

10. Kremser Tage

# Wann sind wir „good enough“?

---

Selbstreflexion – Selbsterfahrung – Selbstsorge

31. Mai - 1. Juni 2013, Donau-Universität Krems

[www.donau-uni.ac.at/psymed/kremsertage](http://www.donau-uni.ac.at/psymed/kremsertage)



**ÖGPPM**

Österreichische Gesellschaft  
für Psychosomatik und  
Psychotherapeutische Medizin

## 10. Kremser Tage

# Wann sind wir „good enough“?

## Selbstreflexion – Selbsterfahrung – Selbstsorge

Ehrenschutz: Alois Stöger diplômé, Bundesminister für Gesundheit



### Grußworte

Sehr geehrte Damen und Herren!

Gesundheit lässt sich nicht delegieren. Gesundheit ist zu einem hohen Maß abhängig von Selbstwahrnehmung, Selbstverantwortung und Selbstsorge. Wenn ein Mensch nicht gelernt hat, mit sich selbst sorgsam umzugehen, kann auch das Gesundheitswesen nicht viel ausrichten. Insofern sind die Themen dieser Tagung eine relevante Basis für Gesundheitsprävention, was mich naturgemäß freut.

In einer Zeit, in der auf dem Gesundheitsmarkt viel Neues und Außergewöhnliches angeboten wird, ist es noch wichtiger, sich besonders gut zu informieren und reflektierte Entscheidungen zu treffen. Dass diese Tagung zur Selbstfindung und Selbstverantwortung der Menschen beitragen kann, hoffe und wünsche ich von ganzem Herzen.

**Alois Stöger diplômé**  
Bundesminister für Gesundheit

### Geleitwort



Gerade die Donau-Universität Krems als Universität für Weiterbildung eröffnet Menschen den Weg, sich weiterzuentwickeln, nicht stehen zu bleiben und sich nicht auf Lorbeeren auszuruhen.

Insofern trifft das Motto dieser Tagung „Wann sind wir ‚good enough‘?“ auch einen wunden Punkt in der heutigen Arbeitswelt, die manche als immer intensiver fordernd erleben. Oft stehen wir Menschen unter dem quälenden Druck, „nie gut genug“ zu sein – sowohl im Privaten als auch in der Arbeit – immer mehr Leistung erbringen zu sollen, ständig Neues lernen zu müssen, um uns „weiterzuentwickeln“.

Eine Weiterbildung oder eine eventuell geplante Karriere, die auf einer wertschätzenden Selbstreflexion gegründet ist, kann dazu beitragen, Überforderungen zu vermeiden. Dadurch kann die Neugierde auf eine spezifische fachliche Weiterentwicklung sowohl beruflich aber auch ganz persönlich positiv verstanden werden. Speziell in „helfenden“ Berufen (sozialen, medizinischen, ...) ist die Reflexion der eigenen Person von großer Bedeutung, um ein Burnout zu vermeiden, um erkennen zu können, wann wir „good enough“ sind. Dass sich die Veranstaltung des Departments für Psychotherapie und Biopsychosoziale Gesundheit dieser Dimension widmet, kann ich nur begrüßen und wünsche den TeilnehmerInnen der Tagung einen erkenntnisreichen Verlauf.

**Univ.-Prof. Dr. Viktoria Weber**  
GF Vizerektorin der Donau-Universität Krems

# Programm-Übersicht

## Einführung

Hinter dem Thema der heurigen „Kremser Tage“ stehen durchaus Widersprüchlichkeiten. Manche meinen, die Macht der LehrtherapeutInnen, LehranalytikerInnen und SupervisorInnen beschere diesen durch die reglementierte Form der Interventionen im Rahmen von Ausbildungen ein hohes Maß an Kontrolle bzw. Kontrollmacht.

Lehrtherapien, Behandlungsmethoden und Techniken, aber auch Therapietheorien, können einerseits zum Instrument der Macht werden. Auf der anderen Seite kann die gemeinsame Entwicklungsarbeit im wertschätzenden Willen zur Kooperation und in einer respektvollen Umsetzung von Diskursen liegen. So bestünde die Möglichkeit, eine wachsende und immer wieder zu überprüfende Selbstreflexion – auf der Basis von neuesten klinischen und grundlagenwissenschaftlichen Erkenntnissen der modernen Psychotherapieforschung – fruchtbar zu entwickeln.

