So super jetzt genau, also wie

gesagt inhaltlicher Natur waren

mir viele Kommunikationsmodelle

schon vor dem Studium und so

weiter vorher bekannt, aber ich

fand es halt gut, dass ich das

jetzt nochmal wiederholen

konnte. Das auffrischen konnte.

Das Macht einem das immer noch

mal wieder so bewusst. Ach ja,

versetzt dich mal in die Lage

der anderen und kommuniziert

klar und deutlich.

Ich frage auch noch mal nach, ob

das richtig verstanden hast.

Und ich glaube gerade in

Vorbereitung auf die Geburt ist

das jetzt noch mal ganz gut

gewesen, dass wie gesagt,

aufzufrischen und mir nochmal.

Also ich hätte mir jetzt auch

nochmal geschrieben so.

Dass ich eben in den stressigen

Situationen auch versuche, meine

Bedürfnisse klar zu

kommunizieren, nochmal

nachzufragen und ansonsten mein

Mann schicke, der dann nochmal

nachfragen und auch dran zu

bleiben und das ist dann eben

nicht persönlich zu nehmen. Wenn

die wenn das Fachpersonal da

gestresst ist und nicht sofort

reagieren kann.

Genau ansonsten.

Feedback? Ich hatte also

technischer Natur, hatte ich

jetzt nur ein paar Probleme ab

Lektionen oder lassen 8 was auf

einmal, so dass ich nicht weiter

klicken konnte, da musste ich

immer erst 2 Folien zurück

klicken und dann konnte ich

weiterklicken OK dann weiß nicht

woran das lag, das war dann das

was ich eingetragen hatte, war

dann auch grau unterlegt und ich

konnte es auch nicht mehr

bearbeiten, also bei einem Punkt

ich weiß nicht ob sich das dann

angucken meine Aussagen da sieht

man auch, dass mein Satz.

Ich finde ist OK genau ja dann

noch eine Kleinigkeit bei nach

der Lektion 9.

Steht dann ja, dass jetzt die

nächste Lektion folgt, aber dann

kommen dazwischen die

Abschlussfragen und dann kommt

erst die Lektion 10 Lektion 10

an sich fand ich total gut, weil

man da noch mal so eine

Zusammenfassung hat von dem was

man so durchgegangen ist.

Aber das vielleicht würde ich

das Umdrehen oder so, also das

war so ein bisschen irritierend,

weil man denkt Oh jetzt noch

eine Lektion, aber da stand doch

gerade das waren jetzt schon

Schluss fragen also genau da bin

ich nur einmal so kurz sozusagen

drüber hängen geblieben.

Ansonsten grundsätzlich fand ich

bei manchen Lektionen zu Beginn

ein bisschen viel Text also.

Die erklärt Texte sind schon

relativ ausführlich, sehr dann

auch ein 2 Beispiele immer mit

eingefügt und sowas

grundsätzlich bestimmt Gutes, um

zu verstehen, worum es geht,

aber manches fand ich sehr

textlastig einfach viel zu

lesen, dann ne genau und da bin

ich eine die dann einfach, weil

man so im beruflichen Alltag

liest eine, die dann anfängt

schnell das zu überlesen oder

dann weiter zu klicken, dass man

da vielleicht die Sätze noch

kürzer oder so also das war

jetzt noch so oder so daraus

macht.

Oder so, dass er jetzt noch so

n.

Was mir so ein bisschen

aufgefallen ist.

Genau ich fand es auch schön,

dass immer noch so kleine

Grafiken Name drin sind, die

haben das n bisschen

aufgelockert.

Ja das soweit jetzt erstmal als

Feedback.

OK.

Ja super, das sind schon sehr

gute Punkte, das sind auch schon

einige wie war das denn jetzt?

Die App so am Stück

durchzuspielen? Das hat jetzt

auch glaub ungefähr eine Stunde

gedauert ne genau also ich hab

einmal kurz 10 Minuten Pause

gemacht und tust du essen.

Ansonsten hat das ungefähr eine

Stunde gedauert, ja wie gesagt

also eigentlich konnte man da

war man gut, könnte man am Ball

bleiben und konzentriert

bleiben, fand ich ob obwohl man

ja jetzt in meiner aktuellen

Phase.

Zum Beispiel nicht so mega gut

konzentrieren kann, das ist ja

auch.

