

**Antragsteller:** Prof. Dr. Markus Heinrichs und Dr. Tobias Stächele  
(Institut für Psychologie, Lehrstuhl für Biologische und Differentielle Psychologie)

**Laufzeit geplant:** 1 Jahr (1. Oktober 2012 – 30. September 2013)

**Laufzeit tatsächlich:** 15 Monate (1. Oktober 2013 – 31. Mai 2014)

**Beantragte Projektmittel:** € 14.653,65

---

#### **Projektüberblick:**

Im Rahmen des Masterstudiengangs Klinische Psychologie, Neuro- und Rehabilitationswissenschaften konnte eine innovative Lehrveranstaltung erfolgreich durchgeführt werden, die nur durch die finanzielle Unterstützung des Innovationsfonds möglich war. Die 26 Studierenden im Seminar haben sich intensiv und engagiert mit dem Einsatz von Stressmanagement-Programmen im Bereich Psychotherapie/ Beratung auseinandergesetzt und dabei nicht nur den Stand der Forschung kennen gelernt, sondern waren durch technische und personelle Unterstützung in der Lage aktiv und praktisch ein bestehendes Stressmanagement Programm anzuwenden, zu erproben und eigenständig zielgruppenspezifisch anzupassen. Insgesamt nahmen an dem Seminar 31 Studierende unterschiedlicher Bachelorstudiengänge der Universität Freiburg für die aktive Teilnahme teil. Diese konnten nicht nur von der Teilnahme profitieren, sondern haben darüber hinaus Rückmeldungen über Verbesserungs- und Optimierungsmöglichkeiten gegeben.

Insgesamt hat sich bei den teilnehmenden Studierenden in der abschließenden Evaluation eine große Zufriedenheit mit dem Inhalt und dem didaktischen Vorgehen gezeigt. Die schriftlichen Kommentare der Teilnehmenden sind beigefügt.

#### **Seminarziele, didaktisches Vorgehen und Seminarplan**

Eine Übersicht zur Lehrveranstaltung und ein Seminarplan sind als Anlage 2 beigefügt.

Das didaktische Konzept konnte wie geplant umgesetzt werden. Es wurden 5 Studierendengruppen gebildet, die jeweils mit einem inhaltlichen Modul eines am Lehrstuhl für Biologische und Differentielle Psychologie entwickelten Stressmanagement-Trainings auseinandergesetzt haben. Hier konnte eine positive Veränderung zur Projektstartzeit erreicht werden, da das geförderte Seminar erst ein Jahr später starten konnte. Die Umsetzung konnte sich auf unterschiedliche Module beziehen und nicht unterschiedliche Aspekte eines Moduls. Eine Übersicht der inhaltlichen Struktur des Trainings ist als Anlage 3 beigefügt.

Im Folgenden wird die Erreichung der drei Seminarziele aufgegriffen und diskutiert:

**Ziel 1:** Innovative Erweiterung der Lehre um den Einsatz neuer Medien bei der Prävention stressbedingter Erkrankungen. Ziel war der Einsatz und die Evaluation eines Online-Stressmanagement-Trainings im Fach Psychologie.

Die Studierenden konnten sich anhand aktueller Forschungsliteratur in die methodisch komplexe Wirksamkeit psychologischer Online-Interventionen einarbeiten. Als bereichernd berichteten die Teilnehmenden, dass sie das erworbene Fachwissen praktisch umsetzen konnten über die ursprüngliche Zielsetzung einer Programmveränderung. Das bestehende Programm zielgruppenspezifisch anpassen konnten.

Der technische Tutor konnte zur Zielerreichung erheblich beitragen. Ursprünglich war geplant, dass er die Kommunikation von Technik und Psychologie im Blick hat und entsprechende Unterstützung gibt. Es hat sich

Der didaktische Tutor war intensiv damit beschäftigt, den Studierenden bei der inhaltlichen Nutzung des Programms bei der Beschaffung von zielgruppenspezifischen Bild/ Videomaterial zu unterstützen. Darüber hinaus ergaben sich Fragestellungen zur Kommunikation und Abstimmung zwischen den unterschiedlichen Teilgruppen, um die Maßnahmen des angepassten Programms homogen zu gestalten (u.a. Anrede der Studierenden, Bildsprache).

Somit hat sich insgesamt gezeigt, dass die Studierenden Ziel 1 als attraktiv angesehen haben und durch die Unterstützung dieses Lehrziel auch sehr gut erreichen konnten. Die Handlungsverschränkungen von Inhalt, Aufbereitung, grafischer Umsetzung und technischer Programmierung wurden nicht nur erklärt sondern konnten im Seminarstruktur auch umgesetzt und verstanden werden.

**Ziel 2:** Seminarbegleitende Weiterentwicklung eines Online-Trainingsprogramms zur Stressprävention für die Bachelor-Studierenden der Universität Freiburg

Die Durchführung des Stresspräventionstrainings bei Studierenden der Uni- Freiburg ist auf reges Interesse im Rahmen der kurzen Seminarzeit haben sich eine Fülle von Studierenden bereit erklärt teilzunehmen und Rückmeldung zu ihrem Eindruck und der Wirksamkeit berichtet. Insgesamt ist das Training ein großer Erfolg gewesen, wobei die Möglichkeit als regelmäßiges und dauerhaftes Angebot für Studierende noch nicht abschließend diskutiert und die Anforderungen noch nicht umfassend geklärt werden konnten (u.a. Umgang mit Notfällen, Begleitung außerhalb des Trainings, Verantwortlichkeit der Institution bei nicht ausreichend hilfreicher Teilnahme).

Im Hinblick auf die Weiterentwicklung des bestehenden Trainings war das Seminar ein voller Erfolg. Die Studierenden waren sehr engagiert bei der Umgestaltung von „business“ Inhalten auf studentische Belange. Weitergehende Anpassungen im Hinblick u.a. auf Geschlechtsunterschiede wurden zwar diskutiert, konnten jedoch nicht umgesetzt werden. Hier wurde die wichtige Rolle des technischen Tutors, der einige Anpassungen bzw. Übersetzungen in Programmiersprache vornehmen musste und in manchen Fällen auch die Grenzen technischer Machbarkeit bzw. den Aufwand einer Umsetzung abschätzen und diskutieren konnte. Die Seminardauer eines Semesters ist hier sehr knapp bemessen gewesen, um größere Anpassungen und sinnvolle Anpassungsideen umzusetzen. Hier wäre eine Laufzeit über zwei Semester (Semester 1 Konzeption und Entwicklung – Semester 2 Durchführung und Evaluation) sicherlich noch besser.

