

## Zwischen Noten und der Angst vor dem eigenen Versagen

**Die Prüfung fängt an: Dein Herz rast, deine Hände zittern, du beginnst zu schwitzen. Du schaust auf das Blatt und denkst – nichts. Absolut nichts. Gähnende Leere. Das Wissen? Ade. Der Blackout lässt grüssen. Eine grauenhafte Situation, in der sich sicher einige schon einmal befunden haben. Was das ist, woher das kommt und was dagegen hilft, erfährst du hier.**

**Jill Ebnöther**

Wenn dir die oben geschilderte Situation bekannt vorkommt, hast du sehr wahrscheinlich Prüfungsangst. Die Ursachen von Prüfungsangst können sehr individuell sein. Die Erwartungen an sich selbst und auch wahrgenommene externe Erwartungen spielen aber oft eine Rolle. So führen beispielsweise hohe Selbstansprüche und Perfektionismus zu mehr Druck und Nervosität; man hat Angst vor einer schlechten Leistung. Angst vor dem Versagen. Einige Studien (siehe Abbildung «Stress-Studie 2021 von Pro Juventute», S. 3) gehen davon aus, dass sogar mehr als jedes dritte Kind gestresst ist.



Forsetzung auf Seite 2.

## KKNNews sucht Nachwuchs

Hast du Lust Artikel zu schreiben, Interviews zu führen oder Websites zu gestalten? Melde dich gerne unter [redaktion@kknews.ch](mailto:redaktion@kknews.ch), falls du interessiert bist oder weitere Fragen hast. Wir treffen uns alle paar Wochen, und da uns diesen Sommer einige Leute verlassen, wären wir im Moment besonders froh um neue Mitglieder.

## Wort der Ausgabe

### «Camp»

Eine besonders übertriebene, ironische und theatralische Form des Drag, bei der bewusst mit Klischees, Künstlichkeit und „schlechtem Geschmack“ gespielt wird. Der Stil ist oft schrill, humorvoll und überinszeniert – ganz im Sinne der Camp-Ästhetik, die Übertreibung, Künstlichkeit und Ironie feiert.

## 26. Juni: World Refrigerator Day

Gegen die Sommerhitze: Romeo Lenzlinger berichtet über den Tag der Kühlschränke. S. 5.

Fortsetzung von Seite 1:

Das ist viel, um nicht zu sagen: zu viel. Dabei muss man aber festhalten, dass das Schulklima heute deutlich angenehmer ist als früher: Die Schüler/innen und Lehrpersonen begegnen sich gegenseitig mit Respekt und das Lineal wird ausschliesslich zum Zeichnen gebraucht und nicht als Schlagstock. Dennoch scheint der Stress der Lernenden nicht kleiner geworden zu sein. Immer wieder stellen die Noten einen grossen Druckfaktor dar. Schulnoten verführen zum Vergleich. Oder nein, besser gesagt dienen sie sogar dazu! Noten zeigen Lernenden, wo sie – auch im Vergleich zu anderen – stehen und in welchen Bereichen sie sich verbessern müssen. Sie sind ein bewährtes Mittel der schulischen Einstufung, sei es für Schule, für Berufe oder für Lehrbetriebe. Letztere können auch auf Noten zurückgreifen, wenn sie sich ein Urteil über schulische Leistungen bilden müssen. Eine Konkurrenzsituation zu schaffen, ist jedoch nicht der Auftrag der Notengebung.

**«Die Note ist eine Bewertung, keine Beurteilung.» – Hanni Lötcher (PH Luzern)**

Noten *bewerten* Leistungen. Sie stellen keine exakten *Messungen* dar, die den Leistungsstand objektivieren und vergleichbare Informationen über das Leistungsvermögen von Lernenden bieten könnten. Noten per se definieren eine Person nicht, sie sagen nichts über den Wert als Person aus, lediglich wie man seine Prioritäten setzt. Unser Schulsystem orientiert sich sehr an Leistung. Das erzeugt Druck. Aber auf keinen Fall sollte man einen Selbstwert von seinen Leistungen abhängig machen. Auch wenn man nicht die Note erreicht, die man sich wünscht, kann man mit sich zufrieden sein. Vielleicht hat man nicht alles gewusst, aber Fehler sind ja da, um aus ihnen zu lernen.

### **Ursachen, und wieso ein Blackout schützt**

Der Druck bei Tests beginnt im Kopf. Nicht die Prüfung ist das Problem, sondern die Einstellung dazu: die Angst vor den Konsequenzen des Scheiterns. Was passiert, wenn ich die Prüfung nicht schaffe? Wie werden meine Klassenkameraden reagieren, meine Lehrer, wie meine Eltern? Diese Angst kann zu einer Denkblockade führen, besonders häufig passiert dies bei Menschen mit mangelndem Selbstbewusstsein.

Diese Denkblockade ist die schlimmste Form der Prüfungsangst. Ausgelöst wird der Blackout durch einen zu hohen Stresshormonspiegel. Enorme Mengen von Stresshormonen (u.a. Cortisol) werden ausgeschüttet. Diese versetzen den ganzen Körper in einen Erregungszustand. Atemfrequenz und Blutdruck steigen und die Muskeln werden besser durchblutet. Das war früher wichtig, als sich Menschen schnell entscheiden mussten, ob sie kämpfen wollten oder doch lieber fliehen. Die Stresshormone wirken aber auch auf das Gehirn, besonders auf den Hippocampus. Diesen Teil des Gehirns benötigen wir für das Abspeichern von Informationen, sowie um Erinnerungen abzurufen. Der Hippocampus reagiert zunächst mit einer Leistungssteigerung(!), wenn wenig von diesen Stresshormonen im Blut ist. Steigt das Level aber stark an, ist es zellschädigend, was bedeutet, dass Zellen im Hippocampus absterben oder irreversibel geschädigt werden. Um sich zu schützen, schaltet sich der Hippocampus manchmal komplett aus. Die Nervenzellen reagieren nicht mehr, leiten keine Informationen mehr weiter und rufen auch keine mehr ab. Ergo: Die betroffene Person erinnert sich nicht mehr an die Informationen. Folglich könnte man einen Blackout auch als eine Schutzmassnahme gegen Zellschädigung bezeichnen, auch wenn er für uns sehr unangenehm ist.

