020 στο Ερευνητικό Κέντρο Εύκολης Γλώσσας του παν/μιου του Hildesheim της Γερμανίας.

[Η χρήση εισαγωγικών οφείλεται στο γεγονός πως στα ελληνικά ο όρος «εύκολη γλώσσα» δεν είναι ευρέως γνωστός. Το Ινστιτούτο Εκπαιδευτικής Πολιτικής (ΙΕΠ) έχει αποδώσει τη μέθοδο «easy-to-read (Etr)» ως «Κείμενο για Όλους» (Αραμπατζή, 2008). Άλλοι όροι που συναντάμε είναι η «ευκολονόητη γλώσσα» (Οργανισμός Ηνωμένων Εθνών, 2006), «κείμενο σε μορφή εύκολη για ανάγνωση» (Ε.Σ.Α.με.Α., 2019), κείμενο «εύκολο στην ανάγνωση και κατανόηση» (Υπουργείο Πολιτισμού. (x.x.))

32 χρόνια πριν, την 28η Μαΐου του 1988 η Inclusion Europe, ένας από τους σημαντικότερους μη κερδοσκοπικούς οργανισμούς προάσπισης των δικαιωμάτων των ατόμων με νοητική αναπηρία και των οικογενειών τους, υπέγραψε το ιδρυτικό της σύμφωνο. Ξεκινώντας με την ονομασία ILSMH-EA, (International League of Societies for the Mentally Handicapped – European Association), ο φορέας έθεσε εξ αρχής ως προτεραιότητα την πλήρη ένταξη των ατόμων με νοητική αναπηρία σε όλες τις πτυχές της κοινωνικής ζωής: την εκπαίδευση, την εργασία, την πολιτική συμμετοχή και φυσικά την πληροφόρηση.

Το 1997 διοργανώνεται η πρώτη Ευρωπαϊκή Συνάντηση «Αυτοϋπερασπιζόμενων» στο Durdent Court του Ηνωμένου Βασιλείου, ενώ το 1998 δημοσιεύονται οι πρώτες κατευθυντήριες γραμμές για την εύκολη γλώσσα με τίτλο «Easy-to-Read-guidelines». Το 2000 η οργάνωση μετονομάζεται σε Inclusion Europe, αναγνωρίζοντας τη

1), das international als das bekannteste Symbol für barrierefreie Inhalte gilt.



Abbildung 1: Easy-to-read logo (<https://www.inclusion-europe.eu/easy-to-read-standards-guidelines/>).

Im Jahr 2009, drei Jahre nach der Unterzeichnung der UN-Behindertenrechtskonvention (UN-BRK), veröffentlicht Inclusion Europe das erste europäische Regelwerk zur Leichten Sprache auf Englisch unter dem Titel: „Information for all: European Standards for Making Information Easy to Read and Understand“. Auf der Grundlage empirischer Daten und mit Hilfe von Vertretern:innen aus verschiedenen Ländern wurde das Regelwerk in 17 Sprachen übersetzt, was sein Potential unter Beweis stellt und die Grundlage für weitere nationale Initiativen bildet. So wurde es unter anderem auf Deutsch, Französisch, Italienisch, Spanisch, Polnisch und Finnisch veröffentlicht. Einige seiner Grundprinzipien sind: Verwendung einfacher und alltäglicher Sprache (Wörter, die in der Alltagskommunikation verwendet werden, ohne technische oder abstrakte Begriffe), kurze Sätze (jeder Satz sollte nur eine Information enthalten), logische Struktur (klare Gliederung des Textes mit Überschriften, Aufzählungen und Absätzen), Visualisierung (Einsatz von Bildern oder Icons zur Unterstützung des Textverständnisses), Endkontrolle durch die Zielgruppe (vor der Veröffentlichung werden die Texte von Menschen mit kognitiven Beeinträchtigungen geprüft). Mit dieser Initiative macht Inclusion Europe deutlich, dass Verständlichkeit kein Luxus, sondern ein Grundbedürfnis ist und dass die Sprache ein Mittel und kein Hindernis sein sollte. Ihr Grundgedanke ist, dass es keine Demokratie ohne verständliche Informationen gibt und dass Leichte Sprache für Millionen von europäischen Bürgern:innen unerlässlich ist.

In den Jahren 2014 und 2015 wird Inclusion Europe, die in 39 Ländern vertreten ist, mit dem Preis „Zero Project“ für

δυναμική του κινήματος αυτο-υπεράσπισης. Εκείνο ωστόσο που θεωρείται σταθμός για την Inclusion Europe είναι το 2002 η δημιουργία του λογότυπου της εύκολης γλώσσας (Easy-to-read logo) (βλ. Εικ.1), το οποίο είναι διεθνώς το πλέον αναγνωρίσιμο σύμβολο προσβάσιμου περιεχομένου.

Εικόνα 1. Easy-to-read logo (<https://www.inclusion-europe.eu/easy-to-read-standards-guidelines/>).

Το 2009, τρία χρόνια μετά την υπογραφή της Σύμβασης του ΟΗΕ για τα Δικαιώματα των Ατόμων με Αναπηρία (ΣΗΕΔΑΑ), η Inclusion Europe δημοσιεύει στην αγγλική γλώσσα το πρώτο ευρωπαϊκό εγχειρίδιο κανόνων εύκολης γλώσσας με τίτλο «Information for all: European Standards for Making Information Easy to Read and Understand». Βασισμένο σε εμπειρικά δεδομένα και με τη βοήθεια εκπροσώπων από διάφορες χώρες, το εγχειρίδιο έχει μεταφραστεί σε 17 γλώσσες, γεγονός που αποδεικνύει τη δυναμική του, ενώ αποτελεί τη βάση για περαιτέρω εθνικές πρωτοβουλίες. Ενδεικτικά έχει κυκλοφορήσει σε γερμανικά, γαλλικά, ιταλικά, ισπανικά, πολωνικά, φινλανδικά.

Κάποιες από τις βασικές αρχές του είναι: η χρήση απλής και καθημερινής γλώσσας (λέξεις που συναντώνται στην καθημερινή επικοινωνία, χωρίς τεχνικούς ή αφηρημένους όρους), σύντομες προτάσεις (κάθε πρόταση να περιλαμβάνει μία μόνο πληροφορία), λογική δομή (καθαρή διάταξη του κειμένου με επικεφαλίδες, λίστες και παραγράφους), οπτικοποίηση (χρήση εικόνων ή εικονιδίων που ενισχύουν την κατανόηση), τελικός έλεγχος από άτομα της ομάδας-στόχου (τα κείμενα πριν δημοσιευτούν ελέγχονται ως προς την καταλληλότητά τους από άτομα με νοητική αναπηρία). Μέσω αυτής της πρωτοβουλίας η Inclusion Europe καθιστά σαφές ότι η κατανόηση δεν είναι πολυτέλεια αλλά βασική ανάγκη, ενώ η γλώσσα οφείλει να αποτελεί μέσο και όχι εμπόδιο. Η βασική της θέση είναι ότι δεν υπάρχει δημοκρατία χωρίς κατανοητή πληροφορία και ότι η εύκολη γλώσσα είναι απαραίτητη για εκατομμύρια Ευρωπαίους/ες πολίτες.

Το 2014 και 2015 η Inclusion Europe, που εκπροσωπείται σε

die Förderung europaweiter Qualitätsstandards für barrierefreie Informationen für Menschen mit geistigen Behinderungen sowie für ihre Leitlinien zur Barrierefreiheit von Wahlverfahren ausgezeichnet.

Inclusion Europe hat als Organisation maßgeblich dazu beigetragen, das Thema der kommunikativen Barrierefreiheit auf die EU-Agenda zu setzen und sich für die Aufnahme der Leichten Sprache in die nationale Gesetzgebung als Teil der Verpflichtungen aus der UN-Behindertenrechtskonvention über die Rechte von Menschen mit Behinderungen eingesetzt (Artikel 9 und 21). Durch die Schaffung von Regeln, die Verstärkung der Selbstvertretungsbewegung, die Institutionalisierung von Symbolen und die Förderung einer Kultur der Rechte ist Inclusion Europe ein Beispiel für systematisches Handeln zugunsten der sozialen Inklusion und der kommunikativen Barrierefreiheit und zeigt am besten, dass Leichte Sprache nicht nur ein Kommunikationsmittel, sondern eine politische Maßnahme ist.

