DAS STILLE WÖRTCHEN

INFORMATIONSBLATT DES ASTA DER UNIVERSITÄT HAMBURG | AUSGABE #13 | FRÜHJAHR 2026

ZUSAMMENHALTEN TROTZ STRESS UND KRISEN

„STUDIS VERNETZEN SICH“

Sich einsam fühlen: Das kann jeden treffen, egal ob jung oder alt, ob frisch mit dem Studium angefangen oder schon mitten im Master, ob eher intro- oder extrovertiert. Durch die sich schnell verändernden Bedingungen im Uni-Leben und die rasche persönliche Entwicklung in diesem Lebensabschnitt fühlen sich viele Studierende in ihrem Alltag schnell überfordert, unsicher oder ängstlich. Gerade für eine Person, die neu in eine Stadt zieht oder von finanzieller Not betroffen ist, können dies Katalysatoren für Vereinsamung sein. Aber auch durch eine Veränderung der gesellschaftlichen Kommunikations- und Umgangsformen, die derzeitige internationalen Krisenstimmung und nicht zuletzt durch das Erbe von der Covid-19 Pandemie mit ihren Lockdowns, berichten immer mehr Studierende von Einsamkeit. So gaben in einer Umfrage der Bertelsmannstiftung 2024 etwa 49 Prozent der befragten jungen Menschen in städtischen Gebieten an, sich einsam zu fühlen. Jedoch drückt sich Einsamkeit bei allen unterschiedlich aus, mal ist sie sichtbarer, und mal unsichtbarer.

So sind typische Anzeichen von Einsamkeit unter anderem:

Perfektionismus, geringer Selbstwert, Süchte, Depression, Angstzustände oder Schlafstörungen.

Vor allem 19-23-Jährige, Flinta*’s, Erstis, Personen mit Migrationshintergrund, Internationale Studierende sowie LGBTQI+ Personen sind überdurchschnittlich oft von Einsamkeit betroffen.

Das AStA-Projekt „Studis vernetzen sich“ möchte diesem Problem entgegenwirken. Hier habt ihr im Rahmen von verschiedenen Veranstaltungen die Möglichkeit, euch mit anderen Studierenden auszutauschen. Zum Beispiel könnt ihr mittwochs beim Spieleabend ab im Infocafé Leute mit ähnlichen Interessen kennenlernen, oder bei einem Skillshare-Event gemeinsam etwas Neues lernen. Außerdem findet jeden zweiten Sonntag ein Lesecafé statt, in dem ihr in einem gemütlichen Setting Kuchen essen, Lesen und über Bücher reden könnt. Darüber hinaus veranstaltet „Studis vernetzen sich“ noch viele weitere Aktionen, wie Bastelworkshops oder andere Sportangebote, um Leute kennenzulernen. Alle Angebote sind kostenlos, also schaut vorbei!



(K)EIN ENTSPANNTES SOMMER-SEMESTER?

Das Sommersemester startet, die Tage werden länger, die Laune besser. Blöd, wenn dann das Studium und seine bürokratischen Begleiter stressen. Damit Ihr euch nicht mit komplizierten Prüfungsordnungen, dem Wohngeldamt oder Jobcenter rumärgern müsst, geben wir, das Team der Studien-, Rechts- und Sozialberatung, Euch montags bis donnerstags rechtliche Auskünfte und praktische Tipps rund um Euer Studium. Ihr könnt ohne Termin im AStA/VMP5 oder in unserer Onlineberatung vorbeischauen. Die aktuellen Zeiten findet ihr auf unserer Seite. Wir behandeln Eure Informationen vertraulich.

Kommt vorbei, damit Ihr Euch auf die wichtigen Dinge des Studi-Lebens konzentrieren und den Sommer genießen könnt!

FOLGE UNS, UM AUF DEM LAUFENDEN ZU BLEIBEN!

AStA UNI HAMBURG

DER ALLGEMEINE STUDIERENDEN-AUSSCHUSS

asta-uhh.de

astauhh

astauhh

Trotz der Weigerung der rot-grünen Landesregierung, auf die Probleme zu reagieren, gibt es auch positive Entwicklungen. Der Hochschulaktionstag hat gezeigt, dass wir Studierende nicht allein sind. Gemeinsam mit den Beschäftigten, die unsere Uni tragen, haben wir unseren Protest deutlich gemacht.

Das bleibt notwendig, denn das Präsidium spricht bereits jetzt von Kürzungen zwischen 16 % und 24 % bis 2032, ohne Aussicht auf politische Kursänderung. Diese Politik gefährdet sowohl Studienabschlüsse als auch faire Arbeitsbedingungen. Studienbedingungen und Arbeitsverhältnisse hängen eng zusammen, deshalb führen wir den Kampf gemeinsam mit den Beschäftigten und über Fachbereiche hinweg.

Zugleich kritisieren wir den politischen Kurs insgesamt: Die zunehmende Ausrichtung auf Aufrüstung und Kriegsvorbereitung geht zulasten sozialer Bereiche, auch der Hochschulen.