Unsere Tagung soll den Boden dafür bereiten – im Dienste und zum Wohle von PatientInnen, die sich einem/einer Therapeuten/in, Arzt/Ärztin oder von KlientInnen, die sich einem/r SupervisorIn anvertrauen –, diese partnerschaftliche Zusammenarbeit kritisch zu reflektieren.

**Univ.-Prof. Dr. Anton Leitner, MSc**

Leiter des Departments für Psychotherapie und Biopsychosoziale Gesundheit



## Freitag, 31. Mai 2013

Vormittag Moderation: René Reichel

- 09:00 Viktoria Weber: Begrüßung  
Anton Leitner: Eröffnung
- 09:30 Christoph Pieh: Neurobiologische Aspekte der Selbstreflexion
- 10:30 Pause
- 11:00 Klaus Fröhlich-Gildhoff: Die Entwicklung von Selbstreflexion und Selbstsorge bei Kindern und Jugendlichen
- 12:00 Mittagspause

Nachmittag Moderation: René Reichel

14:00-17:30 Workshops

- 1 Alexandra Koschier, Gregor Liegl: Kann man Selbsterfahrung selbst reflektieren? – Über die Schwierigkeiten, Selbsterfahrung messbar zu machen
- 2 Konstanze Eppensteiner: Bewegt! Selbstreflexion und Selbstsorge mit Körper und Bewegung
- 3 Sylvia Keil, Wolfgang Keil: Biographiearbeit
- 4 René Reichel: „Halbzeit? Pause!“ – Zur Methodik von Zwischenbilanzen bei Lebensabschnitten
- 5 Regina Magdowski, Hans Peter Edlhaimb: Balintgruppenarbeit als Selbstsorge
- 6 Luise Zieser-Stelzhammer: Selbstwahrnehmung – die bessere „Gesundenuntersuchung“?
- 7 Hans Waldemar Schuch: Die Sorge um sich als philosophische Praxis

- 17:30 Zusammenführung und Austausch der Workshops
- 18:00 Theater zum Thema
- 19:00 Heuriger

## Samstag, 1. Juni 2013

Vormittag Moderation: René Reichel

- 09:00 Renate Frühmann: Selbstreflexion und Selbstsorge in Therapie, Beratung und Supervision
- 10:00 Pause
- 10:30 Anton-Rupert Laireiter, Michael Märtens, Brigitte Schigl: Die Bedeutung der Selbsterfahrung in der Ausbildung – ein Podiumsgespräch
- 11:45 Anton Leitner: Schlussworte und Ausblick
- 12:00 Ende der Tagung

## Freitag, 31. Mai 2013

### 09:30-10:30 Neurobiologische Aspekte der Selbstreflexion Christoph Pieh

Die Neurowissenschaften gewinnen einen immer tieferen Einblick in das menschliche Gehirn: Stehen wir vor der Entschlüsselung der letzten Geheimnisse des Menschseins und können unser Bewusstsein, ja unsere Identität bald abbilden? Wenn unsere Gedanken sowie Gefühle und wohl auch Selbstreflexion mit neuronaler Aktivität einhergehen – ist unser Bewusstsein letztendlich nur ein elektrophysiologischer Prozess?

### 11:00-12:00 Die Entwicklung von Selbstreflexion und Selbstsorge bei Kindern und Jugendlichen Klaus Fröhlich-Gildhoff

In dem Vortrag werden – basierend auf entwicklungspsychologischen Grundlagen – Möglichkeiten der Förderung von Selbstreflexion und Selbstsorge bei Kindern und Jugendlichen vorgestellt. Dabei wird einerseits die Bedeutung des wesentlichen Schutzfaktors einer stabilen Beziehungsgestaltung betont, andererseits werden beispielhaft Methoden der Resilienzförderung im Setting-Ansatz in den Bildungsinstitutionen Kindertageseinrichtung und Grundschule dargestellt.