Unbedingt aber dennoch war das

jetzt für mich OK genau.

Plus wie gesagt bei ein 2 Sachen

habe ich dann nochmal versucht

irgendwie zurückzuschicken, weil

das irgendwie technisch nicht

ging oder so, aber ansonsten

konnte ich da eigentlich so

fließend durchgehen OK ja super

also auch nicht so anstrengend

zu langweilig.

Nee, fand ich nicht, also es ist

natürlich glaube ich immer

individuell wie der Hintergrund

ist, wenn man noch nie was von

diesen Seiten der Kommunikation

gehört hat oder sich mit dem

Thema noch nie beschäftigt hat.

Ich glaube, dann ist es noch so

ein bisschen ja einführungs

spannender, das jetzt negativ

bewertet sein, aber ich glaube,

dann hält man sich vielleicht an

diesen erklärt Text noch ein

bisschen länger auf okay, dass

man da einfach ein bisschen mehr

Zeit braucht. Aber genau.

OK gut.

Was du also? Das Feedback war

jetzt doch ziemlich positiv gab

es auch irgendwelche Dinge, wo

Sie sagen, die fanden sie nicht

so gut?

Wüsste ich jetzt so spontan

nicht also so dieses technische,

das ist natürlich dann störend,

aber da können sie jetzt in der

Situation nichts dafür

vielleicht auch im Computer

keine Ahnung das und wie gesagt

manchmal diese langen Texte,

dass man sich das oder dass ich

mir dann gedacht habe oh ja, ich

weiß jetzt, worum es geht oder

was jetzt gewünscht ist ich

krieg jetzt mal weiter, aber

ansonsten war eigentlich nichts

irgendwie auffällig negativ.

Was mir jetzt im Gedächtnis

geblieben ist.

OK, das ist ja schon mal ganz

gut und.

Und ja, Sie haben schon gesagt

Sie nehmen mit, dass sie auch in

gerade in schwierigen

Situationen nochmal klarer

kommunizieren, vielleicht ihren

verschicken, n bisschen mehr

Verständnis für das Personal

haben sonst noch was?

Was ich was mir aufgefallen ist,

dass ich bisher nicht so richtig

in der Kommunikation mit den

Ärztinnen und Hebammen nochmal

nach, also nochmal nicht

nachgefragt, sondern noch mal

bestätigt habe das wiederholt

habe, also machen wir das jetzt

so und so, also verstehe ich das

richtig, dass ich das so und so

die Medikamente einnehmen muss

oder was auch immer. Ich hatte

auch ein Beispiel genannt ich

hatte eine Situation vor kurzem

habe ich vom Arzt einfach nur

rezeptzettel bekommen für

Medikamente.

Brauchen Sie, müssen das jetzt

nehmen und es war halt gar nicht

ersichtlich, warum und für wie

lange und ja, dann habe ich

nochmal angerufen und so aber

irgendwie.

Hab ich dann auch einfach

genommen und habe das dann erst

beim nächsten Vorsorgetermin

irgendwie so angesprochen und

hatte bis dahin dann immer so

ein bisschen ungutes Gefühl und

da habe ich für mich jetzt

nochmal mitgenommen, das werde

ich beim nächsten Mal auf jeden

Fall direkt ansprechen und

direkt nochmal nachfragen und

sicher gehen sozusagen, ob das

dann auch richtig ist.

Ja.

Genau ja, weil man eben 2 Jahre

in einem Beispiel, dass der Arzt

oder die Ärztin, was in dem

Beispiel nicht immer davon

ausgehen können, dass die

Patientin versteht, warum sie

das Medikament nehmen muss oder

was jetzt der Hintergrund ist

der medizinische obs jetzt dem

Baby gut geht oder nicht,

sondern da stand einfach nur sie

müssen jetzt das nehmen also so

ähnlich war meine Situation

tatsächlich auch und da würde

ich fürs nächste Mal einfach

dann konkreter Entschuldigung

konkreter Nachfragen oder dann

nochmal hinterhergehen und mich

dann nicht einfach so.

Ich denke naja, passt schon,

aber eigentlich ärgert man sich

dann.

