



Andreas de Bruin

ZBS-Gespräch mit Professor Andreas de Bruin¹ zum Thema „Achtsam Promovieren“

ZBS: Seit mehr als zehn Jahren forschen und lehren Sie zu Achtsamkeit. Wie sind Sie auf das Thema gestoßen?

de Bruin: Achtsamkeit hat mich schon immer begleitet. Ich komme aus der schönen alten Stadt Delft in den Niederlanden, sie ist unter anderem bekannt für ihre malerische Altstadt, die Grachten, die wunderschönen Interieurs der alten Herrenhäuser, die Lichtspiegelungen am Himmel, die typischen Stapelwolken, den kraftvollen Wind ... Ich habe dies alles immer sehr bewusst und intensiv wahrgenommen, weil es mich so fasziniert hat. Für den Abschluss meines Erststudiums hatte ich Gelegenheit, ein halbes Jahr in der weltberühmten Delfter Porzellanfabrik zu arbeiten. Die Hingabe und Konzentriertheit der Künstler*innen dort beim Bemalen des Porzellans mit der Delfter blauen Farbe war sehr beeindruckend und inspirierend, ebenso die Atmosphäre in den verschiedenen Arbeitsräumen. 1991 habe ich dann zum ersten Mal Meditation als Technik kennengelernt und angefangen zu meditieren. Achtsamkeit und Meditation sind seitdem für mich zu einem inneren Kompass geworden und haben mir neben der Richtung auch die Kraft gegeben, meinen bisherigen Lebensweg zu gestalten.

ZBS: Was bedeutet es, achtsam zu sein?

de Bruin: Eine eher allgemeinere Deutung von Achtsamkeit, die heute viel Verbreitung findet, beinhaltet, den jetzigen Moment in seiner Gesamtheit bewusst wahrzunehmen, nur zu beobachten, nicht zu bewerten. Auch eine Neugierde gegenüber alltäglichen Aktivitäten, die bereits eine gewisse Routine erhalten haben, spielt eine Rolle. Für Jon Kabat-Zinn, einen der bedeutendsten Achtsamkeitspioniere unserer Zeit, ist Achtsamkeit eine besondere Art der Aufmerksamkeit, welche er *Gewahrsein* nennt. Entscheidend ist, dass man sein Vorhaben, achtsam im Alltag zu sein, nicht zu sehr verkopft und mechanisch ausführt. Nach dem Motto: Ich *muss* jetzt achtsam atmen, ich *muss* jetzt achtsam kochen, essen, kommunizieren. Achtsamkeit ist eine innere Haltung. Meinen Studierenden und Promovierenden erzähle ich oft das Beispiel von Bronnie Ware, einer Australierin, die im Rahmen ihrer Hospizarbeit Sterbende befragt hat, was sie rückschauend auf ihr Leben bedauern. Heraus kam, dass viele der Befragten gerne mehr Gefühle ge-

zeigt hätten, mehr Zeit mit Familie und Freunden verbracht hätten, nicht so viel gearbeitet und mehr den Mut gehabt hätten, das Leben so zu leben, wie sie es gerne gewollt hätten. Wir haben jetzt noch die Möglichkeit, dies anders zu machen und Momente präsenter wahrzunehmen und zu erfahren.

ZBS: Die Befragten hätten gerne mehr Gefühle gezeigt: Inwieweit gehört das Öffnen für Gefühle zur Achtsamkeit?

de Bruin: Achtsamkeit beinhaltet auch, den eigenen Gefühlen offener und wertfreier zu begegnen und sich nicht dafür zu verschließen. Zudem entsteht bei einer tiefen Achtsamkeit mehr Raum für das Herz. Unter den Achtsamkeits- und Meditationstechniken gibt es sogar eine ganz eigene Kategorie, bei der Mitgefühl und Verbundenheit im Mittelpunkt stehen – das sind die sogenannten *Metta-Meditationen* oder *Meditationen der Liebenden Güte*.