### **Wieso ein bisschen Nervosität sogar hilfreich sein kann**

Da bei leichter Nervosität die Durchblutung des Gehirns gesteigert wird, sorgt dies wiederum dafür, dass man gelernte Inhalte zum richtigen Zeitpunkt aus dem Gedächtnis abrufen kann. Auch wenn man beispielsweise einen Abend vor der Prüfung lernt, ist man gestresst, kann dann aber dadurch oftmals um einiges effizienter arbeiten. Die Angst vor einer Prüfung kann also – in geringer Dosis – durchaus positiv wirken: Sie führt zu einer erhöhten Leistungsfähigkeit bzw. Konzentration und ist unter Umständen sogar hilfreich. Bei sehr starker Nervosität bzw. Blackout hilft das natürlich nicht. Die gute Nachricht: Es gibt Tricks, mit denen du deine Nervosität loswerden, ihr vorbeugen und somit einen Blackout vermeiden kannst.

### **Tipps gegen Nervosität**

Stell dir etwas Lustiges vor. Denke beispielsweise,

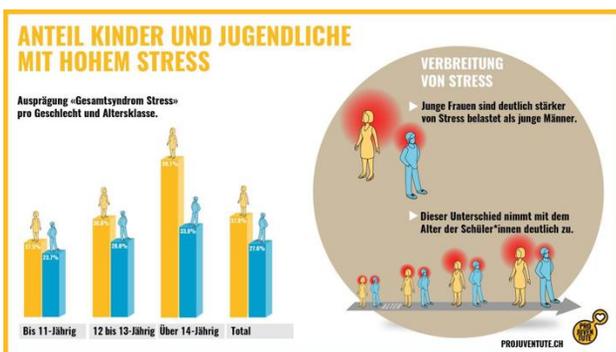
dass all deine Mitschüler Fische in einem Aquarium sind oder alle Taucheranzüge anhaben. Bestimmt musst du dann innerlich lachen – das lockert dich auf. Sag dir, dass alles nicht so schlimm ist, dass du gut gelernt hast und gut vorbereitet ist. Mach eine kurze Pause und denk an etwas ganz anderes. Auch helfen bewusste Atemübungen wie beispielsweise die «7-5-3 Atmung». Bei dieser Übung geht es darum, dass man 7 Sekunden lang einatmet, 5 Sekunden lang die Luft anhält und dann 3 Sekunden lang ausatmet. Auch kann das Visualisieren helfen. Stell dir vor, dass du das Referat oder deine Prüfung bereits geschafft hast, wie du glücklich bist, weil du die Aufgaben konntest und jetzt entspannt bist. Das Beste, um Nervosität gut vorzubeugen, ist und bleibt aber gute Vorbereitung. Die Vorbereitung ist der Schlüssel, denn: Bereitest du dich gut vor, gewinnst du an Sicherheit und Angst kann so nicht (oder zumindest nicht so stark) aufkommen.

einigen Primarschulen weitgehend auf Noten verzichtet und ab 2026 soll das in der ganzen Stadt so sein. Die Note schliesse einen langen Lernprozess ab. Sie reduziere die Beurteilung auf eine einzelne Ziffer. Aus Sicht des Stadtrates sei eine differenzierte Beurteilung ohne Noten wirksamer und nachvollziehbarer. Beurteilt wird mit Worten, ohne Noten unter dem Jahr oder dem Semester. Es gäbe viele Lerngespräche und die Lehrer würden Rückmeldungen geben, welche teilweise auch schriftlich an die Eltern gelangen, damit diese wüssten, wo ihre Kinder in etwa stünden. Luzern will eine fokussierte Beurteilung, die den Fokus auf Förderung setzt, und dass ein langer Lernprozess am Ende nicht einfach mit einer Ziffer abgeschlossen wird. Klar ist aber: Nicht verzichten kann Luzern auf ein Zeugnis mit Noten am Ende des Semesters. Das sei im kantonalen Lehrplan vorgeschrieben.

### Eltern sind dagegen

Wie umstritten das Thema Noten ist, zeigte sich 2022 im Kanton Zürich. Was die Stadt Luzern jetzt einführt, hat der Kantonsrat hier gegen den Willen des Zürcher Bildungsrats verboten. Zürcher Lehrer/innen dürfen ab der zweiten Primarschulklasse keine alternativen Bewertungssysteme einsetzen. Der Grund dieses Beschlusses seien die Bedürfnisse der Wirtschaft und der Eltern. Für uns würde dieses System also (vorerst) nicht infrage kommen. Anlässlich einer Umfrage an den Basler Schulen im Jahre 2024 zeigte sich, dass 71,9% der befragten Eltern gegen die Abschaffung von Noten in der Primarschule waren. So auch in Würenlingen (Kanton Aargau). Für alle notengestressten Schüler gibt es Hoffnung im Kanton St. Gallen, wo man versucht eine Mischung als Lösung zu finden. Es würden einige Fächer jedoch auch dort weiterhin benotet werden, andere jedoch wie Werken oder Musik (nur) mit Hilfe von sprachlichen Beurteilungen. Zwischen Tradition und Veränderung zeigt Luzern aber, dass Lernen auch ohne Noten gelingen kann – wenn man den Mut hat, neu zu denken.