### 14:00-17:30 7 Workshops Inhalte und Details auf Seite 8 und 9.

### 17:30-18:00 Zusammenführung und Austausch der Workshops René Reichel

### 18:00-19:00 Theater „Ich bin Ich, oder?“ Bewegte Szenen zum Zuschauen – mit dem Projekt „Visionen in Bewegung“ Leitung: Auguste Reichel, ÖGIT

---

12 fachbezogene DFP-Punkte und 12 AE für PsychotherapeutInnen ÖBVP-zertifiziert

---

## Samstag, 1. Juni 2013

### 09:00-10:00 Selbstreflexion und Selbstsorge in Therapie, Beratung und Supervision Renate Frühmann

Die Gründerzeit von Beratung, Therapie und Supervision war durch Erlebnis- und Erfahrungsdichte sowie Experimentierbereitschaft in der TherapeutInnen-KlientInnen/PatientInnen-Interaktion charakterisiert. Darauf folgte eine Entwicklung „von den Phänomenen zu den Strukturen“ in Theorie und Ausbildung. Organisationen bestimmen durch ihr Größenwachstum und die damit verbundenen Formalisierungen und Reglementierungen die persönlichen, beraterischen und therapeutischen Interaktionen mit. Wissenschaftliche Studien vervollständigen den Prozess der Kognitivierung von Erfahrungen. Lernen und Wissen scheint in einer Flut von Büchern, Vorträgen und Studien wesentlich schneller abrufbar wie einst. Doch „Die Speisekarte kann man nicht essen“ – und so ist es auch Ziel des Vortrages, der Selbst-Erfahrung wieder den so wichtigen Platz der Basis von tragenden Erkenntnissen in Therapie, Beratung und Supervision zuzuweisen.

### 10:30-11:45 Die Bedeutung der Selbsterfahrung in der Ausbildung Anton-Rupert Laireiter, Michael Märtens, Brigitte Schigl

Wie lassen sich bisherige Erkenntnisse zur psychotherapeutischen Kompetenz und Ausbildungsforschung (Anton-Rupert Laireiter) mit den Daten des neuen Forschungsprojekts des Departments für Psychotherapie und Biopsychosoziale Gesundheit zur Selbsterfahrung (Michael Märtens) verbinden? Auf welche Schwierigkeiten stößt man in der Beschäftigung mit beraterischer und therapeutischer Kompetenz und dem Beitrag der Selbsterfahrung dazu? Was kann man dazu gesichert sagen? Wie sind die Erfahrungen der TeilnehmerInnen? Nach dem Input der Experten und deren Austausch wollen wir gemeinsam mit den TeilnehmerInnen die Konferenzbeiträge im Licht der Bedeutung von Selbsterfahrung für psychosoziale Ausbildungen reflektieren und ihre persönlichen Erfahrungen dazu einholen (Moderation: Brigitte Schigl).

### 11:45-12:00 Schlussworte und Ausblick Anton Leitner, Leiter des Departments für Psychotherapie und Biopsychosoziale Gesundheit

---

12:15 Masterfeier des Departments für Psychotherapie und Biopsychosoziale Gesundheit

---

Vorschau auf die nächsten Kremser Tage: 6.-7. Juni 2014  
Voraussichtliches Thema: Trauma

## Workshops

- 1** **Kann man Selbsterfahrung selbst reflektieren? – Über die Schwierigkeiten, Selbsterfahrung messbar zu machen**  
Alexandra Koschier, Gregor Liegl  

Selbsterfahrung/-reflexion spielt in der psychosozialen Ausbildung eine große Rolle. Doch wie lässt sich Selbsterfahrung/-reflexion objektivieren? Wie viel Selbsterfahrung/-reflexion ist im Rahmen der Berufsausbildung im psychosozialen Kontext notwendig, wie viel ist sinnvoll? Was soll sie bewirken und was nicht? In unserem Workshop geben wir einen Einblick in die Daten und Forschungsergebnisse, die dieses Spannungsfeld im Blick haben.
- 2** **Bewegt! Selbstreflexion und Selbstsorge mit Körper und Bewegung**  
Konstanze Eppensteiner  

Wenn uns „das Herz im Leibe lacht“, „sich alle unsere Haare aufstellen“, „uns wohliger Schauer durchläuft“, dann sind wir gut im Kontakt mit unserem inneren und äußeren Erleben. Selten gelingen uns im Alltag solche Momente intensiven In-der-Welt-seins. Im Wahrnehmen von Innen und Außen, Zusammenführen dessen, was mich umgibt, und dem, was es in mir und mit mir macht, werden wir uns in diesem Workshop üben. Mit Freude an der Bewegung und Leichtigkeit: wahrnehmen, erfassen, verstehen, erklären, wie uns der Körper Hinweise gibt, die wir zu unserer Entwicklung nützen können.
- 3** **Biografiearbeit**  
Sylvia Keil, Wolfgang Keil  