Der 28. Mai als Internationaler Tag der Leichten Sprache dient als Anlass, darüber nachzudenken, wie und ob die kognitive und kommunikative Barrierefreiheit für alle in der Praxis gewährleistet ist. Denn ohne verständliche Informationen sind weder Unabhängigkeit noch die Teilhabe an Entscheidungsprozessen noch die Wahrung der menschlichen Würde möglich.



39 χώρες, τιμάται με το βραβείο «Zero Project» για την προώθηση πανευρωπαϊκών προτύπων ποιότητας στην προσβάσιμη πληροφόρηση για άτομα με νοητική αναπηρία καθώς και για τις κατευθυντήριες γραμμές της σχετικά με την προσβασιμότητα των εκλογικών διαδικασιών.

H Inclusion Europe ως οργάνωση έχει συμβάλει στο να τεθεί το θέμα της επικοινωνιακής προσβασιμότητας στην ατζέντα της ΕΕ και έχει ασκήσει πίεση για την ενσωμάτωση της εύκολης γλώσσας στις εθνικές νομοθεσίες, στο πλαίσιο των δεσμεύσεων που απορρέουν από τη Σύμβαση του ΟΗΕ για τα Δικαιώματα των Ατόμων με Αναπηρία (Άρθρα 9 και 21). Μέσα από τη δημιουργία κανόνων, την ενίσχυση των αυτούποστηριζόμενων, τη θεσμοθέτηση συμβόλων και την καλλιέργεια κουλτούρας δικαιωμάτων η Inclusion Europe αποτελεί ένα παράδειγμα συστηματικής δράσης υπέρ της κοινωνικής συμπερίληψης και της επικοινωνιακής προσβασιμότητας, ενώ αναδεικνύει με τον καλύτερο τρόπο ότι η εύκολη γλώσσα δεν είναι απλώς ένα εργαλείο επικοινωνίας, αλλά πολιτική πράξη.

H 28η Μαΐου ως Διεθνής Ημέρα Εύκολης Γλώσσας οφείλει να λειτουργεί ως αφορμή για να στοχαστούμε αν και κατά πόσο διασφαλίζεται στην πράξη η νοητική και επικοινωνιακή προσβασιμότητα για όλους/όλους. Γιατί, χωρίς κατανοητή πληροφορία δεν υπάρχει ανεξαρτησία, συμμετοχή στη λήψη αποφάσεων και διασφάλιση της ανθρώπινης αξιοπρέπειας.

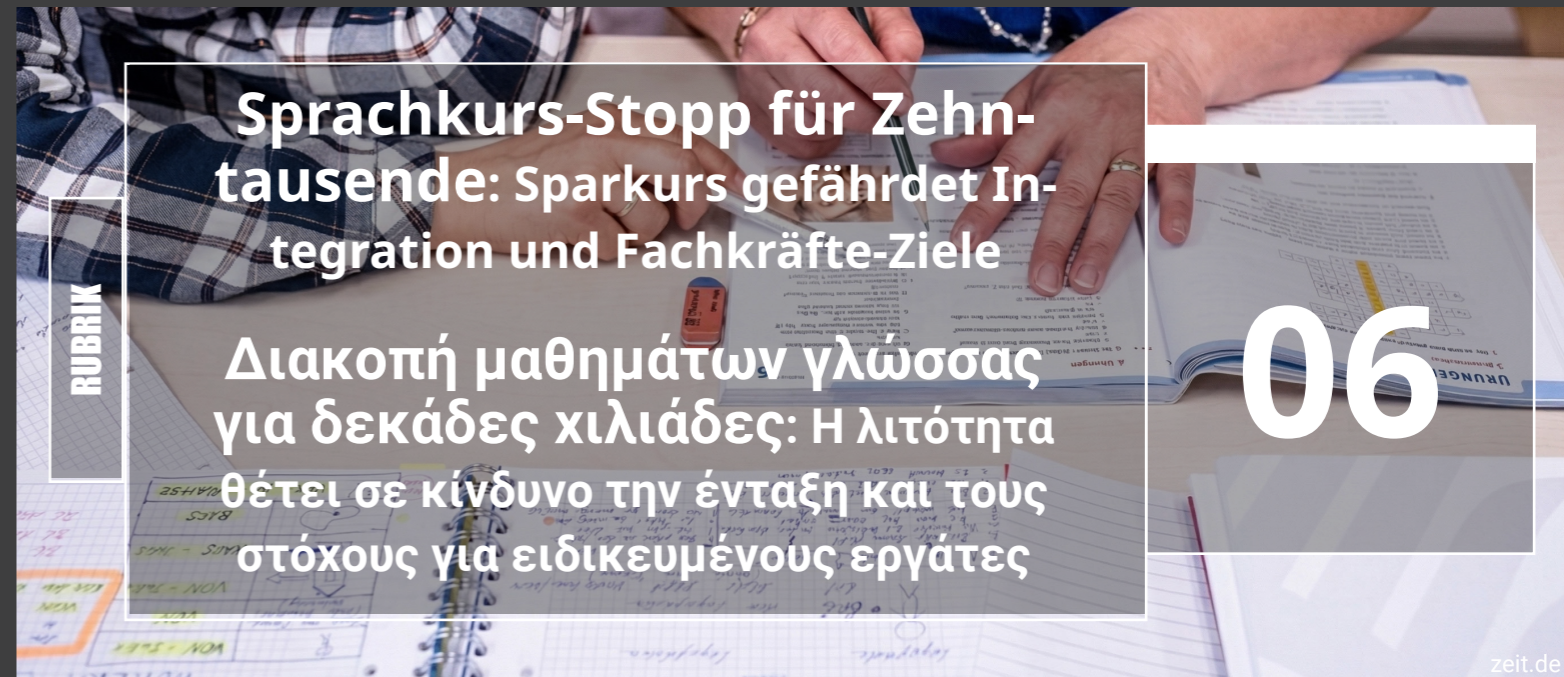
Λiteraturverzeichnis/Βιβλιογραφία

Αραμπατζή, Κ. (2009). Εισαγωγή στη μέθοδο: «Κείμενο για όλους». Παιδαγωγικό Ινστιτούτο, Τμήμα Ειδικής Αγωγής και Εκπαίδευσης. https://prosvasimo.iep.edu.gr/docs/pdf/Biblia/keimeno-gia-olous/keimeno_gia_olous-2.pdf

Ε.Σ.Α.μεΑ. (2019). Κείμενα Πολιτικής: Πολιτισμός για όλους: Διασφαλίζοντας την ισότιμη συμμετοχή των ατόμων με αναπηρία στην πολιτιστική ζωή. Παρατηρητήριο Θεμάτων Αναπηρίας. <https://www.esamea.gr/publications/books-studies/4990-politismos-gia-olous>

Οργανισμός Ηνωμένων Εθνών. (2006). Σύμβαση για τα δικαιώματα των ατόμων με αναπηρία και προαιρετικό πρωτόκολλο. <https://unric.org/el/%cf%83%cf%8d%ce%bc%ce%b2%ce%b1%cf%83%ce%b7%ce%b3%ce%b9%ce%b1%cf%84%ce%b1%ce%b4%ce%b9%ce%ba%ce%b1%ce%b9%cf%8e%ce%bc%ce%b1%cf%84%ce%b1%cf%84%cf%89%ce%bd%ce%b1%cf%84%cf%8c%ce%bc%cf%89%ce%bd%ce%bc-2/>

Υπουργείο Πολιτισμού. (x.x.). 2ος Οδηγός: Σύγχρονες θεωρητικές προσεγγίσεις και πρακτικές στον χώρο των Μουσείων – Μουσειακή προσβασιμότητα. https://ayla.culture.gr/wp-content/uploads/2024/06/Museums_2os-Odigos-FI-NAL.pdf



Sprachkurs-Stopp für Zehntausende: Sparkurs gefährdet Integration und Fachkräfte-Ziele

Διακοπή μαθημάτων γλώσσας για δεκάδες χιλιάδες: Η λιτότητα θέτει σε κίνδυνο την ένταξη και τους στόχους για ειδικευμένους εργάτες

06

Nikos Alexatos

Das Bundesinnenministerium kürzt freiwillige Integrationskurse. Bis zu 130.000 Menschen sind betroffen. Wirtschaft, Kommunen und Wissenschaft warnen vor Folgen.