Ja ja, eigentlich so ja, die

werden schon wissen, aber A

trotzdem hätte ich ein sicheres

Gefühl, wenn ich das jetzt

wüsste, ne na ja, das stimmt das

glaub ich auch OK, aber so, das

war jetzt schon mal eine

Situation, die ganz gut gepasst

hat. Gab es sonst Situationen wo

sie gesagt haben und die habe

ich noch nicht erlebt, oder? Die

passten weniger an den

Beispielen.

Da gab es einen 2 ich ich kann

ja zurückblicken ne ja, genau

jeden Fall.

Kurz gucken?

Ne, ich kann jetzt nur Lektionen

ziehen, zurückschicken ja, okay

egal eigentlich ins Hauptmenü

auch kommen.

Naja, wenn ich das hier

schließe.

Ach ja, was übrigens auch sehr

gut fand ist Lektion 8 mit

diesem aktives Stressmanagement.

Mhm, Moment.

Ich finde es jetzt gerade

irgendwie nicht wieder, aber das

stand genau ich glaube, es war

sogar ein Lektion 8 mit dem

aktiven Stressmanagement mit dem

Partner dass man.

Moment jetzt klicke ich mich

durch, will muss auch nochmal

ins Hauptmenü kommen und dann

wieder auf Lektion 8 hoffe ich.

Können.

Ich finde es nicht, aber

irgendwie darum von wegen, dass

der Partner quasi nichts macht

oder das alles dann an der

Mutter hängen bleibt und das

Essen nicht gekocht wird oder

keine Ahnung, was also da hab

ich so gedacht? Na ja, das finde

ich mich jetzt in unserer

persönlichen, also in unserer

Beziehung jetzt nicht wieder,

aber das war jetzt nichts, wo

ich jetzt so.

Drüber gestolpert bin gedacht

habe na ja, das ist jetzt

totaler Quatsch oder so, weil

das kann ja immer individuell

natürlich auch passieren.

Ja.

Aber ansonsten hatte ich

eigentlich keine Sache, wo ich

gedacht habe, das ist fernab der

Realität oder passt jetzt hier

gar nicht rein?

Okay, also das war einfach jetzt

nicht für ihre Situation passend

aber genau richtig aber nicht

nur vorstellen, das ist bestimmt

so.

Beziehungen gibt oder so

Situationen gibt ja.

Nächstes mal.

OK gerade noch bei dem aktiven

Stressmanagement haben sie auch

gesagt, dass gut warum?

Moment da krieg ich nochmal kurz

rein.

Genau weil es auch da einfach

nochmal nicht nur also vorher

ging es ja die ganze Zeit und

Kommunikation mit Pflegepersonal

oder Ärzten und da war es noch

mal so eine persönlichere Ebene

sozusagen. Wie kann ich denn

diese Kommunikation nicht nur

für diese eine spezifische

Situation oder rund um das Thema

Geburt umsetzen, sondern wie

kann ich auch in meiner in

meiner Alltagssituation nach der

Geburt?

Das Thema Kommunikation so

integrieren, dass es für beide

Seiten oder wieviel auch immer

vorteilhafter ist oder

entspannter wie jetzt im

Wochenbett oder was auch immer

also das fand ich gut, weil mich

das dann nochmal so mehr

persönlicher sozusagen

angesprochen hat, weil es so

etwas allgemeineres

zukunftsgerichtet.

Anderes ist als jetzt nur dieser

eine Punkt der Geburt sozusagen

ja, das ist noch mal ein

bisschen weiterführend

nachhaltiger sozusagen ist ja

ja, das ist gut, würden sich

dann mehr von wünschen.

Ja, also so hatte ich ja

eingangs auch gesagt

grundsätzlich finde ich es total

spannend, wenn eine App auch so

Tipps dazu sind. Wie kann man im

Alltag Stressmanagement

integrieren oder wie kann man,

weiß ich nicht so Techniken wie

Borussia Muskelentspannung oder

sowas also einfach, dass man

immer wieder auch im Alltag

darauf hingewiesen wird?

Methoden sei es der

Kommunikation oder eben der

Achtsamkeit oder sowas.

Die dich unterstützen können, um

solche Stressphasen besser zu zu

überstehen.

OK.

Genau.

Super, alles klar.

Gibts sonst noch was zu den

einzelnen Lessons?

Nee, eigentlich nicht, ich geh

nochmal kurz in die Übersicht

genau.

Genauer Empathie also lassen

Five 55 auch.