Identitätsentwicklung ist immer auch Biografiearbeit. Beratung, Supervision und Psychotherapie „leben“ von erinnerndem Erzählen, das immer Vergangenes, Gegenwärtiges und Zukünftiges einschließt. Nach einer einleitenden Erörterung der zentralen Begriffe „Biografie“, „Lebenslauf“ und „Narration“ möchten wir im Workshop Methoden der Biografiearbeit vorstellen, ausprobieren und deren Bedeutung für die Selbstkompetenz diskutieren.
- 4** **„Halbzeit? Pause!“ – Zur Methodik von Zwischenbilanzen bei Lebensabschnitten**  
René Reichel  

Viele verschiedene Krisen, Probleme, Symptome treten auf in der – vermuteten – Lebensmitte. Nur wenige Menschen machen sich diese Halbzeit-Schwelle bewusst, die z. B. in Mannschaftssportarten selbstverständlich ist. Psychotherapie, Beratung, Supervision und Coaching können Menschen anregen, diese Halbzeit für eine Zwischenreflexion zu nützen. Dazu erproben und diskutieren wir verschiedene Ansätze und Techniken.

- 5** **Balintgruppenarbeit als Selbstsorge**  
Regina Magdowski, Hans Peter Edlhaime  

Die Situationen, in die wir als ÄrztInnen und TherapeutInnen in den Beziehungen zu PatientInnen geraten, sind stets einzigartige Konstellationen. Kategorisierungen von Seiten eines Managementsystems oder standardisierte Behandlungen sind ein deutlicher Widerspruch zur Gesprächsmedizin. Balint-Arbeit bedeutet Entlastung und somit eine effiziente Burnout-Prophylaxe für Menschen in Gesundheitsberufen.
- 6** **Selbstwahrnehmung – die bessere „Gesundenuntersuchung“?**  
Luise Zieser-Stelzhammer  

Könnte eine Verbesserung der Selbstwahrnehmung im Sinne von eigenleiblichem Spüren gelehrt und gelernt werden und so als hilfreiche Methode in biopsychosoziale Präventiv- und Gesundheitsförderungskonzepte Eingang finden? Obwohl sich das Konzept der Gesundenuntersuchung, also der Früherkennung von Krankheiten, in Einzelfällen als segensreich erweist, ist es wissenschaftlich und volkswirtschaftlich nicht unumstritten und greift nach wie vor zu kurz. Eine zusätzliche Förderung der ressourcenorientierten Prävention und Gesundheitsförderung wird vielerorts gefordert.
- 7** **Die Sorge um sich als philosophische Praxis**  
Hans Waldemar Schuch  

„Die Sorge um sich als philosophische Praxis“ verweist auf einen erweiterten Therapiebegriff, der den Menschen in seiner Lebenszeit, seiner Lebenslage und Lebensperspektive begreift und der Wege zu kreativer Erlebnisentdeckung und Erfahrung von Lebenssinn eröffnen will. Im Workshop sollen die Ansichten von Michel Foucault (1926-1984) zur Lebensführung als ästhetischer Praxis und insbesondere zur Sexualität im Vordergrund stehen.

## ReferentInnen/GruppenleiterInnen

**Edlhaib, Hans Peter:** Dr. med., MSc, Arzt für Allgemeinmedizin, Psychosomatik, Psychotherapeutische Medizin in Baden, Psychotherapeut, Lehrtherapeut der ÖÄK, Lehrgangsführer für Balintgruppenleitung im Gesundheitswesen am Department für Psychotherapie und Biopsychosoziale Gesundheit, Präsident der Österreichischen Balintgesellschaft (ÖBG).

**Eppensteiner, Konstanze:** Dipl. Päd., Ausbildung zur Integrativen Bewegungs- und Leibtherapeutin am Fritz Perls-Institut, Psychotherapeutin, Lehrtherapeutin für Integrative Therapie, Leiterin des Caritas Familienzentrums Wien, Arbeitsschwerpunkte: Psychotherapie mit Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen aus sozialen Randgruppen und Flüchtlingsfamilien.