Quellen: [www.projuventute.ch/de/stress-studie](http://www.projuventute.ch/de/stress-studie);  
[www.bildungschweiz.ch/detail/noten-oder-die-geschichte-eines-missverstaendnisses](http://www.bildungschweiz.ch/detail/noten-oder-die-geschichte-eines-missverstaendnisses)



### Wie steht es um Alternativen zur Linderung des Notendrucks?

Tatsächlich werden Noten zur Bewertung von Tests und Leistungen immer häufiger infrage gestellt. Sie sollen schlecht zur individuellen Förderung passen und vermitteln nur scheinbar Objektivität. Immer lauter werden Forderungen nach Abschaffung der Noten, und es gibt Zweifel daran, ob diese Form der Leistungsbeurteilung sinnvoll und noch zeitgemäss sei. Aber: Was gibt es denn für alternative Möglichkeiten?

Schulnoten als Bewertung von Schüler/innen gibt es in der Schweiz seit über 100 Jahren. Noten seien zwar klar und verständlich – aber nicht mehr zeitgemäss, meinen verschiedene Behörden der Stadt Luzern. Denn dort wird jetzt bereits an

## Microfeminism – Small but mighty

Olivia Lane

Microfeminism is a relatively new and quickly evolving movement. It focuses on small, everyday acts of resistance against gender inequality. It aims at subtle interpersonal behaviours and minute decisions that challenge sexism. Not everyone has the ability to engage in large-scale activism, but with the tiny acts of microfeminism, anyone anywhere has the chance to help the change. Additionally, it's quite useful in conservative spaces, where microfeminist acts can disrupt enough, but don't cause a huge uproar. These micro-level changes can reshape culture and expectations, especially in workplaces or schools.

There are arguments against microfeminism, since it can become a very superficial thing, where people only do it to seem more progressive and as if they've «done their part» to help. Additionally, these small acts won't change the world, meaning the large-scale activist movements are more effective and it's important to join these too. Microfeminism is often easier for those with more privilege—like white, straight, or middle-class women. For others, like Black, Muslim, or trans women, even small acts can carry more risk. That's why microfeminism should look different for different people—and include all forms of subtle resistance, from speaking up to simply existing boldly in spaces that weren't made for you.

Microfeminism won't replace structural activism, but it's one of the many tools that can chip away at inequality in our everyday lives. Here are 15 examples for you to use:

1. If you're talking to someone about their boss, doctor, etc., assume it's a she.
2. Walking down the street, don't get out of the way of a man.
3. Watch more women's sports.
4. If you're explaining something and need an example, use a woman or just use the female form (e.g. Kolleginnen, Ärztinnen, etc.).
5. Name the woman first (e.g. Jessica and her husband, Tina and her boyfriend).
6. If a man gets rude or angry, say something like: «I'm sorry, I didn't mean to make you emotional!» or «No need to get hysterical!»
7. Say «ladies and sons of ladies» when addressing a large group.
8. If you're researching something, make sure to use a female's work.
9. If you're like reacting to someone mansplaining again, ask «Do you have a further question on this?» or «Would you like to go through the subject again to understand it better?» And follow with «I already know this quite well, so if you want help, I'm always here.»
10. If a man repeats something you've already said, say: «Good, now you've understood it, too.»
11. «Mann am Steuer, das wird teuer.»
12. Ask if men only watch men's sports because they think the boys look good, since they don't watch women's sports...
13. If a man interrupts you, use: «Welcome to my sentence.»
14. «If a man can do it, then it can't be that hard.»
15. Use a women's last name to refer to her and a men's first name, usually it's the other way round (e.g. not Berset and Viola, but Alain and Amherd).

## 26. Juni: Tag der Kühlschränke

**Jedes Jahr am 26. Juni wird der Tag der Kühlschränke gefeiert. Auch wenn das erstmal unwichtig klingt, steckt doch mehr dahinter, als man denkt.**

### Romeo Lenzlinger

Der Kühlschrank ist eines der unscheinbarsten, aber doch wichtigsten Dinge in unserem Alltag. Ohne ihn könnten wir zahlreiche Lebensmittel nicht lange aufbewahren und viele Gerichte wären gar nicht vorstellbar. Milchprodukte, Fleisch, Fisch, Salat, Gemüse, Früchte, Fertiggerichte und so gut wie alle Desserts – sie alle müsste man ohne Kühlschränke sehr schnell (teils in wenigen Stunden nach der Herstellung) essen, damit sie nicht schlecht werden. Die Erfindung des Kühlschranks war ein Meilenstein für die Lebensmittelsicherheit: Die Kühlung verhindert, dass sich Bakterien und Schimmelpilze schnell vermehren und verlängert so die Haltbarkeit von Lebensmitteln.

Der erste elektrische Kühlschrank für den Haushalt wurde 1913 in den USA erfunden. Damals war er noch ein Luxusgut, heute findet man ihn in fast jedem Haushalt weltweit. Der Kühlschrank funktioniert nach einem einfachen, aber raffinierten Prinzip: Er entzieht dem Innern Wärme und leitet diese nach aussen ab. In den Kühlrohren zirkuliert ein spezielles Kühlmittel. Dieses verdampft bei niedriger Temperatur und entzieht dabei der Umgebung, also dem Innern des Kühlschranks, die Wärme. Der Kompressor (eine Art Pumpe) presst das verdampfte Kühlmittel zusammen, wodurch es sich wieder verflüssigt und wieder zurück in das System gepumpt werden kann.

Um den Kühlschrank zu feiern, findet seit 2019 am 26. Juni der «World Refrigeration Day» statt, weil dieser Tag der Geburtstag von Lord Kelvin ist: Lord Kelvin war ein schottischer Physiker und Pionier der Thermodynamik. Heute noch ist «Kelvin» eine Einheit in der Physik.