ZBS: Seit dem Sommersemester 2021 bieten Sie an der Hochschule München den Kurs „Achtsam Promovieren“ an. Warum ist es wichtig, ein Angebot speziell für Doktorand*innen zu schaffen?

de Bruin: Promovieren setzt einiges voraus: Aufmerksamkeit und Konzentration, Unterscheidungs- und Durchhaltevermögen, Umgang mit Stress und Versagensängsten, eine stabile Psychohygiene, Disziplin, Selbstwirksamkeit sowie Kreativität. Studien haben gezeigt, dass Achtsamkeits- und Meditationspraktiken auf alle diese Merkmale eine positive Auswirkung haben. Wichtig ist jedoch, dass die vermittelnden Ansätze nicht nur deshalb ausgeführt werden, um bestimmte Effekte zu erzielen. Es geht auch darum, mehr zu sich selbst zu finden und eine klare Sicht auf das zu erlangen, was man im Leben bewirken möchte. Bei den meisten Doktorand*innen entsteht mehr Gelassenheit kombiniert mit

¹ Prof. Dr. Andreas de Bruin lehrt an der Hochschule München und im Rahmen einer Bildungs- und Forschungskooperation zusätzlich an der Ludwig-Maximilians-Universität (LMU) München. Seine Hauptfelder in Forschung und Lehre sind Achtsamkeit und Meditation und deren Auswirkungen auf physischer, emotionaler, kognitiver und sozialer Ebene. Er unterrichtet zudem bewusstes Wahrnehmen in der Malerei und in der klassischen Musik; weitere Fächer sind Hochbegabung sowie Kreativität im Allgemeinen.

einem starken Willen, die Promotion zu einem erfolgreichen Ende zu führen.

ZBS: Die Studienlage zur psychischen Gesundheit von Promovierenden ist besorgniserregend. Inwieweit kann Achtsamkeit zur Verbesserung der Situation beitragen?

de Bruin: Richard Davidson, ein Experte auf dem Gebiet der Emotionsforschung und zudem einer der führenden Achtsamkeits- und Meditationsforscher, geht davon aus, dass Menschen glücklicher sein könnten, wenn sie mehr Kontrolle über ihren Geist erlangen würden. Davidson sieht vier Grundvoraussetzungen für einen gesunden Geist, und zwar das grundlegende Erkennen des *Gewahrseins (awareness)*, die *Verbindung zu uns selbst und anderen (connection)*, d.h. über Emotionen wie Mitgefühl, Güte, Dankbarkeit zu verfügen und dadurch mit der Umwelt in Beziehung treten zu können, drittens *Einsicht in das eigene Selbst (insight)* und viertens die *Bestimmung im Leben (purpose)* zu erkennen und das Verhalten daran auszurichten. Zudem nennt Davidson vier wichtige Bausteine für das Wohlbefinden: *Resilienz/Widerstandskraft (resilience)*, *positive Lebenseinstellung (outlook)*, *Aufmerksamkeit (attention)* und *Großzügigkeit (generosity)*. Davidson sieht die Erforschung der Wirkmechanismen von Achtsamkeit und Meditation als einen wichtigen Schritt zu einem besseren Verständnis davon, wie wir einen gesunden Geist kultivieren und ein zufriedenes und erfülltes Leben führen können.

ZBS: Sie nennen Experten und sprechen über die Forschung. Gibt es für die Wirksamkeit von Achtsamkeit und Meditation wissenschaftliche Belege?

de Bruin: Ja, in der Neurowissenschaft ist diesbezüglich sogar ein ganz neues Forschungsfeld entstanden, die kontemplative Neurowissenschaft. Ein wichtiger Bestandteil dieser Richtung ist die Neuroplastizität, die besagt, dass unser Gehirn das ganze Leben lang lernfähig ist und in Interaktion mit den äußeren Einflüssen sich wandelt und neu strukturiert. Die Neurowissenschaftlerin Sara Lazar betont, dass Verhaltensformen mit Hirntätigkeiten zusammenhängen und dadurch wiederum auch mit Hirnstrukturen. Ändert sich das Verhalten, so ändern sich auch Hirnstrukturen.

Die bedeutendsten Befunde auf dem Gebiet der Achtsamkeits- und Meditationsforschung betreffen derzeit die selektive und exekutive Aufmerksamkeit, die Konzentration, die Emotionsregulierung, Mitgefühl und Altruismus, Körpergewahrsein, Konditionierungsabbau und sogar Zellalterung.