Grafische Anpassungen wurden durch den Kauf von Lizenzen für spezifisches Bildmaterial realisiert. Die Bilder sind in der Anlage 4 dargestellt.

**Ziel 3:** Die Seminarteilnehmer sollen eine eigene (durchaus auch kritische) Position zu Chancen und Risiken von internetbasierten psychologischen Interventionsverfahren erwerben. Diese sollte nicht nur basierend auf Literaturrecherchen und Diskussionen entstehen, sondern vor allem durch angeleitete Reflexion der empirischen Anwendung und der Evaluationsergebnisse.

Die Studierenden waren zu Beginn des Seminars durchaus überrascht über das Medium Internet in der Psychotherapie und in ihrer Einstellung gegenüber verhaltensändernden psychologischen Interventionen verunsichert. In der Diskussion kann die empirisch belegte Wirksamkeit von internetbasierten Maßnahmen als gesichert angesehen werden. Dies stellt einen Widerspruch zur Vorstellung, dass wirksame Methoden nur durch face-to-face Interaktionen möglich sind. Hier wird die Bedeutsamkeit einer solchen Lehrveranstaltung! Im Laufe der intensiven Beschäftigung konnte ein differenziertes Verständnis der Einsatzmöglichkeiten, Grenzen und individuelle Präferenzen (u.a. Selbstselektion von Teilnehmenden) entwickelt werden. In zwei Seminareinheiten, die am Ende des Seminars stattfanden und die sowohl Forschungsbefunde als auch praktische Erfahrungen im Seminar integrierten, konnte die Teilnehmenden offen, kritisch aber durchaus auch positiv über die Möglichkeiten der Diskussion auf hohem inhaltlichem Wissensstand führen. Einige Teilnehmenden haben eine mündliche Abschlussarbeit zu diesem Wahlpflichtfachs im Masterstudiengang Psychologie gewählt und zeigten hierin sehr gute Leistungen.

D.h. die geplanten weiteren Formen der Vermittlung der Erkenntnisse und der Distribution der Ergebnisse werden unserem Lehrstuhl eingesetzt werden:

- Inhaltlicher Fokus in der Vorlesung „Grundlagen der psychologischen Diagnostik“ (ca. 120 Studierende Bachelorstudiengang Psychologie) und der Vorlesung „Mess- und Assessmentmethoden“ (ca. 90 Studierende Masterstudiengängen der Psychologie).
- Im Rahmen der Rekrutierung von Studierenden für die Evaluation des Programms wird über Inhalte und Bedeutsamkeit informiert.

Eine nachhaltige und dauerhafte Umsetzung der Inhalte können vor allem durch die Integration von Teilen der Lehrveranstaltung fließen in anderer Form in Veranstaltungen für Studierende ein. Beispielsweise werden die Workshops, Vorträgen oder Diskussionsforen eingebracht, die das Thema Stressmanagement und Online-Stressinterventionen von Studierenden behandeln. Hier konnte auch ein erster Kontakt mit der studentischen Beratungsstelle (siehe Seminartermin 2; Besuch von Frau C. Huber) realisiert werden. Zudem gibt es bereits an interessierten Studierenden, die Thematik im Rahmen von weiterführenden Forschungspraktika sowie Bachelor- und Masterarbeiten weiter zu vertiefen.

# Anhang

Anlage 1: Liste der Seminarteilnehmenden, Rückmeldungen der Teilnehmenden Studierenden und Evaluations


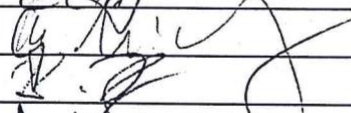
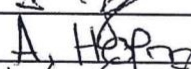
Anlage 2: Semesterplan, Zeitplan Blocktermin

Anlage 3: Übersicht der inhaltlichen Module

Anlage 4: Bilderkäufe

Anlage 5: Kostenübersicht: Zusammensetzung der beantragten Mittel



	Nachname	Vorname	Unterschrift
1	Bentz	Anne	A. Bentz
2	Carstens	Lena	Lena Carstens
3	Graf	Elena	
4	Groeger	Nicolai	
5	Heger	Bastian	
6	Hofner	Alexandra	A. Hofner
7	Keil	Verena	V. Keil
8	Klein	Christine	Christine Klein
9	Kordsmeyer	Laura	L. Kordsmeyer
10	Kormeier	Elisabeth	E. Kormeier
11	Küchler	Ann-Marie	A. Küchler
12	Leufgens	Susanne	S. Leufgens
13	<del>Meißner</del> Meißner	Helene	H. Meißner
14	Nawratil	Sabine	S. Nawratil
15	Ohlhausen	Inés	Inés Ohlhausen
16	Plempe	Laura	L. Plempe
17	Schienstock	Anna	A. Schienstock
18	Schmider	Angelika	A. Schmider
19	Schmitz	Sara	S. Schmitz
20	Schwarz	Verena	Schwarz V.
21	Stohrer	Maren	M. Stohrer
22	Surbeck	Christoph	C. Surbeck
23	Zink	Janina	Janina Zink
24			
25			
26			
27			
28			
29			
30			

- Termin mit Therapeutin vom SWFR
- Interessante & spannende Thematik (Online-Therapie) & Praxisbezug
- Eigene Gestaltung der Module
- Ergänzend zu allen anderen Interventions-Seminaren in diesem FS a  
Fall spannend
- Praktische Ausrichtung, praktische Arbeit, Praxisbezug
- Bearbeitung des Themas „moderne Therapie“: wie Prävention / Nach  
heute aussieht
- Neuer Einblick in die praktische Umsetzung von Interventionen
- Erproben neuer / zukünftiger Interventionsmöglichkeiten
- Förderung der Gruppenarbeit / Aktives (intensives) Arbeiten in Klein-  
Projektgruppen
- Keine Bewertung der Ergebnisse in der Gruppe
- Etwas entwerfen / erarbeiten, das auch wirklich Nutzen hat / Gestaltu  
eigener Inhalte/Module / eigenverantwortliche Änderungen & Auswahl  
Bildern / eigene Gedanken einbringen
  - man darf sehr viel selbst machen / eigenständig Arbeiten / aktiv w
  - Vertrauen in Eigenverantwortung
- Input aus Expertensicht vom Dozenten
- (viel Zeit für) Diskussionen / Anregung zur kritischen Auseinandersetzung  
dem Thema
- Die andere Konzeption des Seminars (kein pures Referate-Seminar)
- Gute Mischung aus Input und praktischen Arbeiten
- Blocktermin (2x genannt)
- Kreatives / innovatives Konzept, offenes Format, innovativ aufgebaute
- Zeitliche Flexibilität
- Evaluation der eigenen Arbeit
- Probandengelder
- Finanzmittel für Bilderkauf & Probandenbezahlung
- Unterstützung durch Tutor bei technischer Umsetzung: Marlon hat  
Änderungen gut & schnell umgesetzt, war gut erreichbar
- Didaktische Unterstützung technisch und inhaltlich auf jeden Fall notw  
ständig verfügbare Ansprechpartner sehr hilfreich / haben sich viel Ze  
genommen
- „Ich würde das Seminar jederzeit wieder wählen.“