Noch ein paar Fun Facts zu Kühlschränken: Durchschnittlich öffnen wir den Kühlschrank 20–30 Mal pro Tag! Oft ohne wirklich zu wissen, was wir wollen. Und in Japan gibt es sogar Kühlschränke mit eingebautem Sprachassistenten.



Kühlschrankwerbung im Magazin *The Ladies' Home* (1948).

# SUMMMER HOROSKOP




Sommer drink: Mojito  
Sommer accessory: Krokodil-  
floatie  
Sommer destination: Mallorca



Sommer drink: Espresso Martini  
Sommer accessory: Tanning oil  
Sommer destination: Malediven



Sommer drink: Pornstar martini  
Sommer accessory: Schwimmflügeli  
Sommer destination: Marokko



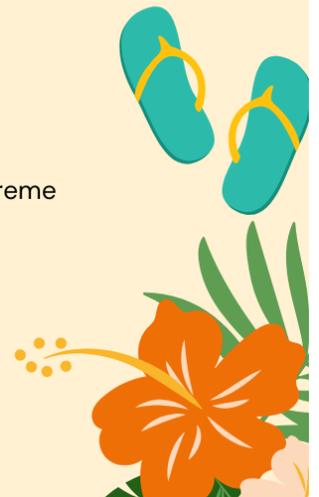
Sommer drink: Piña Colada  
Sommer accessory: Flamingo-floatie  
Sommer destination: Bali



Sommer drink: Hugo  
Sommer accessory: Flip-flops  
Sommer destination: Süd-Frankreich



Sommer drink: Aperol Spritz  
Sommer accessory: Sonnencreme  
Sommer destination: Chile





Sommer drink: Margarita  
Sommer accessory: Geflochtenes Armband  
Sommer destination: Griechenland



Sommer drink: Sex on the Beach  
Sommer accessory: Strandtuch  
Sommer destination: Thailand



Sommer drink: Sangria  
Sommer accessory: Sonnenbrille  
Sommer destination: Sevilla



Sommer drink: Tequila sunrise  
Sommer accessory: Bauchkette  
Sommer destination: Bahamas



Sommer drink: Daiquiri  
Sommer accessory: Book  
Sommer destination: Copenhagen



Sommer drink: Strawberry mojito  
Sommer accessory: Nail polish  
Sommer destination: Cape Town

## Spanienreise

**Olivia Lane**

Nach der langen Reise, welche früh am Morgen desselben Tages begonnen hat, steigen wir aus dem Reisebus und merken direkt, dass wir alle viel zu warm angezogen sind. Die Sonne scheint, überall stehen Orangenbäume und die Luft riecht nach Sommer. Zu denken, dass es zuhause wahrscheinlich etwa 8 Grad und regnerisch ist, macht das Ganze noch besonderer.

Die ersten Tage in Sevilla flogen nur so an uns vorbei. In der wunderschönen Wärme entdeckten wir in wenigen Tagen alles, was es dort zu sehen gibt: die Plaza de España, die Kathedrale, die Patio de los Naranjas. Eines hatten wir danach sicherlich alle gemeinsam, am Abend schmerzten die Füße extrem. Bald ging es schon weiter nach Córdoba, wo wir direkt in unsere Gastfamilien eingeteilt wurden. Alle wurden wir mit Besos und Abrazos begrüßt, wie man es in Spanien typischerweise macht. Jeden Morgen besuchten wir von 09:00-13:30 Uhr die Sprachschule. Nach einem kurzen Mittagessen in den Familien ging es nachmittags direkt mit unseren Tourguides Eugenia Ambühl und Gustavo Barreiro weiter, um Córdoba zu entdecken. Diese Führungen zeigten uns die Vielfalt dieser Stadt, die wunderschöne Judería, die Mezquita, die hübschen königlichen Gärten und vieles mehr.

Am Abend erlebten wir die Stadt aber richtig, denn zum Essen mussten wir erst um neun Uhr zurück sein. Wir hatten also die Freiheit, die Stadt auf eigene Faust zu erkunden und dabei auf kleine Geschäftchen, Restaurants oder hübsche Sehenswürdigkeiten zu stossen. Die Tage gingen viel zu schnell vorbei. Am letzten Abend durften wir länger in der Stadt bleiben und organisierten zusammen ein Abendessen. Wir hatten eine tolle Zeit in unserer Gruppe und genossen unsere Woche in der Sonne, die wir uns nach 4 Jahren Voci-Prüfungen und Grammatik lernen mehr als verdient haben.



## Ist nachhaltige Mode wichtiger als je zuvor?

**Lily-Marie Hartmann**

In unserer Zeit ist es wichtiger als zuvor, auf nachhaltige Mode umzusteigen. Wir hinterlassen mit der sogenannten Fast Fashion einen sehr grossen CO<sup>2</sup>-Fussabdruck. 87% unserer Textilabfälle werden auf Mülldeponien entsorgt oder verbrannt. Um Fast Fashion zu reduzieren und nachhaltiger mit Mode umzugehen, fand dieses Jahr am 10. Mai im Kunsthau wieder der «annabelle x Miele Swap» statt. Man kann gut erhaltene Kleider an drei Tagen an verschiedenen



Sammelstellen abgeben und bekommt im Gegenzug Jetons. Die Jetons sind jedes Jahr gültig und können gegen Kleidungsstücke eingetauscht werden. Es ist eine sehr gute Möglichkeit, den Kleidungsstücken eine zweite Chance zu geben und selbst neue Sachen aus zweiter Hand zu finden.

Es ist sehr wichtig in der heutigen Zeit, auf eine Form von nachhaltiger Mode umzusteigen und nicht immer das neuste Trendpiece zu kaufen. Der Swap ist eine Möglichkeit, «neue» Kleidung zu erstellen und etwas Gutes für die Umwelt zu tun.