**Fröhlich-Gildhoff, Klaus:** Prof. Dr., Dozent für Klinische Psychologie und Entwicklungspsychologie an der Evangelischen Hochschule Freiburg. Psychologischer Psychotherapeut und Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeut. Zusatzausbildungen in Psychoanalyse (DGIP, DGPT), Personenzentrierter Psychotherapie mit Kindern und Jugendlichen (GwG), Gesprächspsychotherapie (GwG). Supervisor bzw. Ausbilder bei verschiedenen Psychotherapie-Ausbildungsträgern.

**Frühmann, Renate:** Dr.º, MSc, Lehrtherapeutin für Integrative Therapie am Department für Psychotherapie und Biopsychosoziale Gesundheit, Psychotherapeutin, Supervisorin, Gruppendynamikerin in freier Praxis in Salzburg.

**Keil, Sylvia:** Ausbilderin und Lehrtherapeutin der ÖGWG, Psychotherapeutin in freier Praxis, Lektorin am Bachelorstudiengang Soziale Arbeit der FH Campus Wien.

**Keil, Wolfgang:** Prof., Lehrgangsführer für Klientenzentrierte Psychotherapie an der Donau-Universität Krems, Ausbilder und Lehrtherapeut der ÖGWG, Psychotherapeut in freier Praxis in Wien, Redaktionsmitglied PERSON.

**Koschier, Alexandra:** Mag.º, Klinische- und Gesundheitspsychologin; Wissenschaftliche Mitarbeiterin am Department für Psychotherapie und Biopsychosoziale Gesundheit der Donau-Universität Krems; Forschungsschwerpunkte: Psychotherapieforschung, Evaluationsstudien.

**Laireiter, Anton-Rupert:** a.o. Univ.-Prof., Dr. phil., Leiter der AG Psychotherapie und Gerontopsychologie und der Beratungsstelle/Ambulanz für Klinische Psychologie, Psychotherapie und Gesundheitspsychologie, FB Psychologie, Universität Salzburg; Klinischer und Gesundheitspsychologe, Psychotherapeut (Verhaltenstherapie), Forschungsschwerpunkte: Ausbildungsforschung, Entwicklung psychotherapeutischer Kompetenz, Evaluation von Psychotherapie im Alter, Interventionen zur Förderung des Wohlbefindens, Soziale Unterstützung.

**Leitner, Anton:** Univ.-Prof. Dr. med., MSc, Leiter des Departments für Psychotherapie und Biopsychosoziale Gesundheit, Senatsvorsitzender der Donau-Universität Krems, Mitglied im Obersten Sanitätsrat und im Psychotherapiebeirat des Gesundheitsministeriums.

**Liegl, Gregor:** Dipl. Sozialpädagoge; Wissenschaftlicher Mitarbeiter am Department für Psychotherapie und Biopsychosoziale Gesundheit der Donau-Universität Krems; Forschungsschwerpunkte: Psychotherapieforschung, Evaluationsstudien.

**Magdowski, Regina:** Dr.º med., MAS, St. Pölten, Wahlärztin für Psychosomatische und Psychotherapeutische Medizin, Psychotherapeutin, Balintgruppenleiterin (ÖBG), Lehrtherapeutin der ÖÄK, Fachbereichsleiterin für Supervision und körperorientierte Interventionen am Department für Psychotherapie und Biopsychosoziale Gesundheit, Lehrgangsführer für Psy3.

**Märtens, Michael:** Prof. Dr., Dipl.-Psych., mehrjährige ambulante und stationäre Tätigkeiten als Psychotherapeut, Mitarbeiter an der TU-Berlin, Prof. für systemische Interventionslehre in Dresden, seit 2002 Prof. für Beratung und Studiengangsführung im Masterstudiengang Beratung und Sozialrecht an der FH Frankfurt a.M., Forschungskooperation mit der Donau-Universität Krems.

**Pieh, Christoph:** Univ.-Prof. Dr. med. univ., FA für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie (BLAEK). Leiter des Zentrums für Psychosomatik, Supervision und körperorientierte Intervention am Department für Psychotherapie und Biopsychosoziale Gesundheit der Donau-Universität Krems.