**„An dieser Veranstaltung sollte unbedingt verändert werden“:**

- Blocktermin zu lang: doch besser regelmäßige Treffen, in denen geme  
am Modul gearbeitet werden kann (besser von außen vorgeben)
- Tatsächliche Veränderung / Programmierung / Moduländerungen war  
Seminar extrem arbeits- / zeitaufwändig (auch durch Koordination mit  
Teammitgliedern, Treffen mit Marlon und Julia und Gruppe aufwendig)
  - Vielleicht bei einer reinen Ideenvorstellung belassen

- Viel technischer Aufwand
  - Mehr inhaltlich vertiefen
  - Durch viel Aufwand für kleine Modulveränderungen: manchmal G „Beschäftigungstherapie“ entstanden
  - Besser (zu Beginn) erklären, was technisch im zeitlichen Rahmen umsetzbar ist / was im Modul wirklich geändert werden soll
- Leider ließen sich einige Ideen technisch nicht umsetzen
  - Mehr technische Freiheiten für mehr Moduländerungen
  - Engere Zusammenarbeit mit Projektpartnern für technische Änderungen
  - Durch mehr Veränderungsmöglichkeiten oder (Teil-)Erstellung eigener Moduls: (noch) motivierender
- 1-2 S3 Module im 4. Semester wären besser
- Keine zusätzlichen Studienvorstellungen durch Studenten / nicht unbedingt nötig / kein Vorstellen einer Studie mehr nach Blocktermin, da schon Stress wegen Prüfungszeitraum / Umgestaltung von iCope ist genug Arbeitsaufwand
  - könnte Dozent übernehmen → reduzierter Aufwand, ohne praktischer Anteil zu kürzen
- keine Zwischenpräsentation der Ergebnisse, da fast deckungsgleich mit Abschlusspräsentation
- Evtl. mehr „therapeutischen“ Input (z.B. intensivere Vorstellung der Modulinhalte für die Gruppen, nicht nur technische, sprachliche, optische Änderungen)
- E-Mail-Verteiler für alle Mails (da Mails, die auf das iPad gingen, häufig übersehen wurden bzw. nur gelesen werden konnten von dem, der an dem iPad hatte)
- Bessere Organisation: v.a. bei der Einführung für die Seminartermine Zeit einplanen, mehr besprechen (war teilweise etwas hektisch)
- Mehr kritische Auseinandersetzung mit dem Selbstverständnis der Therapeuten (schafft man sich selbst ab?)
- (Marlon reagierte manchmal etwas pampig)
- Didaktische Betreuung von studentischer Seite nicht unbedingt nötig, Julia war immer gut erreichbar & ansprechbar
  - 2 technische Tutoren, die sich die Gruppen aufteilen, vielleicht hilfreich
- Julia & Marlon hätten striktere Deadlines für Bilder etc. bestimmt gehen
- Mehr Diskussionen auf der „philosophischen“ Ebene
  - Nicht viele Kurzreferate zu Metaanalysen, stattdessen lesen alle wichtigen prägnante Texte: kritische Auseinandersetzung damit anregen

### „Projektgruppen“:

- Durch „Aufsetzung“ auf bestehendes Programm viel die inhaltliche eigene Bearbeitung der Darstellung von Stress und die kognitive Bearbeitung Anwenders eher flach / trat in den Hintergrund



## „Thema Online“:

- Als innovatives und aktuelles Thema positiv / interessanter Exkurs / spannendes alternatives Therapiekonzept / mal etwas anderes & selbsterfolgreich gelungen
  - Positiv, die Schwierigkeiten aber auch Vorteile gegenüber face-to-face-Therapie herauszuarbeiten
  - Relevanz, Forschungsbedarf, Schwierigkeiten, Komplexität & Limitationen extrem gut vor Augen geführt
  - Relevanz (z.B. von Veränderungen hin zum Einsatz von internet-medienbasierten Therapien) und Entwicklung deutlich geworden
- Vor allem brisantes Thema
  - Sich ableitende Frage, die man mehr diskutieren sollte: Was hilft eigentlich Psychotherapie eigentlich? Brauchen wir überhaupt Therapeuten?
- Thema sonst nicht behandelt im Studium → sinnvoll, darauf aufmerksam gemacht zu werden
- Ergänzung zu sonstigen Themen im Studium
- Grundlegender Überblick → Interesse geweckt
- Kritische Auseinandersetzung mit dem Thema angeregt & gefördert
- Guter Einblick in „Arbeitsaufwand“ dahinter sowie Probleme und Fragen, die man sich stellen muss → gerne noch tiefere Einblicke in bereits beste Programme / Therapien
- Guten Eindruck davon bekommen, was hinter einem Online-Programm steckt, aber nicht übermäßig viel damit zu tun gehabt (was auch gut war)
- Da Technik zunehmend an Bedeutung gewinnt, ist die Auseinandersetzung mit diesen Themen sehr wichtig
- Idee zu Online-Therapien klar und verständlich geworden
- Noch diskussionswürdig aufgrund weniger Erfahrungen: individuelle Realisierung bzw. wie Online-Therapie optimiert werden könnte
- Anregungen zur Verknüpfung mit einer „face-to-face“-Therapie aber auch wichtig und gut, da alleine nicht ausreichend
- SE schafft auf Metaebene guten Einblick in die zielgruppenspezifische Konzeption eines Therapie- / Präventionsprogramms
- Für viele „angehende Therapeuten“ wäre jedoch ein genaueres Kennenlernen der Inhalte (auch aus den anderen Modulen), zumindest überblickhaft, interessant
- Deutlich geworden, dass der Inhalt auch stärker die empirische Wirksamkeit von Online-Programmen allgemein fokussieren sollte statt therapeutische Inhalte
- Einblick in die verschiedenen Möglichkeiten und v.a. Grenzen der Etablierung eines Online-Programms
- „Ich würde es mir jetzt auch mehr zutrauen, ein Manual als Online-Version zu übersetzen.“

relativ tiefgehendes Verständnis für Online-Therapie (hat Spaß gemacht)