## Protect the Dolls

Olivia Lane

The «protect the dolls» movement centres around a fashion activism slogan supporting trans women-«dolls.» Within the transgender and transfeminine communities, it is seen as a term of endearment, tracing back to the 1980s NYC ballroom scene.

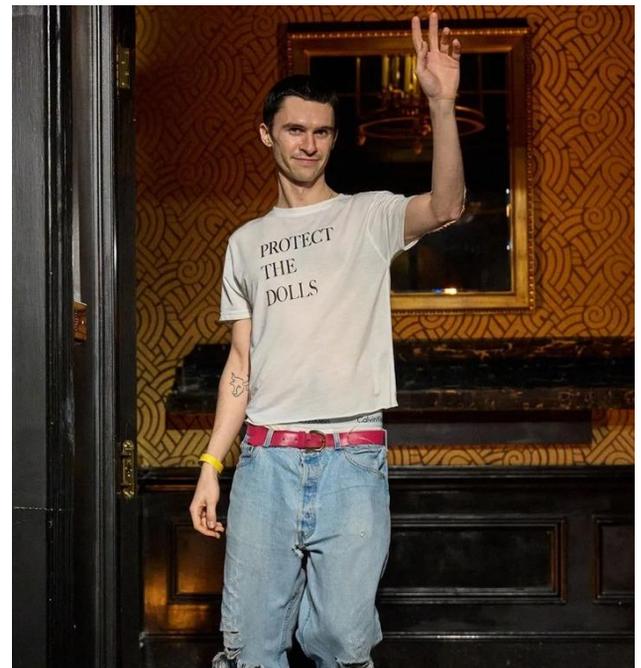
It became increasingly popular in the first few months of this year. It began with the designer Conner Ives, creating a slogan t-shirt at the last minute before his London Fashion Week show on 23 February 2025. He was working from a dead stock white t-shirt. He then went on to wear it as he took his final bow. It is a reaction to the challenges members of the LGBTQ community are currently facing, advocating mainly for the trans community. The phrase «protect the dolls» reclaims a term that uplifts femininity in transfeminine identity, turning affection into activism. The t-shirt went viral overnight with over 2'500 orders by mid-April 2025 and has sold multiple drops. It raised a total of over 250'000 dollars for TransLifeline, a peer-led trans crisis hotline.

The surge of the t-shirt came in the middle of increasing legal hostility towards trans rights. There are executive orders invalidating gender-affirming care, blocking trans military service and rollbacks in legal protections in the U.S and the U.K. Ives described the slogan as an urgent, emotional call to protect trans women, who face rising threats and anti-trans legislation globally. Conner even said in an interview with Vogue: «When I think of the challenges that trans people in the States are facing right now, I just keep thinking about how scared I was when I was a 12-year-old gay white boy in upper-middle-class suburb of New York City, let alone a trans girl in the middle of America under an

administration that's basically telling her that she doesn't exist.» The movement exemplifies how fashion can operate as a form of protest: clean, emotional messaging delivered through high-visibility platforms and celebrity backing.

There have been many celebrities seen wearing the t-shirt, including Pedro Pascal, who wore it at his 50<sup>th</sup> birthday and the *Thunderbolts* premiere and Troye Sivan, who wore it during his Coachella performance.

«Protect the dolls» is a potent reminder of how something as simple as a t-shirt can become a symbol of solidarity, visibility, and resistance, empowering marginalised communities by reclaiming language and reshaping narratives.



---

# Künstliche Intelligenz – Fluch oder Segen?

**Künstliche Intelligenz ist längst nicht mehr eine Zukunftsidee, sondern sie ist in unseren Alltag eingebettet. Siri oder Alexa dienen als Sprachassistenten, ChatGPT löst die Hausaufgaben oder sonstige Dinge. KI verändert unsere Welt. Ist dieses jetzt aber ein Fluch oder ein Segen?**

**Adriana Lüder**

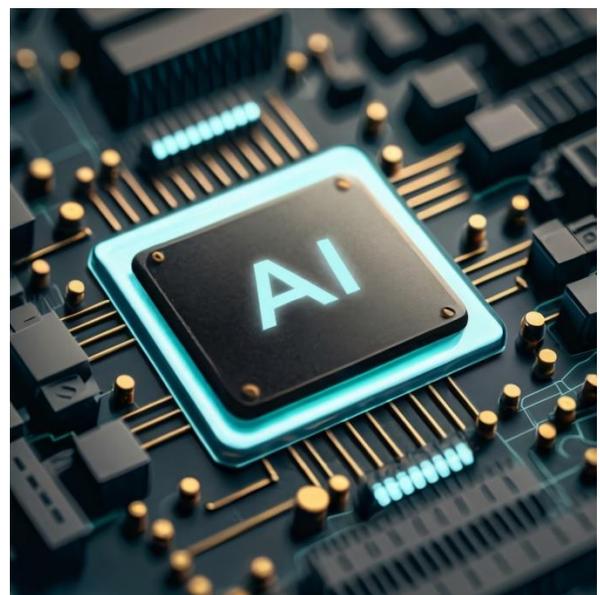
Viele sehen KI als grosse Hilfe an. Apps wie Duolingo oder ChatGPT können beim Lernen unterstützen, schwierige Themen erklären und bei Testvorbereitung helfen. Manchen Schüler\*innen hilft ChatGPT auch bei Tests. Außerdem wird KI in der Medizin, bei der Umweltforschung und bei komplexen technologischen Angeboten eingesetzt. Sie hilft, Probleme schneller zu lösen, als es Menschen allein könnten.