Neurowissenschaftliche Forschungen haben beispielsweise ergeben, dass manche Hirnregionen gerade dann eine höhere Aktivität ausweisen, wenn Testpersonen keine Aufgabe ausführen und sie sich in einer Ruhephase befinden. Diese im Ruhezustand aktiven Hirnregionen werden zusammen als Default-Mode-Netzwerk (Ruhezustandsnetzwerk) bezeichnet. Ein aktives Default-Mode-Netzwerk weist unter anderem auf das sogenannte Mindwandering, das Abschweifen der Gedanken, hin. Da beim Mindwandering die ganze Psyche beteiligt ist, werden neben Gedanken auch Gefühle aktiviert. Im

Falle von belastenden Gedanken und Gefühlen hat dies eine negative Auswirkung auf unsere Psychohygiene. Ein solch aktives Default-Mode-Netzwerk führt grundsätzlich dazu, dass man nicht wirklich auf den Moment fokussiert ist. Forschungen belegen, dass bei Meditierenden die Aktivität des Default-Mode-Netzwerks verändert ist. Forscher*innen schließen daraus, dass Menschen, die Achtsamkeit und Meditation praktizieren, generell weniger durch Gedanken abgelenkt werden. Indem man nur beobachtet und nicht bewertet, lernt man, aufkommende Gedanken leichter loszulassen und nicht darin zu verharren.

Ein anderes Beispiel betrifft Veränderungen im Mandelkern, der Amygdala. Dieser Bereich im Gehirn wird aktiviert, wenn wir uns mit angstausslösenden Reizen konfrontiert sehen. Ein Teil der Amygdala ist wichtig dafür, Anzeichen von Gefahr überhaupt zu erkennen. Sind diese einmal erkannt, löst ein anderer Teil der Amygdala anschließend eine Kaskade von Reaktionen aus. Studien haben ergeben, dass die Achtsamkeits- und Meditationspraxis zu einer Reduzierung der Amygdala-Aktivität führt. Diese Veränderung hat auch einen Effekt auf den Hippocampus. Dieser Bereich im Gehirn ist für die Emotionsregulation bedeutend und sorgt unter anderem dafür, dass emotional angemessen auf eine Situation reagiert werden kann. Ist die Aktivität des Hippocampus geschwächt, fällt uns diese Steuerungsfähigkeit weitaus schwerer. Die Zellen im Hippocampus werden durch Cortisol geschädigt. Ist im Falle von andauerndem Stress der Cortisolspiegel länger erhöht, wirkt sich dies schädlich auf den Hippocampus und seine Funktionen aus. Sichtbar ist in diesem Hirnbereich eine Abnahme an grauer Masse. Aus Studien geht hervor, dass Achtsamkeit und Meditation Stress und dadurch unter anderem die Aktivität der Amygdala reduzieren. Die Reduzierung des Cortisolspiegels hat einen positiven Effekt auf den Hippocampus und zeigt sich wiederum in einer Zunahme der grauen Masse in diesem Bereich.

Als drittes Beispiel ist die Auswirkung von Achtsamkeit und Meditation auf unser Körpergewahrsein zu nennen. Mittels dieses Gewahrseins sind wir in der Lage, Körperempfindungen zu erkennen. Achtsamkeits- und Einsichtsmeditationstechniken, die solche Empfindungen als Aufmerksamkeitsobjekt in den Mittelpunkt stellen, stärken die Verbindung zwischen Körper und Geist. Eine bedeutende Übung diesbezüglich ist der Bodyscan. Bei dieser Übung richten wir unsere Aufmerksamkeit auf einzelne Körperbereiche und durchwandern gedanklich schrittweise den ganzen Körper. Wichtig ist, dass wir die jeweiligen Körperteile achtsam erspüren, ohne dabei aufkommende Gedanken und Gefühle zu bewerten. Studien zeigen, dass solche Techniken zu einer Veränderung im vorderen Inselcortex der rechten Gehirnhälfte führen. Laut Sara Lazar zeigt sich hier eine Zunahme der Dichte der grauen Substanz. Eine Funktion dieser Hirnregion ist dem Psychologen und Neurowissenschaftler Ulrich Ott zufolge die Herstellung der „Meta-Repräsentation des gefühlten Leibes“, da hier zahlreiche Informationen aus dem Körperinneren zusammenfinden. Neben der Körperempfindung kann zudem der individuelle emotionale Zustand registriert werden. Ein verbessertes Leibgefühl hat auch eine positive Auswirkung auf unser Denken und auf Entscheidungs-

gen, die wir treffen. Mehr Kenntnisse über die eigene Gefühlswelt zu erlangen, trägt dazu bei, sich in Mitmenschen besser hineinversetzen zu können. Die Psychologin und Achtsamkeits- und Meditationsforscherin Britta Hölzel weist darauf hin, dass durch die Achtsamkeits- und Meditationspraxis neben der Empathie auch die Affektregulation, insbesondere das Registrieren und angemessene Reagieren auf eigene Gefühle, positiv beeinflusst werden.