**Reichel, René:** Dr. phil, MSc (Integrative Therapie), Psychotherapeut, Supervisor (ÖVS), Fachbereichsleiter für Beratung, Supervision und Coaching am Department für Psychotherapie und Biopsychosoziale Gesundheit; Lehrgangsführer für Psychosoziale Beratung MSc; Koordinator der Kremser Tage.

**Schigl, Brigitte:** Dr.º, MSc, Klinische und Gesundheitspsychologin, Psychotherapeutin, Supervisorin in freier Praxis (Wien und Krems), Univ. Lektorin am Psychologischen Institut der Uni Graz, Lehrgangsführung für Supervision und Coaching an der Donau-Universität Krems, Lehrsupervisorin für Integrative Therapie; Psychotherapie- und Supervisionsforschung.

**Schuch, Hans Waldemar:** Prof. Dr., MA, Visiting Professor im Department für Psychotherapie und Biopsychosoziale Gesundheit der Donau-Universität Krems (A), Psychotherapeut (A) (ÖBVP), Lehrtherapeut für Integrative Therapie (A), Supervisor (DGSV).

**Zieser-Stelzhammer, Luise:** Dr.º med., MAS, Ärztin für Allgemeinmedizin, Arbeitsmedizin, Psychosomatische und Psychotherapeutische Medizin in Wien, Lehrauftrag für Psychotherapeutische Medizin am Department für Psychotherapie und Biopsychosoziale Gesundheit, Lehrtherapeutin der Österreichischen Ärztekammer.

## Anmeldeformular

Fax: +43 (0)2732 893-4630

Ein elektronisches Anmeldeformular können Sie downloaden unter:  
[www.donau-uni.ac.at/psymed/kremsertage](http://www.donau-uni.ac.at/psymed/kremsertage)

Name

Adresse

E-Mail

Telefon/Fax

Tagungsgebühr inklusive Mittagessen am 31. Mai 2013 – Bitte Zutreffendes ankreuzen:

- Vollpreis EUR 195,-  
 Frühbucherbonus (gültig bis 2. April 2013) EUR 180,-

Ermäßigte Tagungsgebühr für Studierende und Absolventen/innen des Departments, Mitglieder der ÖGPPM und ALUMNI-Club-Mitglieder der Donau-Universität Krems. Ermäßigung gilt nur bis 2. April 2013!

- Ermäßigter Vollpreis (gültig bis 2. April 2013) EUR 130,-

Anmeldung Workshop am 31. Mai 2013 – Bitte Workshop-Nummer eintragen:

1. Wahl: Workshop Nr. 2. Wahl: Workshop Nr.

- Heuriger am 31. Mai 2013 EUR 20,-

Nach der Übermittlung Ihrer verbindlichen Anmeldung wird Ihnen von der Donau-Universität Krems die Rechnung zugesandt. Nach Erhalt ist der Tagungsbeitrag spesenfrei auf das angegebene Konto zu überweisen.

Unterschrift

Datum





Die **Donau-Universität Krets** ist spezialisiert auf berufsbegleitende Weiterbildung und bietet exklusive Master-Studiengänge und Kurzprogramme in den Bereichen • Medizin, Gesundheit und Soziales • Wirtschaft und Unternehmensführung • Recht, Verwaltung und Internationales • Bildung, Medien und Kommunikation sowie • Kunst, Kultur und Bau. Mit fast 7.000 Studierenden und 14.000 AbsolventInnen aus 80 Ländern ist sie einer der führenden Anbieter von Weiterbildungsstudien in Europa. Die Donau-Universität Krets verbindet über 15 Jahre Erfahrung in postgradualer Bildung mit permanenter Innovation in Forschung und Lehre. Krets liegt in der einzigartigen Natur- und Kulturlandschaft Wachau, 80 km von Wien entfernt.

**Donau-Universität Krets**  
Die Universität für Weiterbildung



## Information und Anmeldung

Margit Dirnberger

**Donau-Universität Krets**

Department für Psychotherapie und Biopsychosoziale Gesundheit  
Dr.-Karl-Dorrek-Straße 30, 3500 Krets

Tel.: +43 (0)2732 893-2639

Fax: +43 (0)2732 893-4630

[margit.dirnberger@donau-uni.ac.at](mailto:margit.dirnberger@donau-uni.ac.at)