Die Diskussion um einen Marienkäfer als Glücksbringer ist schnell beendet. Ernst wird es im Deutschkurs der Volkshochschule Waiblingen, als die Teilnehmenden realisieren, dass ihre kostenlose Teilnahme bald Geschichte sein könnte. Was wie eine abstrakte Sparmaßnahme des Bundesinnenministeriums klingt, wird für Zehntausende Menschen in Deutschland ab 2026 zur bitteren Realität: Wer keine gesicherte Bleibeperspektive hat, muss künftig für Integrationskurse entweder selbst aufkommen oder draußen bleiben.

Das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF), das dem CSU-geführten Innenministerium untersteht, hat im Februar ein entsprechendes Rundschreiben an alle Kursträger versandt. Die Folge: Die Finanzierung für neu ankommende Ukrainer/innen, für Asylbewerbende im laufenden Verfahren, für Geduldete sowie für EU-Bürger/innen wird mit sofortiger Wirkung eingestellt. Nach Schätzungen des Deutschen Volkshochschul-Verbands (DVV) sind allein in diesem Jahr rund 130.000 Menschen von dieser Regelung betroffen, etwa die Hälfte der ursprünglich für 2026 erwarteten 300.000 Kursteilnehmenden.

Besonders dramatisch ist die Lage für Geflüchtete aus der Ukraine. Sie stellten zuletzt etwa ein Drittel aller Kursteilnehmenden dar. Da sie über die Massenzustromrichtlinie pauschalen Schutz erhalten, ohne ein individuelles Asylverfahren zu durchlaufen, können sie auch nie einen positiven Asylbescheid vorweisen und sind damit dauerhaft von der staatlichen Finanzierung ausgeschlossen. Der Sachverständigenrat für Integration und Migration (SVR) warnt: „Menschen, die einen Kurs nicht selbst bezahlen können, werden dadurch beim Erlernen der Spra-

Το ομοσπονδιακό υπουργείο Εσωτερικών περικόπτει τα εθελοντικά μαθήματα ένταξης. Έως και 130.000 άτομα επηρεάζονται. Οικονομία, δήμοι και επιστήμονες προειδοποιούν για συνέπειες.

Η συζήτηση για μια πασαλίτσα ως γούρι τελειώνει γρήγορα. Τα πράγματα γίνονται σοβαρά στο μάθημα γερμανικών της σχολής ενηλίκων (VHS) στο Waiblingen, όταν οι συμμετέχοντες/ουσες συνειδητοποιούν ότι η δωρεάν συμμετοχή τους σύντομα θα ανήκει στο παρελθόν. Αυτό που ακούγεται σαν ένα αφηρημένο μέτρο λιτότητας του ομοσπονδιακού υπουργείου Εσωτερικών, γίνεται πικρή πραγματικότητα για δεκάδες χιλιάδες ανθρώπους στη Γερμανία από το 2026: Όποιος/α δεν έχει εξασφαλισμένη προοπτική παραμονής, θα πρέπει στο μέλλον είτε να πληρώνει τα μαθήματα ένταξης είτε να μένει έξω.

Η Ομοσπονδιακή Υπηρεσία Μετανάστευσης και Προσφύγων (BAMF), η οποία υπάγεται στο υπουργείο Εσωτερικών υπό την ηγεσία της CSU, απέστειλε τον Φεβρουάριο σχετική εγκύκλιο σε όλους τους φορείς παροχής μαθημάτων. Η συνέπεια: Η χρηματοδότηση για νεοαφιθέντες/εις Ουκρανούς/ες, για αιτούντες/ουσες άσυλο κατά τη διάρκεια της διαδικασίας, για άτομα με προσωρινή αναστολή απέλασης (Duldung) καθώς και για πολίτες της ΕΕ διακόπτεται άμεσα. Σύμφωνα με εκτιμήσεις της Γερμανικής Ένωσης των Volkshochschulen (DVV), περίπου 130.000 άτομα πλήττονται φέτος από αυτή τη ρύθμιση, περίπου μισοί/ες από ότι αρχικά αναμενόταν (300.000) για το 2026.

Ιδιαίτερα δραματική είναι η κατάσταση για πρόσφυγες από την Ουκρανία. Αποτελούσαν περίπου το ένα τρίτο όλων των συμμετεχόντων/ουσών. Δεδομένου ότι λαμβάνουν ομαδική προστασία μέσω της οδηγίας για μαζική εισροή χωρίς να περάσουν από ατομική διαδικασία άσυλου, δεν

che und dem Erwerb weiterer Qualifikationen ausgebremst. Das ist widersprüchlich, wenn es Gruppen betrifft, deren Arbeitsmarktintegration man gleichzeitig fordert“, so SVR-Vorsitzender Prof. Dr. Winfried Kluth.

Die Betroffenen: Zwischen Bürgergeld und Kursgebühren

Die konkrete Not wird im Unterrichtsraum der VHS Waiblingen sichtbar. Benjamin und Max (Namen geändert), zwei 23-jährige Ukrainer, träumen von einer beruflichen Zukunft in Deutschland. Benjamin war in der Ukraine Journalist, Max Softwareentwickler. Doch ihr Deutsch ist noch bruchstückhaft. Benjamin erhält 563 Euro Bürgergeld im Monat. Ein Integrationskurs kostet über 450 Euro. „Wie soll ich das bezahlen?“, fragt er. Max versucht sich nun in zwanglosen Sprachcafés, doch: „Wie soll man so Grammatik lernen?“, sagt er ratlos.

Ähnlich ergeht es Mohammed, einem 23-jährigen Syrer mit Duldung, über den die Tagesschau berichtete. Er möchte Krankenpfleger werden, benötigt dafür aber ein Sprachzertifikat auf Niveau B2 oder C1. Die Kurse dafür kosten nach seinen Angaben 1.500 bis 2.000 Euro. Das ist unbezahlbar für jemanden, der von 450 Euro im Monat lebt. „Ich möchte eine Chance, ja, ich brauche eine Chance – nichts mehr“, sagt Mohammed.

Wirtschaft und Kommunen schlagen Alarm

Die Entscheidung aus Berlin stößt auf breite Kritik, und das nicht nur bei linken oder migrantischen Organisationen. Über 200 Unternehmen, darunter Ikea und Ben & Jerry's, richteten Ende Februar einen offenen Brief an Innenminister Alexander Dobrindt. „Wer die Potenziale zugewanderter Menschen auf dem Arbeitsmarkt nutzen will, muss die sprachlichen Voraussetzungen dafür schaffen“, heißt es darin. Die deutsche Wirtschaft leidet unter einem Fachkräftemangel von bis zu einer halben Million qualifizierter Arbeitnehmer/innen, besonders in Pflege, Bau und Handel.

Aktuelle Studien des Instituts für Arbeitsmarkt- und Berufsforschung (IAB) untermauern die Warnung. Demnach hatten ukrainische Geflüchtete, die nach Einführung der kostenlosen Sprachkurse (ab Juni 2022) nach Deutschland kamen, zwei Jahre später eine um sieben Prozentpunkte höhere Beschäftigungsquote als diejenigen, die vorher kamen und keine Kurse erhielten. Migrationsforscherin Yuliya Kosyakova betont jedoch: „Flucht ist nicht dafür da, unseren Fachkräftemangel zu lösen.“ Aber Arbeit könne helfen, mit traumatischen Erfahrungen umzugehen. Zudem warnt sie vor Zeitverlusten: „Die Mehrheit dieser Menschen wird längere Zeit hier bleiben. Wenn Sprachkurse erst nach einem positiven Asylbescheid beginnen, verlieren wir sehr viel Zeit.“

Auch die Kommunen laufen Sturm. Christian Schuchardt, Präsident des Städtetages und selbst CSU-Mitglied, nannte die Kürzungen „ein schlechtes Signal“. Stefanie Köhler, Leiterin der VHS Waiblingen, ist noch deutlicher: „Ohne Deutschkurse werden die Menschen sicher

können nie eine positive Entscheidung fassen.“ Als es um die Finanzierung geht, wird es noch schlimmer. Die Bundesregierung hat angekündigt, die Ausgaben für Integrationskurse zu erhöhen. Die Länder und Kommunen sind jedoch gezwungen, die Kürzungen zu akzeptieren. „Das ist ein Widerspruch“, sagt Christian Schuchardt. „Wir brauchen mehr Geld für Integrationskurse, aber gleichzeitig werden die Ausgaben für diese Kurse gesenkt.“

