

Prüfungsbeispiel DSH am Landesstudienkolleg an der Hochschule Anhalt

Lesen

Urbanisierung

1. Bis in das 18. Jahrhundert hinein lebten Menschen vor allem in Agrargesellschaften. Nur ein geringer Teil wohnte in städtischen Siedlungen. So lebten um 1800 nur zwei bis drei Prozent der Weltbevölkerung in Städten, die mehr als 20.000 Einwohner hatten. Der Verstädterungsgrad war also sehr gering.

Die weltweite Verstädterung begann mit der Industrialisierung Mitte des 19. Jahrhunderts. Um 1900 lebten bereits 15% der Weltbevölkerung in Städten. Insbesondere nach dem Zweiten Weltkrieg beschleunigte sich dieser Prozess vor allem in den Entwicklungsländern rasant, so dass der Anteil der Stadtbevölkerung in den Jahren von 1950 bis 1995 von 30% auf 45% anwuchs. 2012 lebte jeder zweite Erdenbürger (genau 52%) in einer Stadt. Ein Ende dieser Entwicklung ist noch nicht absehbar.

2. Der Verstädterungsprozess wird durch verschiedene Faktoren charakterisiert. Zum einen vergrößert sich der Anteil der Bevölkerung, der in den Städten lebt, zum anderen nimmt aber auch die absolute Zahl der Stadtbewohner zu. Infolgedessen steigt auch die Zahl der Städte, vor allem die der Millionenstädte. Durch die Ausweitung der Siedlungsfläche wachsen Städte zusammen. Diesen Prozess konnte man z.B. im 19. und 20. Jahrhundert im Ruhrgebiet in Deutschland beobachten, ein aktuelles Beispiel ist die Region um Shanghai.

3. Das Erscheinungsbild der Städte kann bei gleichem Grad der Urbanisierung unterschiedlich ausfallen, da es von der jeweiligen Gesellschaftsordnung aber auch von den kulturellen Traditionen abhängig ist. Doch die Metropolen gleichen sich während ihres rasanten Wachstums vor allem in den Entwicklungsländern einander immer mehr an: Die Zentren solcher Städte wie Rio de Janeiro, Bangalore oder Shanghai werden immer stärker von modernen Wolkenkratzern beherrscht, in denen Büros, Firmensitze und Banken angesiedelt sind. In modernen Wohngebieten der zentrumsnahen Stadtteile lebt die zahlungskräftige Mittelschicht, also Ärzte, Büroleiter, Geschäftsinhaber, die sich die dort üblichen hohen Mieten leisten können. In den Außenbezirken dagegen dominieren Marginalsiedlungen, die in den Plänen der Stadtentwickler keine Berücksichtigung finden und deren Bausubstanz (Hütten aus Wellblech, Holz oder Lehm) den sozialen Status ihrer armen Bewohner und deren Ausgrenzung widerspiegeln. Denn oft fehlen hier auch Anschlüsse an Wasser und Strom sowie eine Verkehrsanbindung in die Zentren. Gemeinsam ist diesen Ländern auch, dass die Entwicklung der Metropolen sehr schnell voranschreitet, während alle anderen Städte des Landes bzw. der Region weit dahinter zurückbleiben.

4. Eine wichtige Quelle des städtischen Wachstums ist die Wanderung vom Land in die Stadt. Um sie zu erklären, kann man - stark vereinfacht - ein Push1/Pull2-Modell heranziehen. Push-Faktoren sind nicht nur Überbevölkerung in den ländlichen Gebieten,

sondern z. B. auch die dort herrschende Besitzstruktur, primitive Wohnverhältnisse, mangelhafte Infrastruktur, fehlende Arbeitsplätze und Ausbildungsmöglichkeiten. Zu den Pull-Faktoren zählen die wirklichen oder vermeintlich besseren Arbeitsbedingungen und ein höherer Verdienst, Schul- und Ausbildungsangebote insbesondere für die Kinder, die größere Auswahl an Konsumgütern und auch ein weniger von Familie und Gesellschaft reglementiertes Leben. Im Allgemeinen wird die Wanderungsentscheidung nicht allein von einem Faktor bestimmt, sondern es wirken mehrere Push- und Pull-Kräfte zusammen. Dabei sind sich alle Experten einig, dass die Push-Faktoren sowohl während der Industrialisierungsphase in Europa als auch gegenwärtig in der Dritten Welt gegenüber den Pull-Faktoren eine größere Bedeutung haben.