ZBS: Man spürt Ihre Begeisterung auch für die Forschung. Blicken wir nun in die Praxis: Welche achtsamkeitsbasierten Übungen lernen Promovierende in dem Kurs?

de Bruin: Bevor ich die Übungsschwerpunkte nenne, würde ich gerne noch differenzieren, auf welcher Ebene wir uns jeweils bewegen. Stellen wir uns vor, dass wir uns im Spiegel betrachten. Diese Person – also ich selbst –, die ich im Spiegel sehe, hat ein gewisses Aussehen, ein Haarschnitt, eine spezifische Mimik, Kleidung etc. Ebenso hat diese Person ein bestimmtes Verhalten. Und wie wir aussehen und uns verhalten, wird vor allem beeinflusst durch Konditionierungen, die wir uns im Laufe der Zeit angeeignet haben. Gleichzeitig bin ich auch derjenige, der diese Person und ihre Konditionierungen beobachten kann. Die Person im Spiegel kann sich immer wieder verändern, aber dieser innere Beobachter ist unabhängig von der äußeren Form. Wer bin ich nun, diese äußere Person oder der innere Beobachter?

Die Übungen, die wir durchführen, helfen, die Verbindung zwischen beiden Ebenen zu stärken. Um mehr im Augenblick präsent zu sein, lernen wir Alltagshandlungen wie etwa Kochen und Essen, Kommunizieren, Putzen und Gehen achtsamer auszuführen. Es sind die sogenannten informellen Achtsamkeitsübungen. Wenn es darum geht, mehr Einsicht in unser Denken, Fühlen und körperliche Empfindungen und deren Wechselwirkung zu erlangen, sprechen wir von Achtsamkeits- und Einsichtsmeditation. Hier lernen wir beispielsweise die bereits genannte Körperübung, den Bodyscan, oder wir praktizieren eine Atemmeditation, bei der wir den Atem als Ankerpunkt nehmen und von dort aus unsere aufkommenden Gedanken und Gefühle lediglich betrachten, ohne sich weiter damit auseinanderzusetzen. Dann gibt es die Meditationsformen der inneren Versenkung, die mit einem Meditationsobjekt, etwa einem Mantra, einem Bild, dem Punkt zwischen den Augenbrauen oder dem Atem, arbeiten. Ziel ist es, sich nur darauf zu konzentrieren, alles andere auszublenden, damit der menschliche Geist, die Psyche, immer ruhiger wird und das Denkvermögen sich statt nach außen nach innen richten kann und still wird. Diese Formen der inneren Versenkung sind ein wichtiger Bestandteil der Achtsamkeits- und Meditationsangebote; sie verstärken die Verbindung zum eigenen inneren Kern und damit auch zur eigenen tieferen Intuition und Kreativität. Nicht zuletzt gibt es noch eine weitere Kategorie, die wir berücksichtigen: die Metta-Meditationen oder Meditationen der Liebenden Güte. Hier steht die Förderung von Empathie, Mitgefühl und Altruismus im Vordergrund.

ZBS: Es gibt auch Kritik an der Achtsamkeitsbewegung. Wie etwa, dass sie die Ursachen von Stress und anderen

Belastungen individualisiert und dadurch gesellschaftliche Probleme ausblendet. Achtsamkeit als eine Form der Selbstoptimierung, die von den wahren Problemen ablenkt. Was entgegnen Sie?