Jedoch gibt es auch eine negative Seite dieser bezaubernden Technologie. Wer zum Beispiel Hausaufgaben komplett durch KI erledigen lässt, lernt am Ende wahrscheinlich weniger. Viele denken sich jetzt: „Das ist mir doch egal.“ Es ist aber nur eine kurzfristige Lösung für ein kleines Problem. Später im Leben braucht man diese Kleinigkeiten, die man selbst nicht gemacht hat, und hat dann Lücken für etwas viel Größeres. Auch Lehrer erleben eine neue Herausforderung. Wie können sie erkennen, ob eine Arbeit wirklich von den Schüler\*innen geschrieben wurde oder ob es eine KI war? Zudem gibt es natürlich die Sorge, dass KI unsere alltäglichen Berufe entnehmen kann und viele somit arbeitslos wären und nichts zu tun hätten.

Ob KI jetzt ein Segen oder ein Fluch ist, hängt davon ab, wie man damit umgeht. Richtig und moderat genutzt, kann es unseren Alltag erleichtern. Sie sollte aber nicht unser eigenes Denken und Hinterfragen ersetzen. Vielleicht sollten sich Leute nicht unbedingt fragen, ob KI gut oder schlecht ist, sondern wie sie KI verantwortungsvoll einsetzen sollten. KI wird beispielsweise verantwortungsvoll in der Schule eingesetzt, wenn man Feedback zu einer Aufgabe oder zu einem Text bekommen will.

KI kann jemandem beim Erklären von Konzepten helfen oder sie kann einem Musterlösungen geben, damit man seine eigenen vergleichen kann.

Man muss sicher vorsichtig mit KI umgehen und selbst schauen, wie viel man sich von ihr helfen lassen will. Denn in Prüfungen und anderen wichtigen Ereignissen muss man selbst auf Ideen kommen. Also muss man den Stoff schlussendlich selbst können.



## Secret Tools of KKN: Schulpulte von morgen

**Es dient als Schreibunterlage und Schlafstütze, Theaterrequisit und Spickversteck. Über das vielleicht wichtigste Objekt der Schulzeit: das Schulpult.**

**Leander Diener**

Während wir uns früher noch über verkratzte Holzplatten und geheimnisvolle Kaugummis unter dem Tisch beschwerten, wird das Schulpult der Zukunft weniger ein Möbelstück als vielmehr ein hyperintelligenter Lebensbegleiter sein. Die Schule von morgen ist entsprechend ein Ort der Wunder oder der Alpträume, je nachdem, wen man fragt.

Stellen wir uns also vor, wie das aussieht, wenn Lehrer:innen und Tech-Nerds gemeinsam an der ultimativen Lemmaschine basteln. Zunächst einmal: Das Pult wird uns sehen. Nicht nur im Sinne von «da liegt ein Stift drauf», sondern mit echter Gesichtserkennung.

Fortsetzung auf Seite 12.

## Buchbesprechung zu «Lázár» von Nelio Biedermann

**Stephan Winiger, Buchhandlung WOLF Küsnacht**

Im September erscheint der dritte Roman des 23-jährigen (!) Nelio Biedermann von der Silberküste des Zürichsees.

Was soll ich sagen? Dieser Roman ist ein Monument, Weltliteratur!

Als Ganzes, das sich aus hunderten Passagen zusammensetzt, die, jede für sich genommen und von Lebensklugheit durchdrungen, wunderbar zu lesen sind. Jeder Satz sitzt.

Enorm einprägsame Bilder. Kaum zu glauben, dass der Autor dieses Romans erst 23 Jahre alt ist. In über zwanzig Ländern wird Lázár erscheinen. Daniel Kehlmann nennt den Roman einen Donnerschlag.

Ich sehne den 9. September herbei, wenn ich Lázár allen, allen empfehlen und verkaufen kann.

Der Roman handelt von der adligen ungarischen Familie derer von Lázár und erstreckt sich über 56 Jahre, von 1900 bis 1956, als Istvan, genannt

Pista und seine Schwester Eva in die Schweiz fliehen, an den Zürichsee mit den grellweissen Schwänen und den verschneiten Bergen am Horizont. Die Eltern, Ilona und Lajos, bleiben in Budapest zurück. Der Grossvater, Sandor, ist schon vor vielen Jahren im Waldschloss der Familie gestorben.

Biedermann erzählt klassisch, gradlinig, chronologisch. Das ermöglicht, beim Lesen, unabgelenkt von irgendwelchen Sperenzchen, in die Geschichte einzutauchen und einfach nur zu geniessen.

Nelio Biedermann: Lázár, Rowohlt 2025, 336 Seiten, CHF 35.90

Nelio Biedermann wird am Donnerstag 6. November seinen Roman in der WOLF-Buchhandlung vorstellen – nicht verpassen!

-----  
**Ja, ich möchte zwei Tickets für den  
 Bücherabend mit Nelio Biedermann  
 gewinnen!**

Name.....

.....

Mailadresse.....

.....

Fortsetzung von Seite 11:

Betrittst du morgens das Klassenzimmer, begrüsst dich dein Pult persönlich. Vielleicht sogar mit Namen, falls die Schul-Cloud nicht gerade wieder gehackt wurde: «Guten Morgen. Deine Mathe-Hausaufgaben wurden nicht eingereicht. Soll ich deinen Eltern schon mal eine Vorwarnung schicken?» Dank eingebauter Stimmungsanalyse erkennt es auch sofort, wenn du eigentlich nur verschlafen hier rumhängst, und passt den Schwierigkeitsgrad der Aufgaben entsprechend an. «Ich sehe, heute ist kein Tag für Differentialrechnungen. Wie wäre es stattdessen mit ein bisschen... Malen nach Zahlen?» Die Oberfläche des Pults ist natürlich ein riesiger Touchscreen. Wer versucht, heimlich Spiele zu zocken, bekommt sofort eine Warnung: «Ich weiss, dass du GeoGuessr spielst. Das ist lustig, weil du in echter Geografie ungenügend bist.»