Oι πληγέντες: Ανάμεσα στο ελάχιστο εγγυημένο εισόδημα και στα διδάκτρα μαθημάτων

Η συγκεκριμένη ανάγκη γίνεται ορατή στην αίθουσα διδασκαλίας του Volkshochschule Waiblingen. Ο Benjamin και ο Max (τα ονόματα έχουν αλλάξει), δύο 23χρονοι Ουκρανοί, ονειρεύονται ένα επαγγελματικό μέλλον στη Γερμανία. Ο Benjamin ήταν δημοσιογράφος στην Ουκρανία, ο Max προγραμματιστής λογισμικού. Ωστόσο, τα γερμανικά τους είναι ακόμα σπαστά. Ο Benjamin λαμβάνει 563 ευρώ επίδομα το μήνα. Ένα μάθημα ένταξης κοστίζει πάνω από 450 ευρώ. «Πώς μπορώ να το πληρώσω;», ρωτάει. Ο Max προσπαθεί τώρα να μάθει τη γλώσσα σε συναντήσεις σε καφέ, αλλά λέει απορημένος: «Πώς μπορεί κανείς έτσι να μάθει γραμματική;»

Παρόμοια είναι η κατάσταση για τον Mohammed, έναν 23χρονο Σύρο με προσωρινή αναστολή απέλασης, στον οποίο αναφέρθηκε το δελτίο ειδήσεων της κρατικής τηλεόρασης, το Tagesschau. Θέλει να γίνει νοσηλεύτης, αλλά χρειάζεται για αυτό πιστοποιητικό γλωσσικών επιπέδου B2 ή C1. Τα μαθήματα κοστίζουν σύμφωνα με τα λεγόμενά του 1.500 έως 2.000 ευρώ, αδύνατον να πληρωθούν από κάποιον που ζει με 450 ευρώ το μήνα. «Θέλω μια ευκαιρία, να, χρειάζομαι μια ευκαιρία – τίποτα περισσότερο», λέει ο Mohammed.

Επιχειρήσεις και δήμοι σημαίνουν συναγερμό

Η απόφαση από το Βερολίνο συναντά ευρεία κριτική, και όχι μόνο από αριστερές ή μεταναστευτικές οργανώσεις. Πάνω από 200 επιχειρήσεις, μεταξύ των οποίων η Ikea και η Ben & Jerry's, απηύθυναν στα τέλη Φεβρουαρίου ανοικτή επιστολή στον υπουργό Εσωτερικών Alexander Dobrindt. «Όποιος/α θέλει να αξιοποιήσει τις δυνατότητες των μεταναστών στην αγορά εργασίας, πρέπει να δημιουργήσει τις γλωσσικές προϋποθέσεις για αυτό», αναφέρεται σε αυτήν. Η γερμανική οικονομία υποφέρει από έλλειψη έως και μισού εκατομμυρίου ειδικευμένων εργατών, ιδιαίτερα στην υγεία, την παιδεία, τις κατασκευές και το εμπόριο.

Πρόσφατες μελέτες του Ινστιτούτου Έρευνας Αγοράς Εργασίας και Επαγγελματικής Κατάρτισης (IAB) ενισχύουν την προειδοποίηση. Σύμφωνα με αυτές, Ουκρανοί/ές πρόσφυγες που ήρθαν στη Γερμανία μετά την εισαγωγή των δωρεάν μαθημάτων γλώσσας (από τον Ιούνιο του 2022) είχαν δύο χρόνια αργότερα ποσοστό απασχόλησης κατά επτά ποσοστιαίες μονάδες υψηλότερο από εκείνους/ες που ήρθαν νωρίτερα και δεν έλαβαν μαθήματα. Η ερευνήτρια μετανάστευσης Yuliya Kosyakova τονίζει ωστόσο: «Το προσφυγικό ζήτημα δεν υπάρχει για να λύσει την έλλειψή μας σε ειδικευμένους εργατές.» Αλλά η εργασία μπορεί

im Sozialleistungsbezug landen.“ Das spare kurzfristig zwar Geld im Bundeshaushalt, belastete aber Länder und Kommunen langfristig umso mehr. Zudem brächten die plötzlichen Kürzungen die Kursträger in Existenznot, mit gekündigten Mietverträgen und entlassenem Personal.

Ein neues System: Verpflichtung statt Freiwilligkeit

Die offizielle Begründung aus dem Innenministerium: Angesichts der finanziellen Herausforderungen der vergangenen Jahre (die Ausgaben für Integrationskurse stiegen von 2021 bis 2025 um 177 Prozent auf rund 1,3 Milliarden Euro) müsse der Zugang stärker an den verfügbaren Mitteln ausgerichtet werden. Integrationsbeauftragte der Bundesregierung, Natalie Pawlik, widerspricht: „Mittel- und langfristig gesehen schaden wir uns damit selber, weil wir die Menschen in Abhängigkeit belassen, statt ihnen den Weg in die Selbstbestimmung und auf den Arbeitsmarkt zu ebnet.“

Als Ausgleich kündigte das BAMF an, die sogenannten Erstorientierungskurse auszubauen. Diese umfassen 300 Unterrichtsstunden und vermitteln grundlegende Sprachkenntnisse sowie Alltagswissen. Sie werden aus EU-Mitteln finanziert. Kritiker wie die Grünen-Politikerin Filiz Polat bemängeln jedoch: „Erstorientierungskurse vermitteln weder ausreichende Sprachkenntnisse noch eröffnen sie einen realistischen Zugang zum Arbeitsmarkt.“

Gleichzeitig will Innenminister Dobrindt Asylbewerber/innen künftig bereits nach drei Monaten (statt bisher sechs) die Aufnahme einer Arbeit erlauben – eine Koalitionsvereinbarung mit der SPD. Der Widerspruch ist offensichtlich: Wer keine Deutschkenntnisse hat, wird auch von diesem früheren Arbeitsmarktzugang kaum profitieren können.

Bildungsträger in der Krise – und politischer Streit

Die Kursträger/innen selbst stehen vor dem finanziellen Aus. Sascha Rex vom Volkshochschulverband rechnet damit, dass nur noch etwa die Hälfte der geplanten Kurse starten kann, weil die freiwilligen Teilnehmenden fehlen. „Wir werden tatsächlich dazu gezwungen sein, Personen freizustellen und Räume abzumieten.“ Sprachlehrerin Elvira Kalmbach in Waiblingen, die selbst aus Russland eingewandert ist, fürchtet um ihren Job und um die Zukunft ihrer Schüler/innen: „Es bricht mir das Herz, das mit anzusehen. Ich weiß, wie schwierig es ist, in einem Land neu anzukommen.“

Politisch ist die Lage verfahren. Die SPD im Bund versucht, zumindest eine teilweise Rücknahme der Kürzungen zu erreichen, kritisiert jedoch, dass der „Zulassungsstopp für freiwillige Teilnehmende ohne Abstimmung mit der SPD-Bundestagsfraktion erfolgt“ sei (laut einem Bericht von NDR, WDR und SZ). Im Saarland brachte die SPD-Landtagsfraktion sogar einen Antrag auf Rücknahme der Kürzungen durch, der mit den Stimmen der SPD verabschiedet wurde. Die dortige CDU-Fraktion hingegen unterstützt die Linie des Bundesinnenministers, da sie ein „zielgerichteteres System“ befürwortet, das

na behilfen in der Bewältigung von traumatischen Erfahrungen. Darüber hinaus, wird für die Zukunft ein „Zielgerichtetes System“ gefordert, das die Integration von Geflüchteten in den Arbeitsmarkt erleichtert.