de Bruin: Wenn wir Achtsamkeit lediglich effektorientiert einsetzen, bleibt sie mechanisch und oberflächlich. Sie erreicht dann nicht die notwendige Tiefe. Die Herzqualität und auch die ethische Komponente dürfen dabei nicht fehlen, da diese zur Erlangung eines tieferen Verständnisses von Achtsamkeit immer dazugehören. Beispielsweise wenn wir durch Achtsamkeitspraktiken noch besser lernen, Druck standzuhalten, in Unternehmen oder Institutionen wie etwa Hochschulen, ohne das die stressverursachenden Ursachen verändert werden, läuft etwas nicht richtig. Oder denken wir an Scharfschützen oder Drohnenpiloten, die mittels Achtsamkeitsübungen besser fokussieren, zielen und somit auch töten lernen. Der Molekularbiologe und buddhistische Mönch Matthieu Ricard sieht Achtsamkeit immer als *mitfühlende Achtsamkeit*. Jon Kabat-Zinn spricht von „heartfulness“, und für Richard Davidson muss die Ethik in der Achtsamkeit vorhanden sein. Achtsamkeit so verstanden, führt zu einem anderen Umgang mit uns selbst, unseren Mitmenschen sowie unserer Umwelt und hat ein enormes Potenzial, Veränderungen anzustoßen. Eine neue Sicht auf das Leben ändert unsere Priorisierung, unsere Wahrnehmung dessen, was wirklich wichtig ist. Dies gilt ebenso für Herausforderungen auf globaler Ebene: Wenn wir die Welt als Einheit, als ein zusammenhängendes Ganzes sehen, können Probleme wie etwa Hungersnot, Krieg oder Umweltzerstörung ganz anders, viel umfassender angegangen und gelöst werden.

ZBS: Sehen Sie Risiken beim Ausüben von Achtsamkeits- und Meditationspraktiken?

de Bruin: Es gibt auch einige Risiken, die bei nicht korrekter Anwendung sowie im Zusammenhang mit einer problematischen psychischen Disposition auftreten können. Ich bin in meinem Buch *Achtsamkeit und Meditation im Hochschulkontext* in einem eigenen Kapitel gezielt darauf eingegangen. Die wichtigsten Risiken beim Ausüben von Achtsamkeits- und Meditationspraktiken sind: psychiatrische, psychosomatische oder somatische Vorerkrankungen/Vorbelastungen, psychische, emotionale Instabilität, zu ehrgeizige Zielsetzungen/zu anspruchsvolle Meditationstechniken, das Praktizieren von Meditation ohne Begleitung durch Lehrer*innen oder einer Gruppe und das Praktizieren von Meditation mit Begleitung durch unerfahrene Lehrer*innen. Spannend bei den Vorerkrankungen und Vorbelastungen ist, dass, vorausgesetzt eine stabile Ich-Struktur ist vorhanden, zwar die tieferen Meditationsformen nicht geeignet sind, Achtsamkeitsübungen aber durchaus positive Auswirkungen haben, beispielsweise bei der Behandlung von Depressionen, Psychosen, Traumata. Werden die oben genannten Risiken berücksichtigt, spricht meines Erachtens nichts dagegen, mit Achtsamkeits- und Meditationstechniken zu beginnen. Es wäre dann sogar bedauerlich, wenn Studierenden und Pro-

movierenden, die ein aufrichtiges Interesse dafür zeigen, diese Möglichkeit vorenthalten wird.

Unter den 2.500 Menschen, die an den bisherigen regulären Lehrveranstaltungen im Rahmen des Münchner Modells teilnahmen, gab es nur eine Studentin, die wegen eines akuten Traumas abgelehnt werden musste. Auch bei den offenen Zusatzangeboten, die für alle frei zugänglich sind, mussten bislang nur wenige Interessent*innen abgewiesen werden. Ihnen wurden Anleitungen für alltagsbezogene Achtsamkeitsübungen mitgegeben, um sich im normalen (Alltags-)Leben mehr zu festigen. Die Möglichkeit, sich nach einer gewissen Zeit erneut für die Angebote anzumelden, besteht weiterhin.

ZBS: Wieso ist es die Aufgabe von Hochschulen, Trainings in Achtsamkeit anzubieten?

de Bruin: Dafür gibt es mehrere Gründe. Erstens ist es wichtig, dass die Studierenden und Promovierenden, aber auch Lehrende und andere Hochschulbeschäftigte, eine Atmosphäre erleben, die sich positiv auf die eigene Psychohygiene, den Umgang mit sich selbst und anderen Menschen auswirkt. Zweiten ist die Förderung von Selbstreflexion und Selbstwirksamkeit bedeutend. Des Weiteren ist eine umfassendere Auseinandersetzung mit unserem Denken wichtig. Derzeit konzentrieren wir uns fast ausschließlich auf den Intellekt. Wir lernen zu analysieren, zu argumentieren, zu schlussfolgern usw., um zu einer Urteilsbildung und Erkenntnisgewinnung zu gelangen. Dies betrifft eine diskursive Herangehensweise; es gibt aber auch noch die intuitive Erkenntnisgewinnung, die ohne methodische und bewusste Schlussfolgerungen agiert. Das ist der Bereich der Intuition, der noch nahezu völlig unerforscht, aber bedeutsam ist. Denken wir an die Inspirationen für große Erfindungen, Sinfonien, Kunstwerke usw., welche die Menschheitsgeschichte geprägt haben und die maßgeblich von der Ebene der Intuition herrühren. Einstein etwa betonte den Stellenwert der Intuition folgendermaßen: „Die Intuition ist ein göttliches Geschenk, der denkende Verstand ein treuer