5. Die enorme Konzentration der Bevölkerung bleibt nicht ohne negative Folgen für die Städte: Die Nachfrage nach Wohnraum steigt, was wiederum ein Ansteigen der Mieten zur Folge hat. Der Verbrauch von Wasser und Energie nimmt zu. Die gesamte Infrastruktur wird belastet, was sich darin zeigt, dass ein erhöhtes Aufkommen an Abwasser und Abfall festzustellen ist. Das Verkehrssystem ist überfordert. Die Umwelt wird also auch sehr stark gefährdet. Die Infrastruktur wird außerdem dadurch belastet, dass immer mehr Schulen oder medizinische Einrichtungen gebraucht werden. Die Kommunen müssen infolgedessen sehr viel Geld investieren, um den Bewohnern ihrer Städte eine angemessene Versorgung bzw. eine saubere Umgebung sichern zu können. Aber auch die Gebiete im Umkreis der Städte sind betroffen. Man kann eine immer stärkere Zersiedlung und den Verlust wertvoller Kulturlandschaften beobachten.

6. Doch eine nachhaltige Stadt ist eine Wunschvorstellung. Städte können sich nicht in einem geschlossenen Kreislauf und unabhängig von ihrer Umgebung selbst versorgen und so am Leben erhalten. Sie sind darauf angewiesen, dass sie aus dem Umland mit notwendigen Gütern versorgt werden und darauf, dass das Umland die in den Städten anfallenden Mengen an Müll und Abwässern aufnehmen kann. Eine nachhaltige Entwicklung ist aus diesem Grund nur im Zusammenhang von Stadt und Umland vorstellbar. Es muss darum gehen, den Flächenverbrauch für Gebäude und Straßen zu senken, das Verkehrsaufkommen zu verringern sowie die Infrastruktur effizienter zu nutzen. Erreicht werden kann das, indem die Kernbereiche des menschlichen Lebens - Wohnen, Arbeiten, Versorgen und Freizeit - wieder miteinander vermischt werden und auch die Trennung von sozialen Gruppen aufgehoben wird. Bei der Gestaltung der Städte muss auf einen sparsamen Umgang mit den vorhandenen Ressourcen geachtet werden. Es ist notwendig, sich den Bedürfnissen der lokalen Bevölkerung, überhaupt den lokalen Bedingungen stärker anzupassen. Das betrifft die Wahl der Baumaterialien genauso wie die Gestaltung der Gebäude und die Sicherung eines gesunden Stadtklimas durch die Anlage von Grünflächen.

1push: (engl.) Antrieb, Anreiz, Motivation

2pull: (engl.) Anziehungskraft (5863 Zeichen)

www.berlin-institut.org /Ursachen von Urbanisierung, Zugriff: 09.01.2013

Aufgaben:

- 1.1. Was versteht man unter Verstädterung? Antworten Sie nominal!
- 1.2. Stellen Sie die Informationen zum Verstädterungsprozess grafisch dar!
- 2.1. Stellen Sie die Merkmale einer typischen Metropole der Entwicklungsländer in einer Übersicht zusammen!
- 2.2. Erklären Sie dann in einem Satz, was man unter einer Marginalsiedlung versteht!
3. Mit welchem Thema beschäftigt sich der 4. Abschnitt?
4. Wählen Sie aus dem 6. Abschnitt 3 Ziele bzw. Lösungsvorschläge aus und ordnen Sie diese im Text genannten Problemen zu! (Arbeiten Sie mit dem gesamten Text! Konzentrieren Sie sich auf die Kernaussagen! Antworten Sie in vollständigen Sätzen!)

