

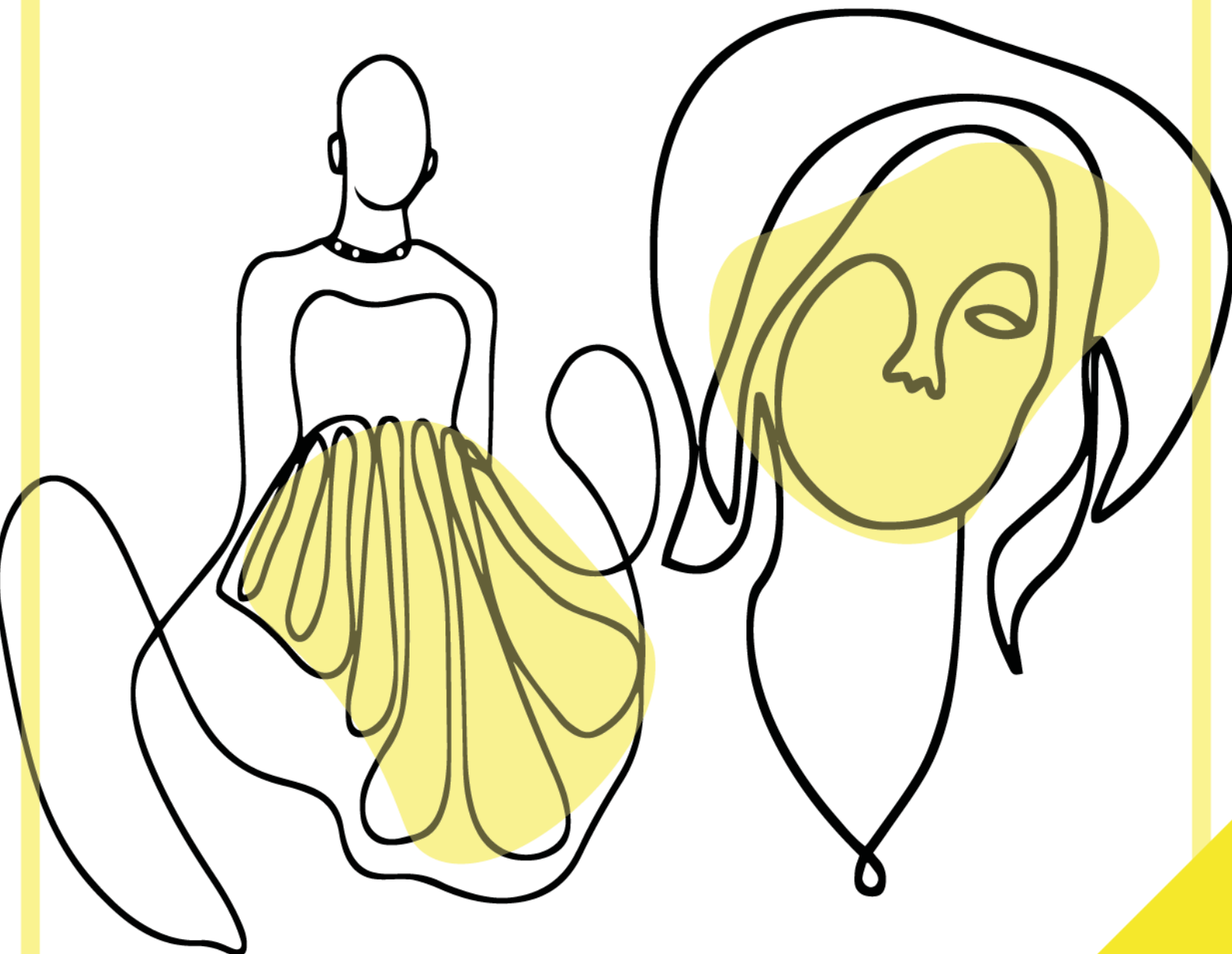
Ausgabe 02/2023

Raiffeisenbank  
Kitzbühel - St. Johann



# W M A N L I F E N E W S L E T T E R

von Frauen für Frauen





# AKTUELLES & INFORMATIVES

## ChatGPT - KI-App

ChatGPT ist in aller Munde. Schülerinnen und Schüler haben den Chatbot längst als einfach zu bedienende Hausaufgabenhilfe für sich entdeckt, Studenten und Studentinnen lernen damit, mancher Politiker lässt sich sogar seine Rede mittels Künstlicher Intelligenz schreiben.