→ Verständnis durch Erfahrung statt nur durch Wissensvermittlung

- Durch aktives Ausprobieren sowohl positives Interesse geweckt als auch Probleme / Schwierigkeiten (v.a. bei Ideenumsetzung) deutlich geworden
- Durch iCope zu wenig zu Online-Therapie mitbekommen, auch weil die einzelnen Module nicht vorgestellt wurden, sondern eher was techn. etc. verändert wurde – durch weitere Seminarinhalte aber trotzdem Auseinandersetzung mit Online-Therapie
- SE war extrem gut zum Nachvollziehen der Entwicklung eines Online-Therapieprogramms

- modulübergreifender „Koffer“: Stressbewältigungskompetenzen / Tools für Stressbewältigung vermehren sich jedes Mal
- Wissensabfrage am Ende eher stressend (Leistung), oder doch zu leicht
  - > besser Zusammenfassung, was heute gelernt („message to go“)
  - > oder etwas schwerere direkt nach Theorietiel
  - > Zuordnungsaufgaben besser, da eher Verständnis abgefragt
  - > Hinweis auf Zweck, d.h. Abfrage als Vertiefung
- Möglichkeit zur Rückfrage an Experten
- Wissenschaftlichkeit = abhängig von Zielgruppe
  - > Studenten als heterogene Zielgruppe
  - > wissenschaftliche Quellen evtl. optional als Pop-up anbieten oder F
- oder „Studien haben herausgefunden, dass...“ besser als „Der Trend geht da
- > „bio-nahes“ Stressmodell wirkt „wissenschaftlicher“
- zu viel Grau als trist empfunden → Wunsch nach mehr Grün
- Bild für Ganzkörper-Kurzentspannung passt nicht zum Text
- Erinnerungsmail für Hausaufgabe gibt es schon für Modul 3: für alle überne
  - Transfer in den Alltag sichergestellt
  - > optional SMS
  - > personalisierten Motivationstext verfassen können als Erinnerung: c
- dann als Erinnerungsmail bekommen
- Modulanfang etwas „trocken“ → Hinweis auf praktische Übung am Ende
- Fortschrittsbalken!!
  - > alternativ Seitenzahlen (Seite ... von ...) oder unten Seiten als Icons
- „sliden“: auch gut zum Springen zwischen den Seiten / noch mal nachlesen...
  - vermittelt Ruhe, wenn man weiß, wo man ist und wie viel noch „anst
- in Karte am Ende Erinnerung an erfolgreiche Aktivitäten einbauen
- oft zu lange Texte <-> viele moderne Homepages verwenden eher Schlagw
- schnelle Infos (ABER: Studenten hatten keinen Leidensdruck → waren eher n
- gewillt, lange Texte zu lesen evtl.)
  - lange vs. kurze Version anbieten: d.h. weitere Infos optional
  - > praktische Beispiele vs. wissenschaftliche Absicherung
- Frauen vs. Männer bzw. sexuelle Orientierung berücksichtigen?

- persönliche Ansprache: anfangs Namen angeben, dann dementsprechend

## Ansprache

→ als Option anbieten

- Präventionsmaßnahme (→ evtl. fehlende Motivation) vs. Akutmaßnahme

zu gestresst, um sich Module durchzulesen?):

-> zu Uni-Beginn vor akutem Stress

-> nach Stressmanagement-Seminaren als Vertiefung

-> als Wartezeit-Überbrückung („stepped-care-Modell“)

- tatsächlich geeignet für Studenten?

-> schon bei Schülern ansetzen, verbunden mit Bio-Unterricht?

-> frei zugänglichen Link nicht ohne Eignungsdiagnostik oder Screening

→ mit Passwort online registrieren

-> Testversion auf Homepage der Studentenberatung posten inkl.

demographische Variablen erheben

→ dementsprechende Rückschlüsse möglich, ob Geschlecht o

Studienrichtung Auswirkungen auf Bearbeitung etc. hatte

- individuelles und aktives selbstständiges Formulieren oft verstärkt gewünscht

- früh informieren, dass man am Ende alles ausdrucken kann: in Einleitung vorhanden?

- „Das kennen wir alle“ – Formulierung überdenken

- wechselnde Bilder als zu anstrengend empfunden (4 Bilder als Slides recht

- Zurück- und Weiter-Buttons besser kennzeichnen

- „1.-Hilfe-Modul“ evtl. früher bringen, um ihnen gleich etwas an die Hand zu

	N	Minimum
Bereits zu Beginn der Veranstaltung hatte ich Interesse an der Thematik	23	3
Themen der Veranstaltung waren mir bereits bekannt	23	1
Die Veranstaltung weckt mein Interesse an der Thematik	23	3
Der thematische Aufbau der Veranstaltung ist nachvollziehbar	23	5
Die Relevanz der behandelten Thematik wird deutlich	23	5
Es werden grundlegende Modelle, Konzepte und Befunde vermittelt	23	4
Eine kritische Auseinandersetzung mit dem Thema wird angeregt	23	4
Zusammenhänge zu anderen Themen des Studiums werden aufgezeigt	23	2
Zusammenhänge zur Praxis / zur Anwendung werden aufgezeigt	23	5
Es wird genügend Zeit für Nachfragen und Diskussionen gegeben	23	4
Die Veranstaltung bereitet gut auf die Prüfungsleistung vor	21	1
Die Begleitmaterialien, Handouts etc. für die Veranstaltung sind informativ	21	1
Die eingesetzten Medien sind für das Verständnis der Thematik förderlich	22	5
Die Dozentin / der Dozent stellt die Inhalte verständlich dar	23	6
Die Dozentin / der Dozent ist gut vorbereitet	23	5
Die Dozentin / der Dozent ist aufgeschlossen	23	5
Die Dozentin / der Dozent spricht deutlich	23	6
Die Dozentin / der Dozent hält die Lehrveranstaltung souverän	23	6
Die Dozentin/ der Dozent nimmt sich genügend Zeit für die Betreuung	23	1
Der Arbeitsaufwand für die Veranstaltung entspricht dem Nutzen	22	2
Auf einer Notenskala von sehr gut bis ungenügend würde diese Veranstaltung folgende Note bekommen	23	1,0
gewichteter Mittelwert der Ziele	23	4,78
Gültige Werte (Listenweise)	18	