Kαι οι δήμοι αντιδρούν έντονα. Ο Christian Schuchardt, πρόεδρος της Ένωσης Πόλεων και ο ίδιος μέλος της CSU, χαρακτήρισε τις περικοπές «κακό σινιάλο». Η Stefanie Köhler, διευθύντρια του Volkshochschule Waiblingen, είναι ακόμα πιο σαφής: «Χωρίς μαθήματα γερμανικών, οι άνθρωποι σίγουρα θα καταλήξουν να λαμβάνουν κοινωνικές παροχές.» Αυτό εξοικονομεί βραχυπρόθεσμα χρήματα στον ομοσπονδιακό προϋπολογισμό, αλλά επιβαρύνει τα ομόσπονδα κρατίδια και τους δήμους μακροπρόθεσμα ακόμη περισσότερο. Επιπλέον, οι ξαφνικές περικοπές φέρνουν τους φορείς παροχής μαθημάτων σε οριακή κατάσταση, με λύσεις μισθωτηρίων συμβολαίων και απολύσεις προσωπικού.

Ένα νέο σύστημα: Υποχρέωση αντί για εθελοντισμό

Η επίσημη αιτιολόγηση από το υπουργείο Εσωτερικών: Λαμβάνοντας υπόψη τις δημοσιονομικές προκλήσεις των τελευταίων ετών (οι δαπάνες για μαθήματα ένταξης αυξήθηκαν από 2021 έως 2025 κατά 177 τοις εκατό σε περίπου 1,3 δισεκατομμύρια ευρώ), η πρόσβαση πρέπει να ευθυγραμμιστεί περισσότερο με τους διαθέσιμους πόρους. Η επιτροπή Ένταξης της ομοσπονδιακής κυβέρνησης, Natalie Pawlik, διαφωνεί: «Μεσοπρόθεσμα και μακροπρόθεσμα, βλάπτουμε τον εαυτό μας, επειδή αφήνουμε τους ανθρώπους σε κατάσταση εξάρτησης, αντί να τους ανοίγουμε τον δρόμο προς την αυτοδυναμία και την αγορά εργασίας.»

Ως αντιστάθμισμα, η BAMF ανακοίνωσε την επέκταση των λεγόμενων μαθημάτων αρχικού προσανατολισμού. Αυτά περιλαμβάνουν 300 ώρες διδασκαλίας και μεταδίδουν βασικές γλωσσικές γνώσεις καθώς και γνώσεις καθημερινής ζωής. Χρηματοδοτούνται από κονδύλια της ΕΕ. Ωστόσο, επικριτές όπως η πολιτικός των Πρασίνων Filiz Polat επισημαίνουν: «Τα μαθήματα αρχικού προσανατολισμού ούτε μεταδίδουν επαρκείς γλωσσικές γνώσεις ούτε ανοίγουν μια ρεαλιστική πρόσβαση στην αγορά εργασίας.»

Ταυτόχρονα, ο υπουργός Εσωτερικών Dobrindt θέλει να επιτρέψει σε αιτούντες/ούσες άσυλο να αναλάβουν εργασία μετά από τρεις μήνες (αντί για έξι μήνες που ίσχυαν) – μια συμφωνία συνασπισμού με το SPD. Η αντίφαση είναι προφανής: Όποιος/α δεν έχει γνώσεις γερμανικών, δύσκολα θα επωφεληθεί από αυτή την πρώιμη πρόσβαση στην αγορά εργασίας.

Οι εκπαιδευτικοί φορείς σε κρίση – και πολιτική διαμάχη

Οι ίδιοι οι φορείς παροχής μαθημάτων βρίσκονται αντιμέτωποι με οικονομική κατάρρευση. Ο Sascha Rex από την Ένωση Σχολών Ενηλίκων (DVV) υπολογίζει ότι μόνο περίπου οι μισές από τις προγραμματισμένες τάξεις μπορούν να ξεκινήσουν, επειδή λείπουν οι εθελοντές συμμετέχοντες/ουσες. «Θα αναγκαστούμε πράγματι να απολύσουμε προσωπικό και να ακυρώσουμε μισθώσεις χώρων.» Η δασκάλα γερμανικών Elvira Kalmbach στο Waiblingen, η ίδια

sich auf Menschen mit Bleibeperspektive konzentriere.

Eine Integrationswende mit Ansage?

Dobrindt selbst dürfte es mit seinem Schritt um mehr gehen als nur ums Geld. Die „Asylwende“ ist sein großes Projekt: verschärfte Grenzkontrollen, Zurückweisungen von Asylsuchenden, der ausgesetzte Familiennachzug und nun die Demontage der freiwilligen Integrationskurse. Aus Sicht von Beobachtenden ist dies ein klares Signal der Abschreckung, das jedoch auf Kosten derjenigen geht, die sich eigentlich integrieren wollen.

Die Kosten-Nutzen-Rechnung könnte sich als fatal erweisen. Der SVR warnt: „Langfristig können die kurzfristigen Einsparungen zu viel höheren Kosten führen.“ Denn ohne ausreichende Sprachkenntnisse droht vielen Zugewanderten die dauerhafte Abhängigkeit von Sozialleistungen. Statt der dringend benötigten Fachkräfte bekommt Deutschland dann zusätzliche Belastungen für die öffentlichen Kassen. Und die Wirtschaft schaut zu, während ihre potenziellen Arbeitskräfte in Sprachcafés alleine versuchen, die Sprache zu erlernen.

*Mit Materialien von Tagesschau, Deutschlandfunk, NDR, SR, SVR und taz

μετανάστρια από τη Ρωσία, φοβάται για τη δουλειά της και για το μέλλον των μαθητών/τριών της: «Μου ραγίζει την καρδιά να το βλέπω αυτό. Ξέρω πόσο δύσκολο είναι να φτάνει κανείς σε μια νέα χώρα.»

Πολιτικά, η κατάσταση είναι περίπλοκη. Το SPD στο Βερολίνο προσπαθεί τουλάχιστον για μερική ανάκληση των περικοπών, αλλά εκφράζει τη δυσαρέσκειά του για το γεγονός πως το «πάγωμα έγκρισης για εθελοντές συμμετέχοντες/ουσες έγινε χωρίς συνεννόηση με την κοινοβουλευτική ομάδα του SPD». Στο Σάαρλαντ, η κοινοβουλευτική ομάδα του SPD έφερε ακόμη και πρόταση για ανάκληση των περικοπών, η οποία εγκρίθηκε με τις ψήφους του SPD. Η τοπική κοινοβουλευτική ομάδα του CDU, ωστόσο, υποστηρίζει τη γραμμή του ομοσπονδιακού υπουργού Εσωτερικών, επειδή τάσσεται υπέρ ενός «πιο στοχευμένου συστήματος» που επικεντρώνεται σε άτομα με προοπτική παραμονής.

Μια στροφή στην πολιτική ασύλου με προμελετημένο σχέδιο;

Ο ίδιος ο Dobrindt πιθανότατα επιδιώκει με αυτό το βήμα περισσότερα από απλά χρήματα. Η «στροφή στην πολιτική ασύλου» είναι το μεγάλο του έργο: ενισχυμένοι έλεγχοι στα σύνορα, επιστροφές αιτούντων άσυλο, η διακοπή οικογενειακών επανενώσεων και τώρα η αποδόμηση των εθελοντικών μαθημάτων ένταξης. Από την άποψη παρατηρητών, αυτό είναι ένα σαφές σήμα αποτροπής, το οποίο όμως γίνεται εις βάρος εκείνων που επιθυμούν να ενταχθούν.

Ο υπολογισμός κόστους-οφέλους μπορεί να αποβεί μοιραίος. Ο SVR προειδοποιεί: «Μακροπρόθεσμα, οι πρόσκαιρες περικοπές μπορεί να οδηγήσουν σε πολύ υψηλότερα έξοδα.» Διότι χωρίς επαρκείς γλωσσικές γνώσεις, πολλοί/ές μετανάστες/τριες κινδυνεύουν να εξαρτώνται μόνιμα από κοινωνικές παροχές. Αντί για τους/τις επειγόντως απαραίτητους/ες ειδικευμένους/ες εργάτες/τριες, η Γερμανία θα έχει τότε πρόσθετες επιβαρύνσεις για τα δημόσια ταμεία. Και η οικονομία παρακολουθεί, ενώ οι εν δυνάμει εργαζόμενοι/ές της θα προσπαθούν να μάθουν μόνοι/ες τους τη γλώσσα σε ένα καφέ.