Gut, dass mit drin ist, weil ich

persönlich immer total wichtig

finde, wenn man sich mal so in

diese allgemeinen

Perspektivwechsel oder

Vogelperspektive mal begibt. Mhm

kein.

Kann man häufig Konflikte da

echt lösen?

Genau das mit der

Verhaltensplanung in 9.

Fand ich auch gut, dass man

überlegt OK, ich mach das

wirklich im Vorfeld noch, dass

ich mir Gedanken mache, bevor

ich jetzt einen Arzttermin habe

die nächsten oder

hebammengespräch, dass ich mir

konkret das Priorisiere was sind

meine Fragen oder Bedürfnisse?

Das hat das Ganze auch noch mal

so ein bisschen so eine

praktische Anleitung überführt

das man vorher von den Übungen

her gelernt hat und Inhalt

sozusagen bringt das Ganze

nochmal in die Praxis finde ich

auch ganz gut super genau.

Er perfekt. Das ist nämlich auch

ein bisschen das Ziel, weil

meist lernt man ja so ganz viel

und dann zwischen OK, ich weiß

das alles und ich kenne diese

ganzen Modelle zu ich wenn sie

wirklich auch mal anders ist, ja

oft eine große Lücke und wenn

man dann nochmal konkreter

planen, dass eine Möglichkeit da

auch drüber zu kommen.

Ja klasse haben Sie sich auch

mal diese meine Themen und die

Ratings angeguckt? Nee, noch gar

nicht. Ich bin jetzt vorhin nur

was kann ich gerade machen?

Genau Stress.

Ach so, jetzt steht danach die

Trainingseinheit wahrscheinlich

ich zurückgegangen bin, hat das

jetzt nicht.

Hast du jetzt 10 nicht

abgeschlossen? Moment, das muss

ich nochmal eben kurz.

So.

Naja, man muss also eben kurz

Feedback geben, um das

abzuschließen, ne kann sein ja

gut, dann mach ich das mach.

10.

Okay, ich habe jetzt ganz kurz

rein geschrieben, habe ihr viel

dazu gesagt genau so hast mit

geschrieben und aufgenommen und

dann?

Punkt DE Ach so, da gibt es

jetzt noch ne letzten 11 Fragen

nach der Geburt, aber das ist

dann.

Das ist auch Teil von dem

Forschungsprojekt jetzt gerade,

dass wir da noch mal eben nach

der Geburt noch mal fragen OK,

wie war das eigentlich in der

Umsetzung? Die Fragen sind aber

ähnlich wie die vorher schon

zwischendurch immer mal wieder

kam OK, aber das kann ich jetzt

noch ausklammern genau okay,

meine Ray Ratings wie gut teilen

Sie ihre Kommunikation?

Da gebe ich das jetzt noch mal

wieder an kann man genau also

das immer freiwillig kann man

würden sie das tun oder eher

nicht?

Wie beurteilen Sie ihre eigene

Kommunikation nach dem Training?

Ja doch warum nicht also?

Ich will das einfach mal kurz

aus.

Nicht richtig erklärt habe.

Das hat man ja schon auch durch

diese Zwischenfragen immer

wieder gemerkt, dass man da

einfach dann sich die Ansichten

so ein bisschen ändern, wenn man

die Lektionen durchgeklickt hat,

ne also das finde ich auch ganz

gut.

Es war super. Haben Sie den

Eindruck, Sie haben die Fragen

eher so ein bisschen schlechter

dann beantwortet, weil man so

ein bisschen den Eindruck hat,

man hat sich nicht so gut

vorbereitet oder eher?

Dass Sie die besser beantwortet

haben?

Hm.

Wie machen Sie das konkret? Also

jetzt die Fragen im die

Zwischenfragen immer, dass ich

die besser.

Nee, ich glaube, dass ich die

immer genauer oder immer

konkreter auf meine Situation

beantwortet, umso mehr ich mich

mit den Lektionen thematisch

sozusagen damit beschäftigt

habe.

Ja, das ist danach genauer war

sozusagen oder der mehr der

Realität entsprechend OK, ja

tendenziell wurde dadurch eher

schlechter, weil uns vorher

überschätzt hat oder ziemlich

gleich Ergebnisse selbst wurden

dadurch schlechter, also dass

man erst gedacht hat ja, das hab

ich wohl ganz gut gemacht und

dann hat man ja eigentlich

hättest du nochmal nachfragen

können oder du hättest doch mal

deinen Partner in den Raum geben

können und selber Fragen zu

stellen oder sowas also.