	Maximum	Mittelwert
Bereits zu Beginn der Veranstaltung hatte ich Interesse an der Thematik	6	4,91
Themen der Veranstaltung waren mir bereits bekannt	6	3,61
Die Veranstaltung weckt mein Interesse an der Thematik	7	5,57
Der thematische Aufbau der Veranstaltung ist nachvollziehbar	7	5,87
Die Relevanz der behandelten Thematik wird deutlich	7	6,09
Es werden grundlegende Modelle, Konzepte und Befunde vermittelt	7	5,30
Eine kritische Auseinandersetzung mit dem Thema wird angeregt	7	6,43
Zusammenhänge zu anderen Themen des Studiums werden aufgezeigt	7	5,09
Zusammenhänge zur Praxis / zur Anwendung werden aufgezeigt	7	6,70
Es wird genügend Zeit für Nachfragen und Diskussionen gegeben	7	6,43
Die Veranstaltung bereitet gut auf die Prüfungsleistung vor	6	4,76
Die Begleitmaterialien, Handouts etc. für die Veranstaltung sind informativ	7	5,10
Die eingesetzten Medien sind für das Verständnis der Thematik förderlich	7	6,09
Die Dozentin / der Dozent stellt die Inhalte verständlich dar	7	6,52
Die Dozentin / der Dozent ist gut vorbereitet	7	6,48
Die Dozentin / der Dozent ist aufgeschlossen	7	6,83
Die Dozentin / der Dozent spricht deutlich	7	6,91
Die Dozentin / der Dozent hält die Lehrveranstaltung souverän	7	6,78
Die Dozentin/ der Dozent nimmt sich genügend Zeit für die Betreuung	7	6,26
Der Arbeitsaufwand für die Veranstaltung entspricht dem Nutzen	7	4,64
Auf einer Notenskala von sehr gut bis ungenügend würde diese Veranstaltung folgende Note bekommen	2,0	1,613
gewichteter Mittelwert der Ziele	6,89	6,1498
Gültige Werte (Listenweise)		



Datum	Thema
8.11.	<p><b>Vorbesprechung, Überblick und Organisatorisches</b></p> <p>Interventionen bei Stress und Online-Therapie? Das Spannungsfeld und Lösungsmöglichkeiten. Eigene Erfahrungen und Einstellungen zu Online-Therapie, Online-Prävention, Online-Diagnostik</p> <p>Das mehrdimensionale Stressmodell und Ansatzpunkte für Stressmanagement bei Studierenden.</p> <p>Gruppenfindung:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 5 Gruppen, die über das gesamte Semester gemeinsam arbeiten</li> <li>○ Anpassung und Bearbeitung eines inhaltlichen Schwerpunkts für die Zielgruppe „Gestresste Studierende“ (inhaltliches Modul inkl. Transferübung)</li> <li>○ Übernahme von Kurzreferaten im Plenum</li> <li>○ Präsentation des angepassten Moduls im Abschlussblock.</li> <li>○ Verwalten eines iPads → Zugangsdaten</li> </ul> <p>Vorstellung des technischen Tutors: Marlon Grodd Vorstellung des didaktischen Tutors: Julia Werhahn</p>
15.11.	<p><b>Seminarsinhalte – Die Praxisperspektive</b></p> <p>1 <i>Stress bei Studierenden der Universität Freiburg – die Studentische Beratungsstelle</i> Besuch: Frau Dipl.-Psych. Christina Huber, PPT/ Psychoanalytikerin</p> <p><b>Literatur zur inhaltlichen Vorbereitung :</b> <i>Gusy et al. (2010). Burnout bei Bachelor-Studierenden</i></p> <p>2 <i>Das Online-Stressmanagement-Training der Ambulanz für stressbedingte Erkrankungen.</i></p>
22.11.	<p><b>Stressmanagement-Trainings Online</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➔ Was macht ein Online Programm zu einem guten Angebot? Differentielle Indikation für wen/ in welcher Situation ist es ein gutes Angebot?</li> <li>➔ Einblick in die Theorie und einzelne Programme</li> <li>➔ Vor- und Nachteile von Online-Programmen</li> <li>➔ Unterschiedliche Programme u.a. der Krankenkassen</li> </ul> <p>Pro Gruppe ein paper/ online SMT zur Vorbereitung (5 min im Plenum vorstellen)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.) Vorstellen von Programm 1: Der Stressmanager (auf CD-ROM)</li> <li>2.) Vorstellen von Programm 2: Ein Krankenkassen Programm (z.B. TK oder DAK)</li> <li>3.) Cuijpers, P., van Straten, A. &amp; Andersson, G. (2008). Internet-administered cognitive behavior therapy for health problems: a systematic review. <i>Journal of Behavioral Medicine</i>, 31, 169–177. DOI 10.1007/s10865-007-9144-1</li> <li>4.) Webb, T., Joseph, J. Yardley, L. &amp; Michie, S. (2010). Using the internet to promote health behavior change: A systematic Review and Meta-Analysis of the impact of Theoretical Basis, Use of Behavior Change techniques, and mode of Delivery on Efficacy. <i>Journal of Medical Internet Research</i>, 12(1), e4. doi: 10.2196/jmir.1376</li> <li>5.) Hasson et al. (2010). Factors associated with high use of a workplace web-based stress management program in a randomized controlled intervention study. <i>Health Education Research</i>. 25(4). 596–607.</li> <li>6.) Andersson, G., Ljotsson, B. &amp; Weise, C. (2011). Internet delivered treatment to promote health. <i>Current Opinion in Psychiatry</i>. 24, 168-172.</li> </ol> <p>Weiterführen der Gruppenaufgabe: Inhaltliche Ideen sammeln, Rekrutierungsstrategien, Aufgabenteilung in der Gruppe</p>



