I: Die erste Frage ist… Sie sind noch keine Mutter würde ich sagen?

TN: Genau.

I: Und die zweite: Wie haben Sie von der App erfahren?

T: Über die TK App. Also ich hab von der Technikerkrankenkasse diese…

I: Babyzeit-App.

T: Babyzeit-App, genau. Da gab es so einen Link dazu und da dachte ich, ah da probiere ich das mal aus.

I: Und was war Ihre Motivation, die zu benutzen?

T: Generell lerne ich gerne dazu und ja, ich dachte mir, es kann ja nicht schaden mal so ein bisschen sich zu informieren. Vielleicht gibt's da noch hilfreiche Tipps bei. Ich kenne halt auch generell so das Krankenhausumfeld nicht so, es ist meine erste Schwangerschaft. Und dann hab ich gedacht, dann schaue ich mir das mal an.

I: Also sie hatten mal geschrieben, dass Sie die noch nicht so ganz weit gemacht haben.

T: Ich hab tatsächlich jetzt über das Wochenende nochmal die Chance genutzt und bin jetzt bis zum neunten Modul gekommen. Also noch nicht ganz durch, aber hab das jetzt nochmal mir angeschaut.

I: Und wenn Sie jetzt so nochmal Ihre Erwartungen nehmen, hat sich das erfüllt, Teil erfüllt?

T: Teil erfüllt würde ich sagen. Also die verschiedenen Module, die fand ich so ganz gut aufgemacht. Ich finde nur, jetzt zum Schluss, also beim neunten Modul habe ich z.b. jetzt nicht mehr weitergemacht, weil es waren ja jetzt zum Schluss sehr offene Fragen und da war ich so ein bisschen raus, glaube ich, das war so ein bisschen das Problem, vielleicht ist idas nicht so meine Art zu lernen. Ich hatte ja diese verschiedenen Kommunikationsmodule durchgearbeitet und da waren auch neue Sachen dabei, aber in dem Moment, wo ich dann das 9. Modul gemacht habe, da war dann gefühlt die Hälfte schon wieder vergessen. Und das war für mich ein bisschen schwer da diesen Bezug zur Praxis noch auszumachen..

I: Ok und gibt es in Ihrer Erinnerung jetzt lessons mit Inhalten, die Sie besonders angesprochen haben?

T: Ja, da war dieses Close-the-Loop Modul, das fand ich nochmal ganz gut, weil das… Ich glaube, das entspricht auch mehr so meiner Art, ich habe da manchmal Schwierigkeiten, meine Fragen dann zu stellen bzw. sicherzustellen, dass ich auch alles verstanden habe. Und das ist ja eine ganz gute Technik, nochmal mit der Rückfrage und auch Neuformulierung, wo ich mir sogar vorstellen kann, dass ich das dann auch mache. Die anderen… also ich glaube, das war ja auch das Vier-Ohren-Modell dabei.

I: Ja.

T: Das kenne ich schon aus dem Studium, also ich hatte einen pädagogischen Einschlag.

I: Speaking up.

T: Ja, das ist sowas, ich glaube da bräuchte ich im Prinzip eher den praktischen Teil, wo man in der Gruppe zum Beispiel sowas macht. Und wo ich wirklich drin geschult werde, dass ich das in einem Rollenspiel oder so mal üben kann. Ja, weil das zu lesen, das ist für mich so, natürlich klar der Wissensgewinn. Aber wenn man dann tatsächlich in der Praxis sitzt oder in der Klinik sitzen würde oder mit der Hebamme, dann kommt es für mich ganz viel darauf an, dass ich den Eindruck habe, dass die mir auch wirklich zuhören und die Zeit auch haben. Ich bin immer sehr viel beim Anderen dann und meine Frauenärztin zum Beispiel, die hat immer wenig Zeit, sitzt dann da in dem Termin und man merkt wirklich die ist so durchgetaktet, dass ich überhaupt nicht die Ruhe hätte irgendwie mir die Zeit in Anspruch zu nehmen sozusagen.

I: Also eine Lektion ist ja auch das Hineinfinden in die anderen Berufsgruppen. Das haben Sie eben eigentlich schon erwähnt, also dass sie dann merken, die ist unter Zeitdruck und akzeptieren das im Prinzip auch.

T: Genau. Also das ist… das finde ich das Schwerste. Ich glaube, ich nehme mich dann selber soweit zurück, dass ich mir manchmal denke, Mensch hättest du das mal gefragt, wenn ich dann bei den Terminen war und mein Freund mich später fragt „Und hast du das und das gefragt, was wichtig war?“ und ich sag dann „Ach ja, richtig. Ne, war jetzt nicht die Zeit“ oder so. Also da bin ich ganz froh, meine Hebamme, die signalisiert, also bzw. die hat da glaub ich ein besseres Gespür für, die kommt ja dann auch mal nach Hause, das hab ich dann zwischenzeitig auch mal häufiger in Anspruch genommen. Dass ich sie dann fragen konnte, also bin ich mal gespannt, wie das in der Klinik dann wird, auch gerade unter der Geburt, das ist so eine Situation, wo ich mir noch viele Gedanken mache, weil ich davon ausgehe, dass in der Klinik auch generell weniger Zeit ist. Je nach Situation, werden dann ja auch mehrere Kreissäle vielleicht belegt sind. Genau, jenachdem, was so eine Person dann ausstrahlt, bin ich glaube ich eher die, die dann irgendwo ruhig in der Ecke sitzt und versucht, sich irgendwie zu arrangieren.