Grammatik

1. Der Verstädterungsprozess wird durch verschiedene Faktoren charakterisiert. (Aktiv)

2. Zum einen vergrößert sich der Anteil der Bevölkerung, der in den Städten lebt, zum anderen nimmt aber auch die absolute Zahl der Stadtbewohner zu. (Partizipialkonstruktion)

3. Durch die Ausweitung der Siedlungsfläche wachsen Städte zusammen. (Verbalisierung)

4. Diesen Prozess konnte man z.B. im 19. und 20. Jahrhundert im Ruhrgebiet in Deutschland beobachten. (Modalverbersatz)

5. Zu den Pull-Faktoren zählen Schul- und Ausbildungsangebote, die größere Auswahl an Konsumgütern und auch ein weniger von Familie und Gesellschaft reglementiertes Leben. (Relativsatz)

6. Das Verkehrssystem ist überfordert. Die Umwelt wird also auch sehr stark gefährdet. (Sätze verbinden, HS+NS)

7. Die Kommunen müssen infolgedessen sehr viel Geld investieren, um den Bewohnern ihrer Städte eine angemessene Versorgung bzw. eine saubere Umgebung sichern zu können. (Nominalisierung)

8. Lösen Sie die zusammengesetzten Substantive auf!

Wohnverhältnisse

Ausbildungsangebote

Büroleiter

Hören

Es soll heute um ein Thema aus dem Bereich der Arbeitsplatzgestaltung bzw. der Arbeitsmedizin gehen. Ich möchte zeigen, welchen Einfluss ein falsch gestalteter Arbeitsplatz auf die Gesundheit des Menschen haben kann. Da immer mehr Menschen ihre Arbeit im Sitzen erledigen, möchte ich mich auch nur auf diesen Aspekt konzentrieren.

Werfen wir zunächst einen Blick auf die Evolutionsgeschichte, denn hier finden wir die grundsätzliche Erklärung für unser Problem.

Dass wir Menschen aufrecht gehen können, hat uns viele Vorteile gebracht: Wir haben so die Möglichkeit, uns nach allen Seiten umzuschauen, was vor allem in Gefahrensituationen überlebenswichtig sein kann. Unsere Hände sind frei. Das erleichtert es, Nahrung aufzunehmen und zu transportieren. Wir können Werkzeuge herstellen und damit arbeiten.

Jedoch stellen wir mit dem aufrechten Gang eine Ausnahme dar. Einige Tierarten sind zwar in der Lage, auf den hinteren Beinen zu stehen, Affen z. B. können auch einige Schritte aufrecht gehen. Doch grundsätzlich legen Wirbeltiere ihre Wege auf vier Beinen zurück.

Die Wirbelsäule ist also überhaupt nicht für die Belastungen geschaffen, die der aufrechte Gang mit sich bringt. Das ist eine schmerzhaftes Erkenntnis, zu der bereits die Ackerbauern kamen, die vor 10.000 Jahren ihre Felder bestellten.

Man weiß also schon sehr lange, dass das Stehen oder das Bücken bei der Arbeit mühevoll und ermüdend ist. Besonders gebeugtes Stehen belastet die Wirbelsäule, die Skelettmuskulatur und auch die Gelenke und Sehnen. (→ Abb.) Dabei kostet es schon allein viel Kraft, den aufrechten Körper im Gleichgewicht zu halten.

Doch wie sieht es nun mit dem Sitzen aus? Bekanntlich setzt man sich, um langes Stehen zu vermeiden und damit die Wirbelsäule zu entlasten.