**14.15 – 14.30 Uhr: Begrüßung**

**14.30 – 15.15 Uhr: 30 Min. Präsentation Gruppe 1, 15 Min. Disku**

**15.15 – 16.00 Uhr: 30 Min. Präsentation Gruppe 2, 15 Min. Disku**

**16.00 – 16.30 Uhr: PAUSE**

**16.30 – 17.15 Uhr: 30 Min. Präsentation Gruppe 3, 15 Min. Disku**

**17.15 – 18.00 Uhr: 30 Min. Präsentation Gruppe 4, 15 Min. Disku**

**18.00 – 18.30 Uhr: PAUSE**

**18.30 – 19.15 Uhr: 30 Min. Präsentation Gruppe 5, 15 Min. Disku**

**19.15 – 20.00 Uhr: Abschlussdiskussion, Fragen, Rückmeldunge**



## Übersicht der inhaltlichen Module

	Inhaltlicher Fokus	Modul 1 Stress verstehen	Modul 2 Erste Hilfe	Modul 3 Freiraum schaffen	Modul 4 Umdenken	Modul 5 Aktiv bewältigen	Modul 6 Balance halten
1	Begrüßung	Hinführung zum Thema STANDARD	Hinführung zum Thema STANDARD	Hinführung zum Thema STANDARD	Hinführung zum Thema STANDARD	Hinführung zum Thema STANDARD	Hinführung zum Thema STANDARD
2	Verlaufsmessung zum Start der Woche:	STANDARD	STANDARD	STANDARD	STANDARD	STANDARD	STANDARD
3	Bewertung und Rückmeldung Hausaufgabe	STANDARD	STANDARD	STANDARD	STANDARD	STANDARD	STANDARD
4	Einstimmung: kurze Achtsamkeitsübung	STANDARD	STANDARD evtl. Video neu	STANDARD evtl. Video neu	STANDARD evtl. Video neu	STANDARD evtl. Video neu	STANDARD Video neu
5	Psychoedukation 1: Problemstellung des Moduls	Biologisches Stressmodell Gesund/krank Wird hier eingeführt	Kurzfristige Stressreaktion Alte auswählen oder neue Situation ergänzen	Stress-Situation als Fremdbestimmt / moderne Welt Alte auswählen oder neue Situation ergänzen	Stressförderliche und -reduzierende Gedanken Alte auswählen oder neue Situation ergänzen	Stressförderliche und -reduzierende Verhaltensweisen Alte auswählen oder neue Situation ergänzen	Nutzung des Moduls nach Ende Trainings Wird hier genutzt auf zukünftige Situationen
6	Situation: Situationsauswahl	Wird hier eingeführt	KONSEQUENZEN: Notsignale für akuten Stress Dreischritt gegen akuten Stress (Flash)	BEDINGUNGEN: Ressourcen und Stressoren Abbau von Stressoren, Ressourcenaufbau (Flash)	UMGANG: Persönliche Bewertungsaktivität Veränderung dysfunktionale Gedanken, Positive Selbstinstruktion	UMGANG: Persönliche Bewertungsaktivität Systematisches Problemlösen	Wird hier genutzt auf zukünftige Situationen
7	Analyse: Situation im Sinne der Problemstellung bearbeiten	Wird hier eingeführt	Wird hier eingeführt	Wird hier eingeführt	Wird hier eingeführt	Wird hier eingeführt	Wird hier genutzt auf zukünftige Situationen
8	Stressmanagement: Psychoedukation 2: Mehrschrittige Lösungsidee	Wird hier eingeführt	Dreischritt gegen akuten Stress (Flash)	Abbau von Stressoren, Ressourcenaufbau (Flash)	Veränderung dysfunktionale Gedanken, Positive Selbstinstruktion	Systematisches Problemlösen	MyCope Element bearbeiten / priorisieren/
9	Transferübung im Modul	Einführung in die Situationsanalyse → Situation erstellen	Abkühlen Ablenken Abreagieren → Ausprobieren	Aufbau positiver Aktivitäten / Zeit für sich → Planen	Realitätsüberprüfung stressförderlicher Gedanken	Systematisches Problemlösen anwenden	Stressbewältigung Lösungskoffi
10	Hausaufgaben: Übung für die Woche	Situationen sammeln	Kurzfristige Strategien des Notfallplans ausprobieren	Aktivität umsetzen und Kontrolle (Mail zur Erinnerung)	Systematisches Problemlösen anwenden	Systematisches Problemlösen anwenden	Vorbereitung Abschluss
11	Evaluation	STANDARD	STANDARD	STANDARD	STANDARD	STANDARD	STANDARD
	Transfer in MyCope	1. erstellte Situationen	1. Notfallsignale 2. Erste-Hilfe-Plan (Karte) Verlauf	Planung einer angenehmen Aktivität (Karte) Verlauf	Stressreduzierende positive Sätze	Ablaufschema systematisches Problemlösen (Karte)	
	Zugriffe auf MyStress	Verlauf					



#55502077 - Two happy graduating students isolated (6 Credits)  
#24065938 - Touristin hält Globus in den Händen (12 Credits)  
#57845415 - Family at home relaxing on carpet (12 Credits)  
#55457232 - Neuer Weg Alter Trott (10 Credits)

Insgesamt würden wir also 40 Credits benötigen.

Wäre das so in Ordnung?

Und weißt du, ob es noch einen Pool gibt, in welchem alle bestellten Bilder zusammengeordnet werden?

(Das wäre echt super, weil man dann auch schauen könnte, ob ein Bild eines anderen Modells ebenfalls passend ist.)

Vielen Dank dir! :-)

Liebe Grüße,  
Ann-Marie, Elisabeth, Sabine und Laura

Liebe Julia,

im Anhang sende ich die die Auswahl unserer Bilder für Modul 1. Wir haben uns Bilder von fotolia als auch von shutterstock ausgesucht. Auf shutterstock war die Anzahl der c die Bilder leider nicht angegeben. Wenn du für diese noch irgendeine Info brauchst, me einfach :-)

Liebe Grüße und danke dir!

Sara



[http://image.shutterstock.com/display\\_pic\\_with\\_logo/265489/106219145/stock-vector-cavemen-fighting-a-mammoth-vector-illustration-with-simple-gradients-each-element-in-a-separate-106219145.jpg](http://image.shutterstock.com/display_pic_with_logo/265489/106219145/stock-vector-cavemen-fighting-a-mammoth-vector-illustration-with-simple-gradients-each-element-in-a-separate-106219145.jpg)



[http://image.shutterstock.com/display\\_pic\\_with\\_logo/97565/155549153/stock-photo-headache-migraine-and-stress-concept-with-woman-in-pain-massaging-temples-for-headache-cure-155549153.jpg](http://image.shutterstock.com/display_pic_with_logo/97565/155549153/stock-photo-headache-migraine-and-stress-concept-with-woman-in-pain-massaging-temples-for-headache-cure-155549153.jpg)