I: Ja, ja. Also Sie haben doch bestimmt seit Sie mit der App angefangen haben schon mal wieder einen Arzt- oder Hebammentermin gehabt. Konnten Sie da, also das mindestens gedanklich nutzen?

T: Tatsächlich nicht, nein. Ne gar nicht. Ich hab da irgendwie gar nicht die Verknüpfung gehabt in dem Moment.

I: Okay, okay. Dann technisch, hat es technisch geklappt mit der App?

T: Ja, also das Einloggen, das hat gut geklappt, ich hab mir das Passwort da abgespeichert, das hat auch gut funktioniert. Ich hätte das leichter gefunden, wenn das da wirklich eine eigene App irgendwo im App Store wäre als eben diese Web App, einfach weil ich glaube, dann hätte ich mir das irgendwo hingelegt, quasi dass ich das schneller auf dem Handy auch mal sehe und auch eher mal dran denke. Sor es wa jetzt immer über den Link in der Mail.

I: Ja, da haben Sie Recht. Das ist, weil das jetzt noch im Rahmen eines Forschungsprojekt ist, also wir da auch einfach mit den Mitteln etwas limitiert sind. Also das kommt, das sagen viele, ja. Dass es einfach mindestens unbequem ist.

T: Ja, das hab ich mir schon gedacht. Aber die Aufmachung, die finde ich gut, das hat auch alles gut funktioniert. Ich hab die Texte eingetippt tatsächlich, weil ich beim Tippen mehr denken kann als beim Reden. Also es stand ja der Tipp, dass man das über die Spracheingabe macht, das habe ich nicht genutzt. Ich hatte… genau, bei einigen Modulen... dann hat man da ja diese offenen Fragen gestellt bekommen, das war für mich manchmal ein bisschen schwierig.

I: Was war schwierig? Können Sie es ein bisschen genauer sagen?

T: Ja, also jetzt auf das Inhaltliche, nicht das Technische. Dass es für mich leichter gewesen wäre, bisschen mehr Input zu manchen Sachen zu bekommen, bevor man so oft die Fragen gestellt bekommt. Also das es eher ist nach dem Motto „hier ist die Theorie“, jetzt einmal das Praxisbeispiel. Bei manchen Modulen war das glaube ich so und bei manchen nicht, ich bin mir gerade aber nicht mehr sicher. Das jetzt zum Beispiel gerade bei der neunten Frage, das war ja jetzt so ein bisschen die Zusammenfassung des Ganzen, fand ich das extrem schwierig so ganz offene Fragen gestellt zu haben. Da wäre vielleicht gut gewesen so ein Beispiel nochmal zu benennen, so was gab es eigentlich. Oder vielleicht gibt es auch eine Möglichkeit, das noch ein bisschen interaktiver zu machen. Ich erinnere mich daran, dass es auch zwischendurch mal so ein Multiple Choice gab, so von wegen „okay, wir gucken mal, ob sie das verstanden hat“. Das fand ich ganz gut, davon könnte man mehr einbauen.

I: Okay. Was würden Sie denn uns empfehlen, was wir anders oder besser machen sollten?

T: Genau also einmal vom Aufbau insgesamt würde ich sagen, noch mehr Beispiele tatsächlich zu bringen. Die offenen Fragen ein bisschen mehr zu reduzieren, vielleicht gibt es mehr die Möglichkeit noch andere Formate der Antwortmöglichkeiten zu finden. Also ich finde das immer gut, dass man sich seine eigenen Notizen machen kann, aber vielleicht ist das eher so eine Extrakategorie, wo man sagt, okay, man macht sich seine eigenen Notizen zu Modul so und so. Und das, was davor kommt, ist eher so aufs Lernen ausgerichtet. Also hast du alles verstanden. Genau, gibt’s richtige oder falsche Antworten, so ein bisschen diesen Quizcharakter find ich ganz gut. Das ist ein bisschen interaktiver. Ja. Und was mit einer App überhaupt nicht umsetzbar ist, wie kriegt man das dann gut in die Praxis umgesetzt. Super schwer. Vielleicht… das wäre sehr viel Arbeit, jetzt nochmal zu sagen, okay bei Schwangerschaft jetzt, bei welcher Woche bist du, wann ist jetzt zum Beispiel der nächste Termin bei der Frauenärztin, gibt es hierzu konkret Fragen, die du dir stellst, schreib sie auf und überleg dir nach welchem Modell. Also wirklich so ein ganz praxisnahes Beispiel nochmal zu haben, wo man dann auch wirklich sagt, man nutzt die App nochmal. Vielleicht sogar, wenn man dann wirklich eine App hat, dass sie einen erinnert und sagt „Hey, du hast eingetragen, der Termin ist nächste Woche, das sind die Fragen, die du dir notiert hast, das könnte dir jetzt nochmal helfen.“ Ich weiß, das ist sehr viel Arbeit, aber das wäre glaub ich so nochmal das Optimum, dass man wirklich auch diese Kommunikationsmodelle vielleicht anwendet für sich. Oder sagt „Ah, ich mach mir hier einen Notizzettel und schreib mir hier hinter dann immer, wenn eine Frage beantwortet war.