*Με υλικό από Tagesschau, Deutschlandfunk, NDR, SR, SVR και taz

Post von einem Poeten

Γράμμα από έναν ποιητή

07



flaticon.com

Georgia Miari

Geschlecht: weiblich – sie – die Frau

Manche Wörter klingen schlicht und bergen doch eine ganze Welt in sich.

So wie das Wort „Frau“.

Weibliches Geschlecht.

Ein kurzer Begriff, ein Titel von Gewicht.

Und doch ist die Last, die auf ihren Schultern ruht, noch schwerer: den Frühling zu bringen.

Denn irgendwie warten alle darauf, wie auf das erste Licht nach einem langen Winter.

Keine bunte Welt ohne Frühling, keine Hoffnung ohne ihr Gelb, keine Wiedergeburt ohne ihr Grün. Der Duft der ersten Blumen bleibt nirgends.

Und noch das Leben – das die Frau bei der Hand nimmt,

und gemeinsam mit ihr durch die kalten Straßen des Winters wandert.

Schwere Straßen.

Der Winter liegt schwer auf allen Wegen.

Er ermüdet, strapaziert, erschöpft, und oft wirkt er endlos.

Doch die Frau birgt ein Geheimnis, ein Geschenk der Natur: die Kraft, sich immer wieder neu zu erschaffen.

Wie die Erde, die nach dem Frost erwacht,

wie ein Baum, der tot schien und erneut blüht,

Γένους Θηλυκού: Γυναίκα

Υπάρχουν λέξεις που μοιάζουν απλές, κι όμως κουβαλούν μέσα τους ολόκληρους κόσμους.

Μία από αυτές είναι η λέξη «γυναίκα».

Γένους θηλυκού.

Μικρή λέξη, βαρύς τίτλος.

Κι όμως, ακόμη βαρύτερο είναι το φορτίο που της αποδίδεται: να φέρνει την άνοιξη.

Γιατί κάπως έτσι την περιμένουν όλοι, όπως περιμένουν το πρώτο φως μετά τον μακρύ χειμώνα.

Χωρίς την άνοιξη ο κόσμος μοιάζει να χρεώνει, χωρίς το κίτρινο της ελπίδας, το πράσινο της αναγέννησης, το άρωμα των πρώτων λουλουδιών.

Και να που κι άλλη λέξη είναι γένους θηλυκού: η ζωή.

Γυναίκα και ζωή.

Δύο έννοιες που περπατούν μαζί την ίδια διαδρομή.

Μια διαδρομή που περνά πάντα από τον χειμώνα.

Ο χειμώνας είναι βαρύς.

Κουράζει, δοκιμάζει, εξαντλεί, και συχνά μοιάζει ατελείωτος.

Μα η γυναίκα έχει ένα μυστικό που η φύση της χάρισε: την ικανότητα να ξαναγεννιέται.

Σαν τη γη μετά την παγωνιά,

wie ein Phönix, der aus der Asche wieder aufsteigt.

Da ist sie wieder: Stolz.

Wieder blühend,

wieder Frühling bringend,

wieder Hoffnung, Kraft und Ausdauer lehrend.

Frühling ist mehr als eine Jahreszeit,

er ist eine Haltung, eine Lebenseinstellung.

Die Frau weiß das und trägt ihre Kraft: das Licht in sich zu halten, selbst wenn der Winter alles um sie herum verschlingt.

Sie wird zur Mentorin der Ausdauer für andere,

zur Erinnerung, dass jede Dunkelheit schließlich weicht.

So geht sie weiter,

allein,

ohne wirklich allein zu sein.

Denn das Leben geht mit ihr,

stets an ihrer Seite.

Sie tanzt auf ihrer eigenen Asche.

Den Winter verwandelt sie in Vergangenheit,

und manchmal in Liebe.

Und so hat sie keine Angst mehr vor ihm.

Jetzt gehen sie gemeinsam dem Frühling entgegen.

Denn letztendlich ist die Frau nicht nur diejenige, die auf den Frühling wartet.

Sie ist diejenige, die ihn bringt.

σαν το δέντρο που έμοιαζε νεκρό και ξαφνικά ανθίζει,

σαν τον φοίνικα που αναδύεται από τις στάχτες του.

Και να τη πάλι: Αγέρωχη.

Να φέρνει λουλούδια,

να ανοίγει δρόμο στην άνοιξη,

να διδάσκει αντοχή, δύναμη και ελπίδα.

Γιατί η άνοιξη δεν είναι μόνο εποχή,

είναι στάση, στάση ζωής.

Κι εκεί βρίσκεται η δύναμη της γυναίκας: να κρατά μέσα της το φως, ακόμη κι όταν γύρω της επικρατεί χειμώνας.

Γίνεται μέντορας αντοχής για τους άλλους,

για να θυμίζει ότι κάθε σκοτάδι κάποτε τελειώνει.

Κι έτσι η γυναίκα προχωρά,

μόνη,

μα ποτέ πραγματικά μόνη.

Γιατί μέσα της κουβαλά τη ζωή.

Χορεύει ακόμη και πάνω στις στάχτες της.

Μεταμορφώνει τον χειμώνα σε παρελθόν,

και μερικές φορές σε έρωτα.

Κι έτσι πια δεν τον φοβάται.

Τώρα περπατούν μαζί προς την άνοιξη.

Γιατί τελικά η γυναίκα δεν είναι απλώς εκείνη που περιμένει την άνοιξη.

Είναι εκείνη που την φέρνει.

Theofilos Kouimanis

Wachstum...

Früher war die Welt anders
finsterer, ärmer, schlimmer
jetzt hat sie sich verwandelt
sollen wir drinnen?

Ανάπτυξη...

Παλαιότερα ήταν ο κόσμος αλλιώς,
πιο σκοτεινός, πιο φτωχός, πιο κακός
τώρα πια μεταμορφώθηκε
πάμε να τον δούμε;

Diese Welt hat sich sicherlich verändert

wovon ich geträumt habe, kann ich jetzt erleben...

die sieht zauberhaft aus

die ähnelt einem kleinen warmen Haus.

Ein Haus mit Garten wollte ich immer

ich sehe die Rosen blühen an

und niemand steht dazwischen

ich denke so viel nach...

Ich hoffe, dass es bleibt, dieses wundervolle Gefühl

denn diese Jahreszeit ist eine ganz frische Spur!

Der Lenz ist endlich angekommen

eine neue Epoche hat begonnen.

Die Laune boomt

die Tränen werden weggewischt

vielleicht ist es doof,

wenn es keinen Terror gibt...

Leute sind netter, immer hilfsbereit

wir fühlen uns sicher wie daheim.

Wir alle streben nach Frieden

und endlich ist der eine Realität für jeden.

Jedoch sind die Jahreszeiten vier.

Der Frühling kommt einmal pro Jahr

bitte hilf mir!

Wer ist dann dran?

Die Bühne

Leise, wir müssen leise sein!

Das Stück hat nur begonnen...

und jemand soll auf die Bühne steigen

habt ihr ihn schon verworfen?

Warum? Er hat noch nicht das Wort ergriffen,

trotzdem habt ihr daran gelitten!

Αυτός ο κόσμος έχει σίγουρα αλλάξει

αυτό, το οποίο ονειρεύτηκα μπορώ τώρα να το ζήσω...

εκείνος φαίνεται μαγευτικός

μοιάζει με ένα μικρό, ζεστό σπίτι.

Ένα σπίτι με κήπο, το ήθελα πάντα

βλέπω τα τριαντάφυλλα να ανθίζουν

και κανείς δεν στέκεται ανάμεσα σε αυτά

το σκέφτομαι αρκετά...

Ελπίζω, πως θα μείνει, αυτό το υπέροχο συναίσθημα

επειδή αυτή η εποχή είναι ένα τελείως φρέσκο ίχνος!

Η Άνοιξη έφτασε επιτέλους

μια νέα εποχή άρχισε.

Η διάθεση ακμάζει

τα δάκρυα σκουπίζονται

ίσως να είναι καζό,

αν δεν υπάρχει τρόμος...

Οι άνθρωποι είναι πιο ευγενικοί, πάντα πρόθυμοι

νιώθουμε ασφαλείς, σαν να είμαστε σπίτι.

Εμείς όλοι επιζητούμε την ειρήνη

και επιτέλους είναι εκείνη μια πραγματικότητα για τον καθένα

Ωστόσο εποχές υπάρχουν τέσσερις.