Die Erkenntnis, dass auch das Sitzen anstrengen kann und deshalb durchaus gesundheitliche Probleme zur Folge hat, ist noch relativ neu. Sie kam nämlich erst mit dem zunehmenden Einsatz von Computern. Mit einem Computer ist es möglich, fast die gesamte Büroarbeit von einem Platz aus zu erledigen. Doch langes und falsches Sitzen am Schreibtisch führt dazu, dass sich die Schultern verspannen und die Wirbelsäule geschädigt wird, weil sich die Bandscheiben allmählich verändern. Diese Körperhaltung behindert aber auch die Verdauungs- und Atmungsorgane. Sie können nicht richtig arbeiten, weil sie durch das Sitzen zusammengedrückt werden. Ebenso verschlechtert sich die Durchblutung. Wenn der Körper aber schlecht durchblutet wird, kann er nicht ausreichend mit Sauerstoff versorgt werden. Deshalb kann es durchaus geschehen, dass sitzende Menschen schneller ermüden als stehende. Dies sei aber nur am Rande erwähnt.

Schätzungen zufolge leidet heute nahezu die Hälfte der deutschen Bevölkerung unter mehr oder weniger schweren Schäden der Wirbelsäule, die auf dieses lange und falsche Sitzen zurückzuführen sind. Man spricht in diesem Zusammenhang zu Recht von einer

Volkskrankheit. Die einseitige Körperhaltung beim Sitzen am Bildschirm ist für Millionen von Büroangestellten eine häufig unterschätzte Belastung, die wie schon gesagt schwerwiegende Folgen für die Wirbelsäule und die Schulterpartie haben kann.

Die Schulterpartie wird vor allem dann belastet, wenn man die Arme über längere Zeit gehoben hält, also dann wenn man mit Tastatur oder Maus arbeitet. Solche Zwangshaltungen belasten Muskeln und Sehnen so stark, dass es zu Entzündungen mit heftigen Schmerzen kommen kann. Manche Ärzte sprechen deshalb von einer „Computerschulter“.

Dass man die Arme falsch hält, kann wiederum vielfältige Gründe haben:

- Tisch- und Arbeitshöhe sind falsch.
- Man hat zu wenig Platz für die Beine.
- Der Arbeitsstuhl ist falsch eingestellt.
- Der Computer steht in der falschen Höhe.
- Aber auch fehlende Pausen, Hetze und Termindruck beeinflussen die Körperhaltung negativ, ebenso wie eintönige Tätigkeiten ohne Abwechslung.

Will man hier vorbeugen, müssen die Bildschirmarbeitsplätze von Anfang an gesundheitsgerecht gestaltet werden, d.h., sie müssen den Körpermaßen der Beschäftigten angepasst werden. Da zum Beispiel die Unterschiede der Körpergrößen von erwachsenen Männern und Frauen in Deutschland bis zu 30 cm betragen, müssen die Bildschirmschreibtische und die Stühle unbedingt verstellbar sein. Aber selbst bei gleichen Körpergrößen braucht man Tische und Stühle, deren Höhe verstellt werden kann, um Zwangshaltungen zu vermeiden. Der Grund dafür ist, dass sich die Körperproportionen – etwa das Verhältnis von Rumpf- und Beinlänge von Mensch zu Mensch stark unterscheiden. Deshalb müssen Augenhöhe, Sitzhöhe und Sitztiefe, die Reichweite der Arme und die Länge der Unterschenkel (→ Abb.) bei der Gestaltung des Arbeitsplatzes berücksichtigt werden. Doch nicht nur ein falsch gestalteter Arbeitsplatz kann zu Schäden führen. Auch bei einem vorschriftsmäßig gestalteten Bildschirmarbeitsplatz wird man Zwangshaltungen nicht ganz ausschließen können, vor allem dann nicht, wenn man den gesamten Arbeitstag dort verbringt.