An der Universität Hamburg besteht durch chronische Unterfinanzierung ein Defizit von rund 30 Millionen Euro, während die Bundeswehruniversität eine Milliarde Euro erhält. Den Widerstand gegen die Wehrpflicht verstehen wir daher als Teil eines größeren sozialen Konflikts. Der Kampf gegen Militarisierung steht für uns im Zusammenhang mit dem Einsatz für gute Studien- und Arbeitsbedingungen sowie ausreichende Bildungsfinanzierung.



Unser Ziel bleibt eine Universität mit verlässlicher Lehre, fairen Bedingungen und ohne weitere Kürzungen. Also lasst uns im nächsten Semester gemeinsam weiter für das kämpfen, was uns zusteht: Eine Uni mit guten Studienbedingungen, verlässlicher Lehre und fairen Arbeitsverhältnissen, statt weiterer Kürzungen auf unsere Kosten.

Max aus dem Campusdemokratie Referat

WARUM WIR JETZT DAS „FEMINISTISCHE REFERAT“ SIND: EIN BLICK HINTER DIE NAMENSÄNDERUNG

Vielleicht habt ihr es schon bemerkt: Wir heißen nicht mehr „Alle Frauen*Referat“, sondern „Feministisches Referat“. Dieser Schritt war kein Schnellschuss, sondern das Ergebnis langer Diskussionen und eines Prozesses der Selbstreflexion. In diesem Artikel möchten wir euch erklären, warum wir uns für diesen neuen Namen entschieden haben und warum diese Veränderung so wichtig ist.

FEMINISMUS - EIN OFFENER BEGRIFF

Der Begriff „Alle Frauen*“ legte eine klare Priorität auf Frauen und alle, die sich als Frauen identifizieren. Auch wenn das natürlich weiterhin ein wichtiger Schwerpunkt unserer Arbeit ist, erschien uns die Bezeichnung zu wenig inklusiv. Feminismus bedeutet, patriarchale Strukturen zu hinterfragen, sich für Chancengleichheit einzusetzen und für eine gerechtere Welt für alle zu kämpfen – unabhängig von Geschlecht, sexueller Orientierung, Herkunft oder sozialem Status. Der Begriff „Feministisch“ ist inklusiver, offener und auch zukunftsgerichteter. Er bietet einen Raum, um verschiedene Perspektiven und Lebensrealitäten abzubilden.

EIN NAME, DER VERBINDET

„Feministisches Referat“ bringt deutlicher zum Ausdruck, dass wir uns mit politischen und gesellschaftlichen Fragen auseinandersetzen. Der alte Name „Alle Frauen*Referat“ hat bei manchen Fragen aufgeworfen – insbesondere bei denen, die sich nicht sicher waren, ob sie mitgemeint sind. Unser Ziel ist es, ein Referat für alle FLINTA*-Personen zu sein, egal ob sie sich als Frau, nicht-binär, trans, inter oder agender identifizieren. Feminismus ist für viele immer noch ein polarisierender Begriff. Wir wollen deutlich machen: Feminismus ist keine Bedrohung, sondern eine Einladung, gemeinsam an einer besseren Welt für alle zu arbeiten. Es geht dabei um Solidarität, den Mut Ungerechtigkeiten zu benennen und das Recht auf Gleichberechtigung von Allen.

SPRACHE ENTWICKELT SICH WEITER

„Alle Frauen*“ hat versucht, eine große Bandbreite an Identitäten anzusprechen, doch wir haben gemerkt, dass er an Grenzen stößt. In Gesprächen mit Studierenden, Aktivist*innen und anderen Referaten wurde uns klar, dass eine inklusivere Bezeichnung nötig ist, um die Vielfalt feministischer Kämpfe besser abzubilden. Es ist uns dabei wichtig, dass sich alle FLINTA*-Personen dem FemRef zugehörig fühlen können. Es ist ein Name, der niemanden ausschließen soll und klar Position bezieht.

WAS BLEIBT UND WAS NEU IST

Wir setzen uns weiterhin für die Interessen von FLINTA* und marginalisierten Gruppen ein, bieten Workshops und Vernetzungsmöglichkeiten an. Wir wollen Diskussionen anstoßen und Menschen ermutigen, Teil einer feministischen Bewegung zu werden.

Wenn ihr Fragen, Anregungen oder Kritik habt, freuen wir uns immer über Austausch. Der neue Name ist ein Statement, aber auch eine Einladung. Lasst uns darüber sprechen, was Feminismus heute bedeutet und wie wir ihn gemeinsam gestalten können.

Euer Feministisches Referat (FemRef)

KAMPF DEN KÜRZUNGEN

Nach dem bundesweiten Hochschulaktionstag, bei dem in Hamburg über tausend Beschäftigte und Studierende demonstrierten, bleibt der Kampf gegen die Kürzungen dringend. Nach unserem Statement, Studieninteressierten von der Uni Hamburg abzuraten, äußerte sich auch Wissenschaftssenatorin Blumenthal entsprechend. Die Folgen sind klar: Im Sommersemester wird es erneut weniger Seminare geben, und Plätze werden noch knapper.

AStA Uni Hamburg, Von-Melle-Park 5, 20146 Hamburg, V.i.S.d.P.: Mila Danlowski; Redaktion: Emily Pogson, Mila Danlowski, Jonas Evers, Shweta Sachdeva, Emily Zielke; Illustrationen: Emily Pogson