Η Άνοιξη έρχεται μια φορά τον χρόνο

βοήθα με!

Ποια να έχει σειρά;

Η σκηνή

Ησυχία, πρέπει να κάνουμε ησυχία!

Η παράσταση μόλις ξεκίνησε...

και κάποιος σίγουρα ανέβηκε στη σκηνή

τον έχετε ήδη απορρίψει;

Γιατί; Δεν έχει πάρει ακόμη τον λόγο,

παρ' όλ' αυτά εσείς υποφέρετε από όλο αυτό!

Die Zuschauer sind zu typisch
und ihre Reaktionen immer zyklisch...

Am Anfang sind sie überrascht
und dann enttäuscht,
denn ihre wundervolle Macht
ist für die Schauspieler ein Spielzeug

Das nervt! Sie werden ausgelacht!
Sie haben das Publikum wach gemacht...
und das wollen die anderen nicht
sie wenden sich an mich...

„Tu etwas! Was du möchtest...
sei es Tod, sei es Verletzen!“
Aber ich konnte nichts!
Die Schauspieler hatten Recht
Was für ein Irrtum ist das
was für eine Welt!

Theo ilos Kouimanis studiert aktuell im 4. Semester am Fachbereich Deutsche Sprache und Literatur der NKUA. Er schreibt leidenschaftlich gerne Gedichte und das nicht nur in seiner Muttersprache Griechisch, sondern in den verschiedensten Sprachen. Das Gedicht wurde auf Deutsch geschrieben und ins Griechische übersetzt.

Οι θεατές είναι τόσο προβλέψιμοι
και οι αντιδράσεις τους πάντα κυκλικές...

Στην αρχή είναι έκπληκτοι
και ύστερα απογοητευμένοι,
επειδή η θαυμάσια δύναμή τους
είναι για τους ηθοποιούς ένα παιχνίδι.

Αυτό τους νευριάζει! Τους κοροϊδεύουν!
Το κοινό το ξύπνησαν...
και αυτό οι άλλοι δεν το θέλουν
μου απευθύνονται...

«Κάνε κάτι! Ό,τι θέλεις...
Ας είναι θάνατος, ας είναι τραύμα!»
όμως εγώ δεν μπορούσα τίποτα!
Οι ηθοποιοί είχαν δίκαιο
Τι είδους σφάλμα είναι αυτό
τι είδους κόσμος!

Ο Θεόφιλος Κουιμάνης σπουδάζει στο τέταρτο εξάμηνο στο Τμήμα Γερμανικής Γλώσσας και Φιλολογίας του ΕΚΠΑ. Γράφει με πάθος ποιήματα όχι μόνο στη μητρική του γλώσσα, τα ελληνικά, αλλά στις πιο διαφορετικές γλώσσες. Το ποίημα γράφτηκε στα γερμανικά και μεταφράστηκε στα ελληνικά.



freepik.com



08

ΚΟΛΟΜΝΕ +49 | ΣΤΗΛΗ +49

Frühling in Berlin

Άνοιξη στο Βερολίνο

Dominik Budan

Wir alle wissen, dass der Frühling normalerweise im März beginnt. Aber ist das wirklich so? Nicht ganz - zumindest nicht in Berlin. Man könnte erwarten, dass nach dem langen, kalten, dunklen und grauen Winter die Sonne als Belohnung kommt und die Temperaturen ein bisschen steigen. Aber Berlin hat einen ganz anderen Plan für uns, die hier leben.

Fangen wir von vorne an. Dieser Winter war der kälteste der letzten 16 Jahre, mit Temperaturen bis zu -16 Grad. Das habe ich noch nie erlebt, aber wenn man in Berlin wohnt, erlebt man viele Sachen zum ersten Mal. Schal, Handschuhe, Mütze und dicke Jacke sind ein fester Bestandteil von uns geworden. Viele sind mit Thermosflaschen herumgelaufen, um sich warm zu halten. Die Menschen haben die Freizeit zu Hause verbracht, weil es draußen kaum auszuhalten war. Das Schlimmste waren die kurzen Tage. Es wurde schon gegen 15 Uhr dunkel. Wirklich deprimierend. Man hat keine Energie, Freunde zu treffen, geschweige denn die Zeit mit eigenen Hobbys zu verbringen. Alle waren von Vitamin-D-Mangel betroffen.

Aber endlich ist der März gekommen und mit ihm auch das gute Wetter. Ich sage nicht schönes Wetter, weil das Wetter im März wechselhaft war. Zumindest hatten wir an einem Tag 18 Grad. Für uns war das wie Sommer. Etliche haben sich getraut und T-Shirts angezogen. Ich habe nur eine dünne Jacke angezogen, das finde ich angemessen. Wir wollen dem Wetter gegenüber keinen Extremismus zeigen, sonst würden wir es bereuen. Man sollte Berlin gegenüber nie zu optimistisch sein, sonst wird man mit Regen bestraft. Und so war es, der Regen kam. Alles in allem war der März ein sehr guter Monat. Der sonnigste dieses Jahres.

Όλοι γνωρίζουμε ότι η άνοιξη συνήθως ξεκινά τον Μάρτιο. Αλλά είναι πράγματι έτσι; Όχι ακριβώς, τουλάχιστον όχι στο Βερολίνο. Θα περίμενε κανείς ότι μετά τον μακρύ, κρύο, σκοτεινό και γκριζο χειμώνα, ο ήλιος θα εμφανιστεί ως ανταμοιβή και οι θερμοκρασίες θα ανέβουν λίγο. Όμως το Βερολίνο έχει ένα εντελώς διαφορετικό σχέδιο για εμάς που ζούμε εδώ.

Ας ξεκινήσουμε από την αρχή. Αυτός ο χειμώνας ήταν ο πιο κρύος των τελευταίων 16 ετών, με θερμοκρασίες που έφταναν έως και τους -16 βαθμούς. Δεν το έχω ξαναζήσει, αλλά όταν μένεις στο Βερολίνο, βιώνεις πολλά πράγματα για πρώτη φορά. Κασκόλ, γάντια, σκούφοι και χοντρά μπουφάν έχουν γίνει αναπόσπαστο μέρος της καθημερινότητάς μας. Πολλοί κυκλοφορούσαν με θερμοφόρες για να κρατηθούν ζεστοί. Οι άνθρωποι πενούσαν τον ελεύθερο χρόνο τους στο σπίτι, γιατί έξω ήταν σχεδόν ανυπόφορα. Το χειρότερο ήταν οι μικρές μέρες. Σκοτεινίαζε ήδη γύρω στις τρεις το απόγευμα. Πραγματικά καταθλιπτικό. Δεν έχεις ενέργεια να συναντήσεις φίλους, πόσο μάλλον να ασχοληθείς με τα χόμπι σου. Όλοι υπέφεραν από έλλειψη βιταμίνης D.

Αλλά επιτέλους ήρθε ο Μάρτιος και μαζί του και ο καλός καιρός. Δεν λέω όμορφος καιρός, γιατί ο καιρός τον Μάρτιο ήταν άστατος. Τουλάχιστον είχαμε μια μέρα με 18 βαθμούς. Για εμάς ήταν σαν καλοκαίρι. Πολλοί τόλμησαν και φόρεσαν κοντομάνικα. Εγώ φόρεσα μόνο ένα ελαφρύ μπουφάν, που το θεωρώ πιο λογικό. Δεν θέλουμε να είμαστε υπερβολικοί με τον καιρό, αλλιώς θα το μετανιώσουμε. Δεν πρέπει ποτέ να είσαι υπερβολικά αισιόδοξος με τον καιρό του Βερολίνου, γιατί θα τιμωρηθείς με βροχή. Έτσι κι έγινε, ήρθε η βροχή. Αλλά συνολικά, ο Μάρτιος ήταν ένας πολύ καλός μήνας. Ο πιο ηλιόλουστος αυτού του έτους.

Aber genug davon, wie es war. Jetzt spreche ich darüber, was uns in Berlin erwartet. "April, April macht, was er will", sagt ein Sprichwort in Deutschland. Aber April in Berlin ist wirklich atemberaubend. Alles blüht und die Menschen haben mehr Energie und Lust, etwas draußen zu unternehmen. Parks sind wieder voll, Konzerte werden jeden Tag organisiert, Straßenkünstler sind überall zu sehen, die Spree glänzt im Sonnenlicht und Berlin wird zu einer der schönsten Städte der Welt. Einige Punkte, die man auf jeden Fall in Berlin sehen muss.