Denn auch der Mangel an Bewegung ist bei „Büromenschen“ eine weit verbreitete Ursache für Rückenleiden. Bewegungsarmut ist nämlich Gift für unsere Wirbelsäule. Infolgedessen kam man auf die Idee, den typischen Bürobeschwerden mit sogenanntem „dynamischen Sitzen“ entgegenwirken zu können. Dabei geht es darum, beim Sitzen nicht starr in einer Haltung zu sitzen, sondern die Haltungen immer wieder zu verändern. Erreicht wird das z.B., indem man auf einem großen Ball sitzt. Das verschafft den Bandscheiben tatsächlich eine bestimmte Bewegung. Allerdings reicht das allein nicht aus. Deshalb ist heute ein abwechslungsreicheres Arbeiten das Ziel. Dies gilt besonders bei der Arbeit am Computer. Sie muss so organisiert werden, dass sie regelmäßig durch andere, bildschirmfremde Arbeiten unterbrochen wird, dass es einen Wechsel von sitzenden und stehenden

Tätigkeiten gibt. So könnten z.B. Telefongespräche und Besprechungen an einem erhöhten Tisch im Stehen durchgeführt werden. Solch ein Wechsel gelingt aber nur dann, wenn die Arbeiten so organisiert werden, dass sie derartige Abwechslungen zulassen. Wo das (noch) nicht möglich ist, sollten (Kurz-)Pausen die Arbeit am Bildschirm unterbrechen. Nach der Arbeit hilft eine maßvolle sportliche Bewegung nicht nur, die Bandscheiben, die ganze Wirbelsäule, ja den gesamten Knochen- und Muskelapparat gesund zu erhalten, sondern sie unterstützt auch den Abbau von Stress.

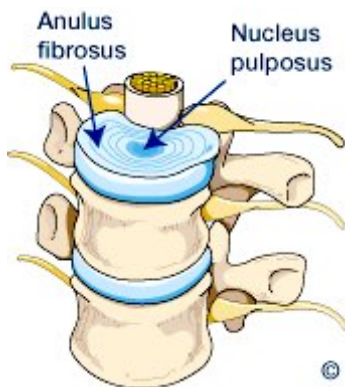
Untersuchungen haben gezeigt, dass bei richtig gestalteter Büroarbeit die krankheitsbedingte Abwesenheit der Beschäftigten merklich zurückgeht. Hinzu kommt, dass Beschäftigte, die wissen, dass sich ihre Arbeitgeber um ihre Sicherheit und Gesundheit bei der Arbeit sorgen, mit größerer Motivation und Einsatzbereitschaft arbeiten.

So sitzen Sie richtig

Ergonomie am PC-Arbeitsplatz

- 1) Die oberste Bildschirmzeile sollte leicht unterhalb der waagerechten Sehachse liegen.
- 2) Tastatur und Maus befinden sich in einer Ebene mit Ellenbogen und Handflächen.
- 3) 90° Winkel zwischen Ober- und Unterarm sowie Ober- und Unterschenkel
- 4) Für den Monitor gilt ein Sichtabstand von mindestens 50 cm. Der Bildschirm sollte parallel zum Fenster stehen.
- 5) Die Füße benötigen eine feste Auflage. Ggf. Fußhocker nutzen.