Doch das Pult der Zukunft ist nicht nur ein strenger Aufpasser, es ist auch ein fürsorglicher Begleiter. Es erkennt, wenn du unruhig wirst, und lässt die Tischplatte sanft vibrieren – nicht genug, um dich abzulenken, aber genau richtig, um dich daran zu erinnern, dass du eigentlich aufpassen solltest. Und falls du doch mal einnickst, gibt es eine sanfte elektrische Ermunterung – vielleicht ein «motivierenden Stromstoss» –, damit du wieder bei der Sache bist.

Natürlich wird alles vernetzt sein. Die Tische tauschen untereinander Daten aus, sodass die Lehrperson sofort sieht, wer gerade zusammenarbeitet oder wer heimlich die Antworten kopiert. Gruppenarbeit entsteht nicht mehr durch Zufall, sondern durch Algorithmus: «Du arbeitest heute mit einer anderen Person. Nein, du kannst dich nicht beschweren, das System sagt, ihr ergänzt euch lemsynergetisch.» Und wenn du denkst, du könntest dich einfach zurücklehnen und die anderen machen lassen, korrigiert dich das Pult sofort:

«Deine Beteiligungsrate liegt bei 12%. Bitte heb jetzt mal die Hand!»

Nachhaltigkeit wird grossgeschrieben – das Pult lädt sich selbst durch Solarzellen oder kinetische Energie auf. Eventuell ist eine Kooperation mit Solécole möglich. Die Oberfläche besteht aus recycelten Ozeanplastik und alten Schulbüchern, was ihr einen leichten Geruch nach Hoffnung und veraltetem Wissen verleiht. Und wenn es kaputtgeht, baut es sich selbst ab, biologisch abbaubar, versteht sich.

Doch was, wenn das System abstürzt? Oder wenn eine besonders cleverere Schülerin herausfindet, wie man die Gesichtserkennung mit einem Foto austrickst, sodass ihr Pult denkt, sie wäre den ganzen Tag aufmerksam, während sie eigentlich zu Hause zockt? Und wer überwacht eigentlich die Überwachenden? Wenn das Pult eines Tages beschliesst, dass es zur Lehrperson wird, was dann?

Am Ende bleibt eine Frage: Werden diese Pulte das Lernen revolutionieren oder einfach nur neue, kreative Wege bieten, um abgelenkt zu werden (siehe den Beitrag von Adriana Lüder auf Seite 10)? Vorerst bleibt das technisch aufgerüstete Schulpult aber Zukunftsmusik. Die grauen Pulte bleiben uns noch eine Weile erhalten, und das ist gut so!



**Herzlichen Dank an die Buchhandlung Wolf für die Leseempfehlung und die Verlosung für den Leseabend!**

# Death Didn't End Her Pregnancy. The State Wouldn't Let It.

**Adriana Smith, a 30-year-old nurse and mother, was 9 weeks pregnant when doctors declared her brain dead. Since then, those same doctors have forcibly kept her «alive" on life support until the birth of her child – laying bare the grim consequences of abortion bans that override bodily autonomy, even in death.**

## Manon Blanck-Goncalves

In early February 2025, Adriana Smith sought treatment at Northside Hospital for intense, debilitating headaches, but was released that same day with medication. According to her mother, April Newkirk, *«They didn't do any tests. No CT scan. If they had done that or kept her overnight, they would have caught it. It could have been prevented.»* That next morning, Ms Smith's boyfriend awoke to Adriana gasping for air and making gargling noises he believed to be the result of internal bleeding. She was rushed back to the hospital, where CT scans revealed multiple blood clots in her brain. Soon after, she was declared brain dead. Because she is pregnant, Emory Hospital staff are now claiming that they are legally required to keep her breathing until the fetus reaches viability, in line with Georgia's new abortion law.

Under current Georgia law, abortion is banned after detection of fetal cardiac activity, typically around six weeks into pregnancy. This so-called «heartbeat» standard is not grounded in scientific consensus: most medical professionals recognize it as an electrical impulse - a «flutter» - from embryonic cells that will specialize and eventually form the heart. After this point, abortions are permitted only under narrow exceptions, as in the case of a medical emergency, or if the pregnancy is considered medically futile. Yet, Adriana Smith, having already died, no longer qualifies for the medical emergency exemption, as her life is no longer considered at risk.

Doctors told Adriana's mother and boyfriend that, legally, they aren't allowed to consider other options while Smith is technically pregnant. As a result, the people who loved her most have been completely excluded from the decisions made about her body. *«We didn't have a choice or a say about it,»* April Newkirk affirmed. Instead of being given a choice, Smith's family have had to endure over 90 days of retraumatization, expensive medical costs, and have been exposed to the cruelty of not being able to grieve or move towards healing. Meanwhile, the fetus is not healthy. Doctors have told the family that the fetus has fluid in its brain. There is a significant chance that the child will not be able to see, walk, or even survive once out of the womb.

The case has sparked national outrage, igniting serious ethical and legal questions not only about Emory Hospital's decisions, but about the entire framework of abortion restrictions that allow such violations. Many have compared Smith's treatment to using her body as an «incubator,» bringing the 13th Amendment (prohibiting slavery and involuntary servitude) into the spotlight.

In this context, it becomes impossible to ignore echoes of America's long and violent history of reproductive control over Black women. Smith's treatment closely resembles the era when Black women were subjected to involuntary reproductive servitude.

Keeping Adriana Smith on life support after her death, without consulting her family, amounts to objectifying her, reducing her to her function as a consumable body for her fetus. And it is happening in a country where being black means having a shorter lifespan, less access to medical care, and, if you have the misfortune of being a pregnant person, being more likely than any other race to die during childbirth, experience pregnancy-related complications and see any issues dismissed and minimized by healthcare professionals.