Kirschbäume

An mehreren Orten in Berlin kann man Japan im Kleinen sehen. Besonders schön ist der Mauerweg. Dort gibt es viele Bäume und man kann den Duft und die Farbe dieser Bäume genießen. Auch in Teltow und Neukölln ist viel von diesen Bäumen zu sehen.

Spree

Viele vergessen, dass Berlin auch einen Fluss hat und das ist die Spree. Einen Spaziergang entlang des Flusses lässt niemanden gleichgültig. So viele Denkmale und alte historische Gebäude erstrecken sich entlang des Flusses. Auch eine Bootsfahrt ist empfehlenswert.



Fotos aus persönlichem Archiv des Autors/ Φωτογραφίες από προσωπικό αρχείο του συγγραφέα

Όμως αρκετά με το παρελθόν. Τώρα θα μιλήσω για το τι μας περιμένει στο Βερολίνο. «Ο Απρίλης κάνει ό,τι θέλει», λέει μια γερμανική παροιμία. Και ο Απρίλης στο Βερολίνο είναι πραγματικά εντυπωσιακός. Όλα ανθίζουν και οι άνθρωποι έχουν περισσότερη ενέργεια και διάθεση να κάνουν πράγματα έξω. Τα πάρκα γεμίζουν ξανά, διοργανώνονται συναυλίες κάθε μέρα, καλλιτέχνες του δρόμου εμφανίζονται παντού, ο ποταμός Σπρέε λάμπει στο φως του ήλιου και το Βερολίνο γίνεται μία από τις ομορφότερες πόλεις στον κόσμο. Μερικά σημεία που πρέπει οπωσδήποτε να δει κανείς στο Βερολίνο:

Κερασιές

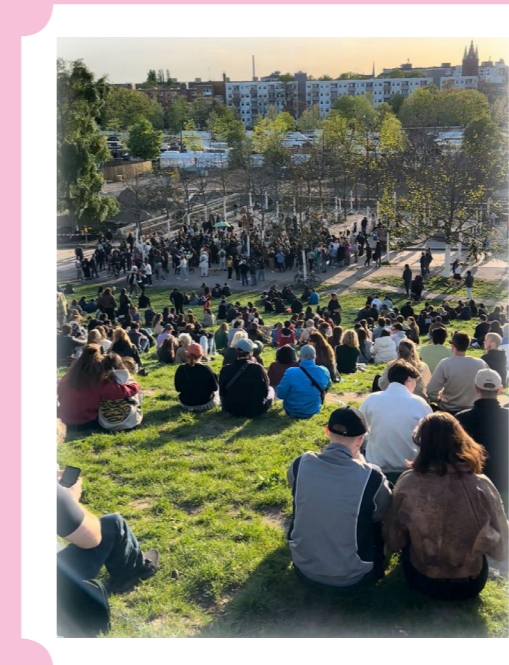
Σε διάφορα σημεία του Βερολίνου μπορεί κανείς να δει μια «μικρή Ιαπωνία». Ιδιαίτερα όμορφος είναι ο δρόμος Mauerweg κατά μήκος του Τείχους. Εκεί υπάρχουν πολλά δέντρα και μπορείς να απολαύσεις το άρωμα και τα χρώματά τους. Επίσης στις περιοχές του Τέλτοβ και του Νόικελν μπορείς να δεις πολλά τέτοια δέντρα.

Σπρέε

Πολλοί το ξεχνούν, αλλά το Βερολίνο έχει και ποτάμι, που λέγεται Σπρέε. Μια βόλτα κατά μήκος του ποταμού δεν αφήνει κανέναν ασυγκίνητο. Τόσα πολλά μνημεία και παλιά ιστορικά κτίρια εκτείνονται κατά μήκος του. Συνιστάται επίσης μια βόλτα με πλοίαριο.

Mauerpark

Live-Karaoke, Tanzshow, Grillen, Konzerte und Straßenkünstler kommen jeden Tag zum Mauerpark, aber am Wochenende wird der Park zu einem großen Open-Air-Club. Meist nach dem Mittagessen strömen die Menschen hin, um die Sonne und die gute Stimmung zu genießen.



Fotos aus persönlichem Archiv des Autors/ Φωτογραφίες από προσωπικό αρχείο του συγγραφέα

Mauerpark

Ζωντανό караόκε, χορευτικά σόου, μπάρμπεκιου, συναυλίες και καλλιτέχνες του δρόμου συγκεντρώνονται κάθε μέρα στο Mauerpark, αλλά τα Σαββατοκύριακα το πάρκο μετατρέπεται σε ένα μεγάλο υπαίθριο κλαμπ. Συνήθως μετά το μεσημεριανό φαγητό, ο κόσμος συρρέει εκεί για να απολαύσει τον ήλιο και την καλή διάθεση.

Tempelhofer Feld

Das riesige Feld mitten in Berlin zieht viele Berliner an sonnigen Tagen an. Wir alle haben schon vom berühmten Flughafen Tempelhof und seiner Aufgabe nach dem Zweiten Weltkrieg gehört. Jetzt ist dieser Flughafen ein beliebter Picknickort für Berliner. Es ist auch möglich Fahrrad oder Rollschuhe zu fahren, Drachen steigen zu lassen und vieles mehr.

Wenn die Sonne kommt, strahlt Berlin mit einer ganz anderen Energie. Energie, die man erleben muss. Deswegen lade ich euch alle ein, Berlin zu besuchen und die Vielfalt dieser Stadt zu genießen. Ich bin mir sicher, dass jeder von euch etwas für sich Interessantes findet.

Und die Temperaturen im Frühling sind gegen 18 Grad, meiner Meinung nach, ideal.

Ta leme paidia! :)

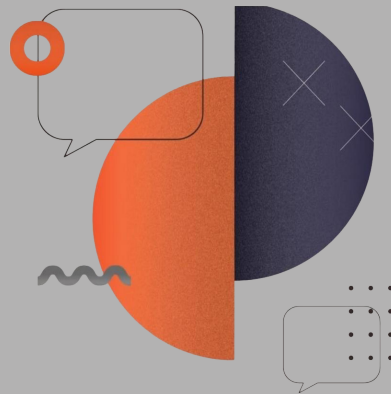
Tempelhofer Feld

Η τεράστια αυτή έκταση στο κέντρο του Βερολίνου προσελκύει πολλούς κατοίκους τις ηλιόλουστες μέρες. Όλοι έχουμε ακούσει για το διάσημο αεροδρόμιο Tempelhof και τον ρόλο του μετά τον Δεύτερο Παγκόσμιο Πόλεμο. Σήμερα, αυτός ο χώρος είναι ένα δημοφιλές σημείο για πικνίκ. Μπορεί κανείς επίσης να κάνει ποδήλατο ή πατίνια, να πετάξει καρταετό και πολλά άλλα.

Όταν βγαίνει ο ήλιος, το Βερολίνο λάμπει με μια εντελώς διαφορετική ενέργεια. Μια ενέργεια που πρέπει να τη ζήσεις. Γι' αυτό σας προσκαλώ όλους να επισκεφθείτε το Βερολίνο και να απολαύσετε την ποικιλομορφία αυτής της πόλης. Είμαι σίγουρος ότι ο καθένας θα βρει κάτι ενδιαφέρον για τον εαυτό του.

Και οι θερμοκρασίες την άνοιξη, γύρω στους 18 βαθμούς, είναι κατά τη γνώμη μου ιδανικές.

Τα λέμε παιδιά!



M.I.L.A.

ΠΕΡΙΟΔΙΚΟ ΓΙΑ ΠΟΛΥΜΕΣΑ, ΔΙΑΠΟΛΙΤΙΣΜΙΚΟΤΗΤΑ ΚΑΙ ΓΛΩΣΣΙΚΕΣ ΕΦΑΡΜΟΓΕΣ
ZEITSCHRIFT FÜR MULTIMEDIA, INTERKULTURALITÄT UND LINGUISTISCHE ANWENDUNGEN
JOURNAL OF MULTIMEDIA, INTERCULTURALISM AND LINGUISTIC APPLICATIONS

ISSN: 2945-2783