I: Und die Länge so insgesamt?

T: Ja, also es war ja jetzt so, dass man gefühlt immer nur so ein, zwei Module durchgemacht hat. Das ist ja auch sehr viel Wissensinput. Ich glaube da kommt‘s nicht so sehr auf die Länge als auf die Aufmachung an, dass man dann so ein bisschen… wenn’s ne App hat, zur Erinnerung fänd ich das gut zu arbeiten, dass man so sagt „Mensch, hast du nicht Lust heute mal ein Modul durchzuarbeiten, dann ist das nicht so geballt. Und von den Inhalten fand ich es gut und auch vielfältig. Und auch sowas, wie das Vier-Ohren-Modell ist ja super praxisnah einfach. Genau. Ne das würde ich so lassen, also von der Länge, wenn man das ein bisschen anders aufarbeiten kann, im Sinne von, man erinnert jemanden daran, mach das doch nochmal gerne.

I: Okay, gut. Also das wären eigentlich meine wichtigsten Fragen, wenn sie noch was ergänzen möchten, gerne.

T: Also ich fänd’s schön, wenn das irgendwie weitergehen würde und man vielleicht tatsächlich so eine Möglichkeit hätte, online Training zu machen. Das hätte mir jetzt geholfen, also in so einem Format wie jetzt zum Beispiel irgendwie, dass man sich zusammensetzt und sagt, oh Mensch, man hat irgendwie mal ne Stunde oder ich weiß es nicht, was das für ein Zeitpunkt dann wäre. Dass man da so bisschen interaktiver das Ganze hat.

I: Also wir hatten ja die… so waren die Schulungen ja mit den werdenden Müttern, die haben wir wegen Corona online gemacht, aber haben dann festgestellt, das ist eigentlich ein sehr gutes Format, was auch funktioniert. Also weil keine Anreise, teilweise konnten die werdenden Väter sich noch von woanders zuschalten und das war tatsächlich auch interaktiv. Also auch die Gruppe hat sich da kennengelernt. Das war dann aber nur für Frauen die entweder in Ulm oder in Frankfurt am Main geplant hatten ihr Kind zu bekommen. Aber das wäre halt auch noch eine Überlegung, ob man das gleich in irgendeiner Weise in so eine Regelversorgung… ob man das… aber das ist halt komplizierter. T: Ja, also das fänd ich super, das hätte ich, glaube ich, gerne in Anspruch genommen. Das ist einfach meine Art zu lernen.

I: Und man kann dann die App auch noch ganz gut als Ergänzung nutzen. Ja. Ja gut, das bestätigt schon ein bisschen das, was wir schon gedacht haben.

T: Wie gesagt, das Wichtigste fänd ich wirklich, wenn man das in eine App bekommt, dass man das dann auf den Alltag bezieht. Ja, Alltagsbezug, der fehlte jetzt ein bisschen. Das war einfach dieses, klar, man denkt das durch, man überlegt sich Beispiele aus der Vergangenheit oder hypothetische Sachen so was wäre, wenn ich den nächsten Termin habe. Wenn man das ganz konkret durchspielt, ich glaube, dann würde es ein bisschen leichter fallen. Und dann wäre es auch wirklich eine konkrete Hilfe. Also so müsste ich es mir jetzt vornehmen und sagen, okay ich such mir das jetzt nochmal raus. Modul so und so, das hat jetzt für mich gepasst, wenn ich jetzt meine Fragen nach der und der Struktur aufschreibe oder wenn ich jetzt mir vornehme, dieses „Close-the-Loop“ zum Beispiel zu machen. Dann wäre es wichtig, dass ich ja im Prinzip jetzt meinen Partner darin schule. „Pass mal auf, kann ja sein, wenn wir im Kreissaal sind, ich eher nicht ansprechbar bin, wäre es ja super, wenn du das machst.“ Genau, in dem Fall müsste ich ihn jetzt ja auch das beibringen sozusagen oder das Modul nochmal zeigen. Genau. Ich glaube, das wäre jetzt noch, damit man das auch wirklich nochmal mehr nutzt. Und das nicht nur eine gute und hilfreiche Theorie bleibt.

I: Gut, ja, okay. Also dann ganz herzlichen Dank, dann wünsche ich Ihnen alles Gute. […] Tschüss. (TB App TN 14, Pos. 1-40)