Diener. Es ist paradox, dass wir heutzutage angefangen haben, den Diener zu verehren und die göttliche Gabe zu entweihen.“

Es ist meines Erachtens wichtig, dass wir uns auch im Hochschulkontext, diesem Bereich annähern. Eine bessere Verbindung mit der eigenen Intuition ist selbstverständlich nicht nur für Genies, sondern für alle Menschen und somit auch für Studierende förderlich. Bei allen oben genannten Punkten können Achtsamkeits- und Meditationspraktiken unterstützend wirken. Vor diesem Hintergrund halte ich es für wesentlich, dass wir jungen Menschen in der Ausbildung solche Trainings anbieten.

ZBS: Höre ich da einen Appell an die Hochschulpolitik?

de Bruin: Im Prinzip, ja. Ich habe diese Frage als Moderator im Rahmen einer Podiumsdiskussion auch einmal Richard Davidson gestellt, da die bisherigen wissenschaftlichen Daten der Achtsamkeits- und Meditationsforschung so eindeutig und vielversprechend sind. Ich fragte ihn auch, wie wir die Politiker gezielt mit diesem Thema erreichen können. Er antwortete, dass eine politische Unterstützung sicherlich wichtig sei, aber entscheidend sei es, dass das Interesse an diesen Themen in der Öffentlichkeit weiter wachse. Ich sehe dies ebenso. Für mich ist Achtsamkeit kein flüchtiger Trend, sondern ein Bestandteil eines großen Paradigmenwechsels.

ZBS: Ein schönes Schlusswort, lieber Herr de Bruin. Ganz herzlichen Dank für das Gespräch.

Das Gespräch auf Seiten der ZBS führte David Willmes.

Literatur

Andreas de Bruin hat ein Buch zum Münchner Modell geschrieben: *Achtsamkeit und Meditation im Hochschulkontext – 10 Jahre Münchner Modell*, Transcript Verlag 2021. Das Buch steht auch als kostenloses E-Book (auf Deutsch und Englisch) zur Verfügung: www.hm.edu/meditationsmodell (Rubrik „Handbuch“).

Reihe: Hochschulwesen: Wissenschaft und Praxis

Pascale Stephanie Petri Neue Erkenntnisse zu Studiererfolg und Studienabbruch Einblicke in die Studieneingangsphase

Die Studieneingangsphase gilt als besonders kritisch: Der Peak der Studienabbruchzahlen findet sich in den ersten beiden Hochschulsesemestern. Schon seit langem werden zu hohe Abbruchquoten beklagt. Die sozial- und erziehungswissenschaftliche sowie psychologische Forschung kann mit einer soliden Bandbreite an Theorien und empirischen Befunden zu Prädiktoren von Studiererfolg und -abbruch aufwarten, doch stehen diese meist disparat nebeneinander.

Die vorliegende Arbeit hat sich daher über den bloßen Vergleich der verschiedenen Perspektiven hinaus deren Integration zu einem Prozessmodell des Studieneinstiegs zum Ziel gemacht, welches detaillierte Einblicke auf Mikroebene bietet. Wie das empirisch bewährte Erlebens-Orientierte-Studieneinstiegs-Modell (EOS-Modell) die präventive Förderdiagnostik an Hochschulen inspirieren kann und welche praktischen Implikationen es für die Betreuung Studierender bietet, wird nicht nur diskutiert, sondern anhand einer Pilotstudie plastisch veranschaulicht.

ISBN 978-3-946017-23-3, Bielefeld 2021, 272 Seiten, 43.90 Euro zzgl. Versand

Bestellung – E-Mail: info@universitaetsverlagwebler.de, Fax: 0521/ 923 610-22