Die Ergebnisse selbst sind

dadurch schlechter geworden,

aber an sich glaube ich

zutreffender OK genau, ich fühle

das hier nochmal eben schnell.

Zum Schluss aus.

Zurück zur Startseite so und was

hatten sie jetzt gefragt, was

ich mir noch, ob ich mir noch

die genau das meine Themen

musste da in der auf der

Startseite noch sein.

Das ist nochmal ein bisschen zur

Reflektion der eigenen

Bedürfnisse. Ja, meine

Vorstellung einer guten Geburt.

Mhm, wünsche, Kommunikation,

eine Rückmeldung, OK.

Und das andere Kartei?

Eine Karteikarte da kann man

dann noch mal die verschiedenen

Punkte nachgucken genau ja, na

ja, das finde ich auch gut, ja.

Okay.

Mhm haben Sie da eine Idee, ob

wir die irgendwie vielleicht

nochmal woanders hinschieben

sollten oder noch mal anders

verlinken, dass man die besser

sieht?

Ich geh mal zurück auf den Home

Button.

Man könnte, wenn man das erste

Mal auf den Home Button kommt,

auf diese Art sozusagen dann

vielleicht einen Film machen.

Hier finden Sie oder hier

findest du alle Themen, die du

gerade bearbeitet hast nochmal

ja, weißt oder in Karteikarten

oder so einfach so ein Ding was

auf also ein Popup oder sowas?

Genau, weil sie das sagen,

werden Sie in einer App lieber

gesiezt oder geduzt?

Geduzt bei solchen Sachen also

ich werde grundsätzlich lieber

geduzt, hat aber auch mit meinem

Arbeitsumfeld zu tun, weil ich

da gewohnt bin.

Und ich fühle mich einfach

persönlich hier angesprochen in

so einer App, wenn ich geduzt

werde OK, man könnte es ja auch

noch weiter personalisieren, ne

dass man dann den Vornamen

einträgt und dann da steht.

Ja, weiß ich nicht. Guten Morgen

Katrin weiter geht's mit Lektion

7 oder so was ne, also finde ich

immer persönlich ansprechender

ja als sonst so ist ja schon ein

sehr intimes Thema auch und ich

finde durch die durch Sitzen ist

das immer so eine gewisse

Distanz Mhm.

Das macht Sinn.

Und soeben eine T kann nicht

einmal aufmachen die Five.

So ja, also zum Beispiel durch

den Vornamen nochmal ein

bisschen weiter personalisieren

ja genau.

Gut ja, das macht Sinn.

Man wird ja meistens in Apps

auch geduzt ne ja genau.

OK.

Alles klar?

Und wenn sie an ihre eigenen

Wünsche Bedürfnisse denken, wo

wir auch am Anfang schon mal

drüber gesprochen haben, sind

die in der App nochmal ein

bisschen, kommt man da

einbringen oder eher nicht?

Also hier gehts ja jetzt

speziell um Kommunikation in der

App wie kommuniziere ich unter

der Geburt oder im Vorfeld schon

und wie kommuniziere ich nachher

mit meinem Partner?

Ich finde halt wie gesagt

vielleicht so Checklisten.

Immer ganz interessant also,

jetzt bezogen auf das

Kommunikationsthema vielleicht

ist man wirklich noch mal für

sich am Ende, wenn man diese

Lektion gemacht hat, nochmal so

eine Art Checkliste hat, wo man

sagen kann OK, das hake ich

jetzt in Vorbereitung auf die

Geburt zum Beispiel ab habe ich

mir einen Kommunikationsplan in

Anführungsstrichen gemacht? Was

sind meine offenen Fragen?

Vielleicht kann man da auch

schon so eintragen, dass man so

seinen individuellen

Kommunikationsplan vielleicht

da.

Noch erstellt, weil das ja wäre

ja im Anschluss an Lektion 9

vielleicht ganz interessant wo

ist der sowieso schon? Um diese

praktische Umsetzung geht genau.

Ja.