[http://download.fotolia.com/Content/ComplImage/FotoliaComp\\_43530657\\_QPqd50Q3ngEbgZlu97HwCTdGAWeQ1hBH](http://download.fotolia.com/Content/ComplImage/FotoliaComp_43530657_QPqd50Q3ngEbgZlu97HwCTdGAWeQ1hBH)

**12 Credits**



[http://download.fotolia.com/Content/ComplImage/FotoliaComp\\_44332945\\_7hR3P2PjZa47GAyqpR1oD6eVmLtGVaAS](http://download.fotolia.com/Content/ComplImage/FotoliaComp_44332945_7hR3P2PjZa47GAyqpR1oD6eVmLtGVaAS)

**6 Credits**

	<p>stock-photo-calendar-reminder-final-exams-74225197.jpg</p>	
	<p><a href="http://download.fotolia.com/Content/Complimage/FotoliaComp_57711710_Bzip1SkedaDBZc3SgdHS00e5Wt6H5fv7">http://download.fotolia.com/Content/Complimage/FotoliaComp_57711710_Bzip1SkedaDBZc3SgdHS00e5Wt6H5fv7</a></p>	<p><b>6 Credits</b></p>
	<p><a href="http://image.shutterstock.com/display_pic_with_logo/743161/158069510/stock-photo-school-books-and-apple-against-blackboard-158069510.jpg">http://image.shutterstock.com/display_pic_with_logo/743161/158069510/stock-photo-school-books-and-apple-against-blackboard-158069510.jpg</a></p>	
	<p><a href="http://image.shutterstock.com/display_pic_with_logo/444220/127478303/stock-photo-open-suitcase-isolated-on-a-white-background-127478303.jpg">http://image.shutterstock.com/display_pic_with_logo/444220/127478303/stock-photo-open-suitcase-isolated-on-a-white-background-127478303.jpg</a></p>	

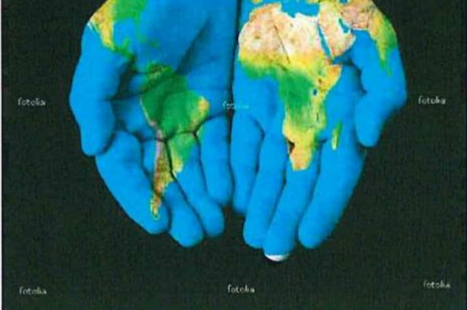




Hey Julia,

Anbei senden wir dir unsere Bilderliste!

LG Lena, Chrissi, Verena, Anne und Basti.

Seite	Fotonummer	Foto	Größe
Fotolia	#37844734		M
Fotolia	#56444600		M
Fotolia	#39401433		M
Fotolia	#55129192		M

			
Fotolia	#55785565		M
Fotolia	#46042872		M

Hallo Julia,

ich würde dich bitten, folgendes Foto für Modul 3 zu besorgen:  
<http://de.fotolia.com/Content/Comp/37844734>

Danke!

Verena

Liebe Julia, folgende Bilder kommen noch hinzu:

Fotolia:

[57150730](#)

[30936466](#)

[46273916](#)

[48802935](#)

Liebe Grüße, Alex

Homepage	Bildnummer
fotolia.com	44971980
fotolia.com	57997345
istockphoto.com	21552501
istockphoto.com	20057772
istockphoto.com	16662460
shutterstock.com	119230918
shutterstock.com	142959802



Übersicht 2014 gesamt

Ausgaben / Einnahmen BA112003 Kapitel1403 Titelgruppe Kostenstelle 030770 Jahr 2014 Laufzeit 01.11.12-31.05.14 Gesamt €14.654,- keine Steuer, kein OV														
	Sachausgaben PC Ausstattung	Sachausgaben Literatur	Sachausgaben Grafische Anpassung	Sachausgaben Mobile Endgeräte	Sachausgaben Probierende Geräte	Sachausgaben Probierende Geräte	Sachausgaben gesamt	Personalaus- gaben Technischer Tutor	Personalausgab en Didaktischer Tutor	Personalaus- gaben gesamt	Einnahmen	OV Abzüge	Einnahmen abzgl. OV	Gesamt
Startsumme	876,00 €	90,00 €	300,00 €	4.314,00 €	4.314,00 €	800,00 €	6.380,00 €	5.516,00 €	2.758,00 €	8.274,00 €				11.313,21 €
Übortrag 2013														
Jan	- €	- €	- €	- €	- €	500,00 €	500,00 €	- €	- €	721,79 €	- €	- €	- €	10.091,42 €
Feb	- €	- €	- €	- €	- €	500,00 €	500,00 €	- €	- €	1.172,51 €	- €	- €	- €	9.418,91 €
Mär	- €	- €	493,74 €	3.823,47 €	3.823,47 €	- €	4.317,21 €	- €	- €	1.400,60 €	- €	- €	- €	3.701,10 €
Apr	- €	- €	- €	- €	- €	- €	- €	- €	- €	1.218,77 €	- €	- €	- €	2.482,33 €
Mai	- €	- €	- €	- €	- €	- €	- €	- €	- €	727,43 €	- €	- €	- €	1.754,90 €
Jun	- €	- €	- €	- €	- €	- €	- €	- €	- €	- €	- €	- €	- €	1.754,90 €
Jul	- €	- €	- €	- €	- €	144,00 €	144,00 €	- €	- €	- €	- €	- €	- €	1.898,90 €
Aug	- €	- €	- €	- €	- €	- €	- €	- €	- €	586,88 €	- €	- €	- €	1.312,02 €
Sep														
Okt														
Nov														
Dez														
Summe 2014	- €	- €	493,74 €	3.823,47 €	3.823,47 €	144,00 €	4.173,21 €	- €	- €	5.827,98 €	- €	- €	- €	1.312,02 €
Kontostand aktuell	412,36 €	90,00 €	193,74 €	490,53 €	444,00 €	444,00 €	1.243,15 €	5.516,00 €	2.758,00 €	68,87 €	- €	- €	- €	
Summe Ausgaben gesamte Laufzeit bis heute	463,64 €	- €	493,74 €	3.823,47 €	356,00 €	356,00 €	5.136,85 €	- €	- €	8.205,13 €	- €	- €	- €	
Summe Einnahmen gesamte Laufzeit bis heute														