Quelle: BITKOM BITKOM



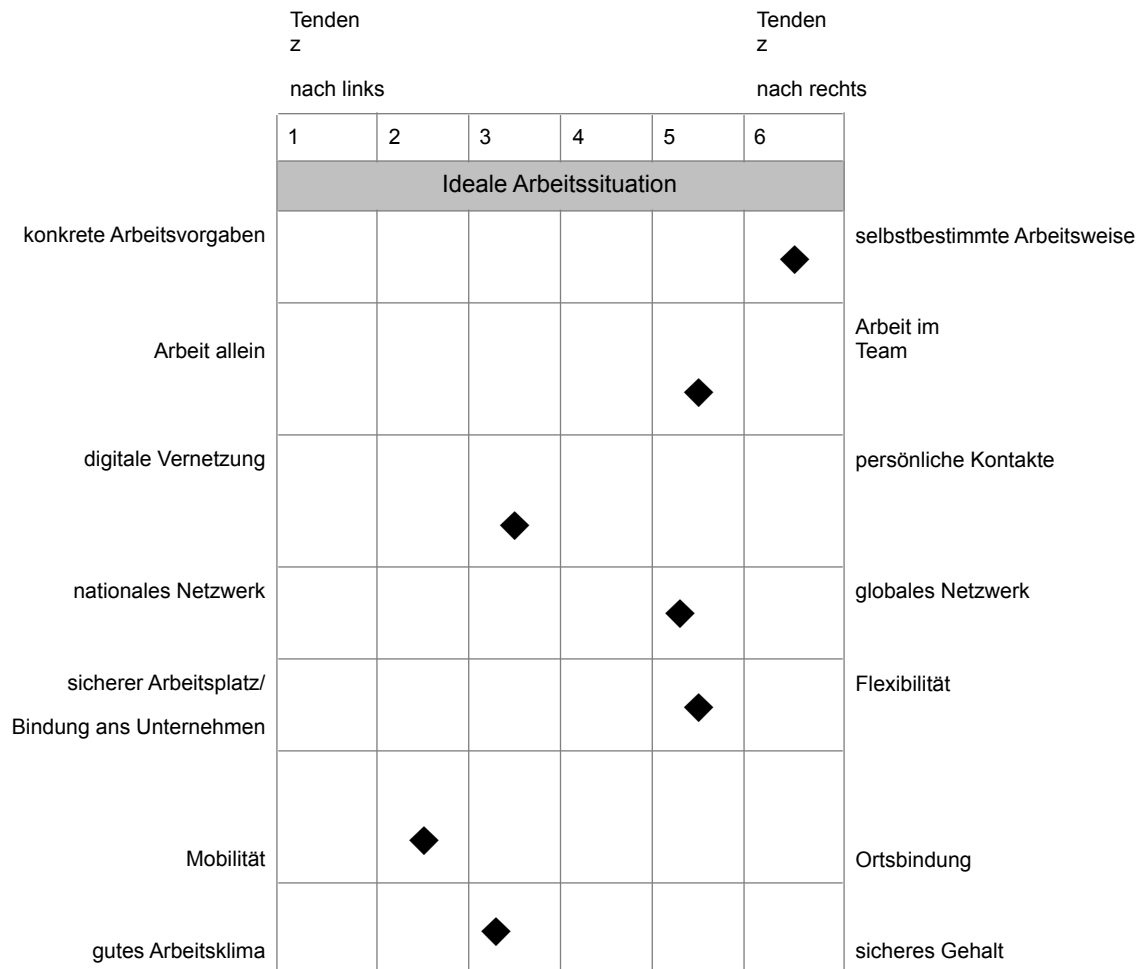
- e Sehne
- r Muskel
- s Gelenk
- e Wirbelsäule
- e Bandscheibe

Aufgaben

1. Erklären Sie Vor- und Nachteile des aufrechten Ganges!
2. Welche negativen Folgen hat langes Sitzen? (Geben Sie 3 in nominaler Form an!)
3. Beschreiben Sie, wie ein Schreibtischarbeitsplatz gestaltet sein muss!
4. Was versteht man unter dynamischem Sitzen?
5. Fassen Sie die Maßnahmen zum Schutz der Wirbelsäule in einem kurzen Text zusammen!

Schreiben

Arbeitsbedingungen



(Quelle: <http://berufebilder.de/wp-content/uploads/2012/sn-studie-arbeitsbedingungen>, Zugriff: 21.01.2013)

Schreiben Sie einen Text im Umfang von etwa 250 Wörtern zum Thema:
„Arbeitsbedingungen“!

Stellen Sie zunächst mit Hilfe der Grafik dar, unter welchen Bedingungen zukünftige Führungskräfte arbeiten möchten!

Beschreiben Sie anschließend kurz, wie Sie sich Ihren zukünftigen Arbeitsplatz bzw. Ihre zukünftige Arbeit vorstellen! Gehen Sie dabei auch auf die Arbeitsbedingungen ein und vergleichen Sie mit den Vorgaben in der Grafik!