Okay ja, das ist interessant

Kommunikationsplan so im Sinne

von das und das müsste ich jetzt

fragen genau richtig hab ich

genau habe ich mich da auch mit

meinem Partner schon darüber

ausgetauscht, sind noch Punkte

offen. Ist mir der Ablauf der

Geburt klar hab ich da noch

Fragen an meine Hebamme, also so

genau ja?

Ja, das macht dann ja ja jetzt

nur so ne Idee.

Mhm.

Ja, das finde ich auch spannend.

Da dann nochmal so n ja so eine

Art Kommunikationsplan zu haben

genau würden Sie denn eher offen

halten für sich oder eher mit

irgendwelcher irgendeiner

Struktur, also von wegen was

will ich fragen wann wen dass

man da schon vorgegebene Fragen

hat?

Ähm, ich glaube, wir kommen

wieder darauf an wie soll der

individuelle Hintergrund ist?

Aber ich glaube, wir sind

vorgegebene Struktur, ist immer

ganz gut, dann hat man irgendwie

so Raster, an dem man sich

orientieren kann, und trägt dann

da entsprechend einfach seine

Bulle zu ein und hakt das ab

beziehungsweise es wird ja dann

könnt ihr dann zum Beispiel

automatisch gesagt werden OK, du

hast schon 80% deiner kleiner

Checkliste erreicht Mhm denk

noch dran, oder?

Es war noch wichtig.

Das und das zu klären, oder?

Ja.

Ja, das macht Sinn.

OK super.

Alles klar, ich guck mal gerade

was ich noch so Anfragen hab,

war die App das, was sie vorher

erwartet haben, oder war die

nochmal irgendwie was anderes?

Hm, also ich hätte jetzt

gedacht, dass da noch mehr

vielleicht auch so allgemein um

das Thema Schwangerschaft sich

dreht.

Jetzt ist der Schwerpunkt ja

eigentlich mehr so

Kommunikation.

Zwischen Gebärende und

Fachpersonal sag ich jetzt mal,

das ist ja so 80% des

Schwerpunktes.

Genau also ich hätte gedacht,

dass es vielleicht noch mehr um

Schwangerschaft in sich geht.

Okay.

Haben Sie ein bisschen vermisst?

Ne also mir ist jetzt das Ziel

eher klarer geworden, worum es

mit dieser App eigentlich geht

um die Kommunikation zwischen A

und B in dem Fall zu verbessern.

Deswegen braucht man da gar

nicht, weil das nicht so ne so

ne Art also es ist auch eine

Betreuung für die Schwangere,

aber es geht ja mehr um

Kommunikation und jetzt nicht um

Inhalte wie groß ist dein Baby

oder so genau deswegen würde ich

das jetzt an der Stelle, wenn

das auch so im Vorfeld

kommuniziert wird.

Was ist der Mehrwert dieser App?

Dann würde ich das auch nicht

vermissen. Wir so eine

Checkliste vielleicht noch oder

eben das n bisschen alles

verschwand, der ist nicht so

viele Texte, sondern vielleicht

einfach so kleine, die nicht so

infokästchen oder sowas, aber

ansonsten.

Erfüllt sie glaube ich dann auch

ihren Zweck.

Ja super, das freut uns

natürlich, also dann eher so,

dass man vorher schon diesen

Mehrwert rausstellt ne genau,

dass man sagt worum geht es uns

hiermit es jetzt?

Ja, genau eine App, um die

Kommunikation zu verbessern, um

letztlich damit auch die

Geburtssituation für dich

angenehmer zu machen und.

Ja.

Ja, das macht Sinn.

OK.

Also kann die App durchaus

Kommunikation verbessern. Ja,

das denke ich schon, also wenn

man da wie gesagt sich darauf

einlässt und ein 2 Sachen

vielleicht noch ein bisschen

kürzt oder umstrukturiert, denke

ich, dass die absolut.

Absolut praxistauglich ist sehr

schön cool, ja, das freut uns

natürlich, das ist ja auch.

Genau das, was wir wollen, das

ist praxistauglich ist und nicht

irgendwie, was wir uns hier in

so umstellen können überlegt

haben. Wissenschaftler muss man

da nicht anwenden, kann klar,

von daher ist es super, wenn wir

so von echten schwangeren

Rückmeldungen kriegen, dass man

das tatsächlich umsetzen kann.

OK gut, ich hab zu der App sonst

tatsächlich keine Fragen mehr.