Ausgaben / Einnahmen BA112003 Kapitel1403 Titelgruppe Kostenstelle 030770 Jahr 2013 Laufzeit 01.11.12-31.05.14 Gesamt €14.654,- keine Steuer, kein OV														
	Sachausgaben PC Ausstattung	Sachausgaben Literatur	Sachausgaben Grafische Anpassung	Sachausgaben Mobile Endgeräte	Sachausgaben Probierende Geräte	Sachausgaben Probierende Geräte	Sachausgaben gesamt	Personalaus- gaben Technischer Tutor	Personalausgab en Didaktischer Tutor	Personalaus- gaben gesamt	Einnahmen	OV Abzüge	Einnahmen abzgl. OV	Gesamt
Startsumme	876,00 €	90,00 €	300,00 €	4.314,00 €	4.314,00 €	800,00 €	6.380,00 €	5.516,00 €	2.758,00 €	8.274,00 €				
Jan	- €	- €	- €	- €	- €	- €	- €	- €	- €	- €				
Feb	- €	- €	- €	- €	- €	- €	- €	- €	- €	- €				
Mär	463,64 €	- €	- €	- €	- €	- €	463,64 €	- €	- €	- €				12.211,67 €
Apr	- €	- €	- €	- €	- €	- €	- €	- €	- €	- €				- €
Mai	- €	- €	- €	- €	- €	- €	- €	- €	- €	- €				- €
Jun	- €	- €	- €	- €	- €	- €	- €	- €	- €	- €				- €
Jul	- €	- €	- €	- €	- €	- €	- €	- €	- €	- €				- €
Aug	- €	- €	- €	- €	- €	- €	- €	- €	- €	- €				- €
Sep	- €	- €	- €	- €	- €	- €	- €	- €	- €	- €				- €
Okt	- €	- €	- €	- €	- €	- €	- €	- €	- €	- €				- €
Nov	- €	- €	- €	- €	- €	- €	- €	- €	- €	- €				- €
Summe 2013	463,64 €	- €	- €	- €	- €	- €	463,64 €	- €	- €	- €				
Summe Ausgaben gesamte Laufzeit bis heute	463,64 €	- €	493,74 €	3.823,47 €	356,00 €	356,00 €	5.136,85 €	- €	- €	8.205,13 €	- €	- €	- €	
Summe Einnahmen gesamte Laufzeit bis heute														

### Kontostand pro BA/Projekt (FR)

Datensatz vom 08.10.2014

Haushaltsjahr: 2014 ; Kapitel: 1403 ; BA/Projekt: 7011200301 ; User: of1000

BA/Projekt	Titel / Bezeichnung	Haushaltsansatz	SonstZuw	Reste	Vorj. Reste	Akt.Soll	Sperre	Angeordnet (A)	Off.Soll.(A)	Angeordnet (E)	Off.Soll.(E)
7011200301	42971-Personalaufwand		0,00	0,00	0,00			5.827,98	0,00	0,00	0,00
7011200301	54771-Sachaufwand		0,00	11.313,21	0,00	11.313,21		4.173,21	0,00	0,00	0,00
7011200301	81271-Erwerb v. Maschinen, Geräten		0,00	0,00	0,00				0,00	0,00	0,00
7011200301	Summe (DR BA/Projekt)		0,00	11.313,21	0,00	11.313,21		10.001,19	0,00	0,00	0,00
ausgew. BAs	42971-Personalaufwand		0,00	0,00	0,00			5.827,98	0,00	0,00	0,00
ausgew. BAs	54771-Sachaufwand		0,00	11.313,21	0,00	11.313,21		4.173,21	0,00	0,00	0,00
ausgew. BAs	81271-Erwerb v. Maschinen, Geräten		0,00	0,00	0,00				0,00	0,00	0,00
ausgew. BAs	Gesamtsumme		0,00	11.313,21	0,00	11.313,21		10.001,19	0,00	0,00	0,00

### Kontostand pro BA/Projekt (FR)

Datensatz vom 08.10.2014

Haushaltsjahr: 2013 ; Kapitel: 1403 ; BA/Projekt: 112003 ; User: of1000

BA/Projekt	Titel / Bezeichnung	Haushaltsansatz	SonstZuw	Reste	Vorj. Reste	Akt.Soll	Sperre	Angeordnet (A)	Off.Soll.(A)	Angeordnet (E)	Off.Soll.(E)
112003	42971-Personalaufwand		0,00	0,00	0,00			2.377,15	0,00	0,00	0,00
112003	54771-Sachaufwand		12.211,67	2.442,33	0,00	14.654,00		963,64	0,00	0,00	0,00
112003	81271-Erwerb v. Maschinen, Geräten		0,00	0,00	0,00				0,00	0,00	0,00
112003	Summe (DR BA/Projekt)		12.211,67	2.442,33	0,00	14.654,00		3.340,79	0,00	0,00	0,00
ausgew. BAs	42971-Personalaufwand		0,00	0,00	0,00			2.377,15	0,00	0,00	0,00
ausgew. BAs	54771-Sachaufwand		12.211,67	2.442,33	0,00	14.654,00		963,64	0,00	0,00	0,00
ausgew. BAs	81271-Erwerb v. Maschinen, Geräten		0,00	0,00	0,00				0,00	0,00	0,00
ausgew. BAs	Gesamtsumme		12.211,67	2.442,33	0,00	14.654,00		3.340,79	0,00	0,00	0,00



### Kontostand pro BA/Projekt (FR)

Datensatz vom 08.10.2014

Haushaltsjahr: 2012 ; Kapitel: 1403 ; BA/Projekt: 112003 ; User: of1000

BA/Projekt	Titel / Bezeichnung	Haushaltsansatz	SonstZuw	Reste	Vorj. Reste	Akt.Soll	Sperre	Angeordnet (A)	Off.Soll.(A)	Angeordnet (E)	Off.Soll.(E)
112003	42971-Personalaufwand		0,00	0,00	0,00				0,00	0,00	0,00
112003	54771-Sachaufwand		2.442,33	0,00	0,00	2.442,33			0,00	0,00	0,00
112003	81271-Erwerb v. Maschinen, Geräten		0,00	0,00	0,00				0,00	0,00	0,00
112003	Summe (DR BA/Projekt)		2.442,33	0,00	0,00	2.442,33			0,00	0,00	0,00
ausgew. BAs	42971-Personalaufwand		0,00	0,00	0,00				0,00	0,00	0,00
ausgew. BAs	54771-Sachaufwand		2.442,33	0,00	0,00	2.442,33			0,00	0,00	0,00
ausgew. BAs	81271-Erwerb v. Maschinen, Geräten		0,00	0,00	0,00				0,00	0,00	0,00
ausgew. BAs	Gesamtsumme		2.442,33	0,00	0,00	2.442,33			0,00	0,00	0,00