Concerns over the sanctity of life are at the core of restrictive abortion laws that create situations like Adriana's. However, it should seriously be questioned whether it is even in the best interest of a child to live in and serve as the memory to their deceased and artificially maintained mother. Although there is little research examining the effects of such a practice on the well-being of the child, due to the scarcity of such cases, in cases of posthumous reproduction, extensive counselling is recommended.

Though Republican lawmakers who championed these bans on abortion claim the laws have exceptions to protect the «life of the mother,» medical experts caution that the language used in these pieces of legislation is not rooted in science and ignores the fast-moving realities of the medical field. In this climate, medical professionals, like the Emory Hospital staff, interpret withdrawing life support from a brain-dead pregnant woman as a potential legal risk.

It pits doctors' fears of prosecution against their patients' health needs, requiring providers to make sure their patient was inarguably on the brink of death or facing «irreversible» harm when intervening. *«They would feel the need to wait for a higher blood pressure, wait for a higher fever — really got to justify this one — bleed a little bit more,»* Dr. Melissa Kottke, an OB-GYN at Emory, warned lawmakers in 2019. This legal uncertainty, and fear of up to 10 years of jailtime, has already cost the lives of at least 10 women across the United States. Women who were either denied abortions or received them far too late to survive.

Politicians and lawmakers invoke the «sanctity of human life» as a moral shield - but where is that sanctity when it comes to mothers? Where was it when Adriana Smith sought help and was sent home without even the most basic diagnostic scan? Where was it when she was declared dead, her heartbeat silenced, her brain no longer functioning, her body kept breathing only by machines?

What does it mean to be pro-family while forcing a family to watch a loved one's body slowly decompose under fluorescent lights, waiting for the chance of a child who may not survive, let alone live well?

***Where is the justice when a mother cannot even bury her daughter?***



Adriana Smith and her son.

Quelle: <https://msmagazine.com/2025/05/19/adriana-smith-georgia-brain-dead-abortion-ban-black-women-health/#:~:text=Declared%20brain-dead%20in%20February%2C%20Adriana%20Smith%20remains%20on,was%20already%20a%20mother%20to%20one%20young%20son.>



Kantonsschule Küssnacht



# schreib wettbewerb 2025

## Thema: Eiszeit

für alle Schüler\*innen der KKN  
Alle Textsorten sind willkommen: Kurzgeschichten, Erlebnisberichte,  
Theaterszenen, Poesie...

**Einsendeschluss: 31. August 2025**

**per Mail an:**

**[carolin.bernardelli@kkn.ch](mailto:carolin.bernardelli@kkn.ch)**

Form: Word Dokument, Schrift Arial 12P, Zeilenabstand 1.5, maximal 4 Seiten (A4)  
Preisverleihung: 3. November 2025, 18 Uhr in der Mediothek

Der Schreibwettbewerb ist freiwillig und für Schüler\*innen gedacht, die gerne schreiben, Geschichten kreieren und Freude am eigenen Gestalten haben. Die Texte sollten selbständig, ohne fremde Hilfe (d.h. selbstverständlich auch ohne KI) verfasst sein.

---

## Hast du Lust, bei der Schülerzeitung mitzumachen? Melde dich bei [redaktion@kknews.ch](mailto:redaktion@kknews.ch)

---

### Microfeminism – Poem

Olivia Lane

Small but mighty	What if we start assuming it's always a woman?
Strong but subtle	What if we started calling men boys all the time?
If not paid attention to, barely noticeable	What if we stopped moving out of the way?
The minute acts of microfeminism	What if we only ever watched women's sports?
“No need to be hysterical!”	Small but mighty
“Don't get so emotional”	Strong but subtle
What if we said this to a man? How would he react?	If not paid attention to, barely noticeable
Would he get angry? Probably.	The minute acts of microfeminism
Would he feel attacked? Most definitely.	Let's stop giving men the upper hand.
What if we started to use them more, and more, and more.	Let's give more space for women in charge.
It would help the change, contribute to it, make it happen.	Let's give more women a voice.
	Feminism is not about making a woman strong.
	It's about making her heard.
	So, let's start listening.

---

### Impressum

**Redaktion:** Manon Blanck-Goncalves 6d, Leander Diener, Jill Ebnöther 2c, Lily-Marie Hartmann 3e, Olivia Lane 6d, Romeo Lenzlinger 4c (Chefredakteur), Sophie Lenzlinger 2c, Adriana Lüder 3e

**Bildquellen:** S. 5: <https://www.flickr.com/photos/internetarchivebookimages/14580123410/>, S. 10: <https://www.publicdomainpictures.net/en/view-image.php?image=566201&picture=artificial-intelligence-micro-chip>, s. 9: <https://fashionista.com/2025/04/conner-ives-protect-the-dolls-t-shirt>, S. 12: Leander Diener, S. 14: <https://msmagazine.com/2025/05/19/adriana-smith-georgia-brain-dead-abortion-ban-black-women-health/#:~:text=Declared%20brain-dead%20in%20February%2C%20Adriana%20Smith%20remains%20on,was%20already%20a%20mother%20to%20one%20young%20son>.

**Zitat:** S. 2: <https://www.bildungschweiz.ch/detail/noten-oder-die-geschichte-eines-missverstaendnisses#:~:text=Für%20Hanni%20Lötscher%20von%20der,der%20«Luzerner%20Zeitung»%20klar>.

**Korrektorat:** Leander Diener

**Layout:** Romeo Lenzlinger

**Website (kknews.ch):** Romeo Lenzlinger

**Instagram (kknews.ch):** Manon Blanck-Goncalves

---