**Was ist ChatGPT eigentlich?** Bei ChatGPT, Abkürzung von "Chatbot Generative Pre-trained Transformer", kann der Benutzer über Texteingabe mit dem Computer menschenähnlich kommunizieren. Das Besondere ist, dass der Chatbot aus der Unterhaltung lernt. Er kann zum Beispiel komplizierte Sachverhalte einfach erklären, Gedichte, Nachrichten oder kurze Texte schreiben. Dafür wurde ChatGPT mit Millionen von Texten aus dem Internet, aus sozialen Medien, Online-Foren, Zeitungsartikeln und Büchern trainiert. Mithilfe eines Filters soll die Ausgabe von falschen oder schädlichen Inhalten vermieden werden.

**Für was kann ich die Künstliche Intelligenz benutzen?** ChatGPT ist ein sprach- und textbasierter Chatbot. Deshalb eignet er sich vor allem für dialogische Anwendungen, als Ideengeber, Inspirationsquelle oder Hilfe bei der Vorstrukturierung von Texten. In Zukunft sind viele Anwendungsbereiche denkbar, zum Beispiel im Kundenservice, bei der Erstellung von Werbetexten oder langen Aufsätzen etwa für die Schule oder Universität.

**Wer steckt hinter dem ChatGPT-Entwickler OpenAI?** ChatGPT wurde von OpenAI entwickelt, einem kalifornischen KI-Forschungsunternehmen, das unter anderem von Elon Musk und dem Programmierer und Investor Sam Altman gegründet wurde. Seit 2019 kooperiert der Softwareriese Microsoft mit OpenAI.

**Riesen-Hype um ChatGPT - ist das überhaupt berechtigt?** Die Zahlen zeigen zunächst einmal, dass ChatGPT die am schnellsten wachsende Verbraucheranwendung der letzten 20 Jahre ist - innerhalb von wenigen Monaten nach der Veröffentlichung haben sich mehr als 100 Millionen Nutzerinnen und Nutzer weltweit bei dem Dienst angemeldet. Zum Vergleich: Tiktok benötigte dafür etwa neun Monate, Instagram zwei Jahre, wie Analysedienste berichten.

ChatGPT stelle einen großen Entwicklungssprung in der KI-Anwendung dar. Im Bildungsbereich spricht man sogar von einer "kleinen Erschütterung, die manches infrage stellt" und bezieht sich dabei vor allem darauf, wie Hausarbeiten, Hausaufgaben und Texte in Zukunft bewertet werden sollen.



# WELLNESS & GESUNDHEIT

## Warum entschuldigen sich Frauen ständig?

Frauen sind Meisterinnen im Entschuldigen. Sie haben oft so etwas wie einen angeborenen Reflex, sich ständig für sich zu entschuldigen. Jemand rempelt sie an – sie sagen "Sorry". Frau will in der Sitzung etwas sagen – und läutet den Satz mit einem "Äh, Entschuldigung..." ein. Der Impuls, ständig und immer völlig grundlos um Verzeihung zu bitten, ist so tief verankert, dass es meist nicht einmal auffällt, wenn Frauen wieder mal mit dem doofen E-Wort in ein Gespräch einsteigen...



Entschuldigen sich Frauen deshalb so häufig, weil sie das Gefühl haben, dass ihr Verhalten dadurch verniedlicht, also "entschuldbarer" wird? Ist die Angst, in einem immer noch männlich dominierten Karriereumfeld als "schwierig" zu gelten, wenn man seine Forderungen nicht durch eine vorausgeschickte Entschuldigung verharmlost? Wirken Frauen sofort sympathischer, weil sie sich entschuldigen?

Meistens ist es leider so, dass Frauen sich entschuldigen, weil es ihnen an „Selbstbewusstsein“ mangelt. Machen Sie sich Ihr Verhalten bewusst, ...

- **WENN SIE UM UNTERSTÜTZUNG BITTEN.** Nein, Sie belasten andere Leute nicht, wenn Sie sie um Hilfe bitten. Wer es nicht machen will, soll es lassen. Aber es gibt keinen Grund, sich dafür zu entschuldigen.
- **WENN SIE EINFACH IHREN JOB MACHEN.** "Entschuldige, ich muss noch ein Telefonat machen." – "Äh, Verzeihung, darf ich kurz etwas dazu sagen?" Hören Sie auf, sich ständig dafür zu rechtfertigen, dass Sie einfach nur Ihren Job machen.
- **WENN ES UM IHRE ENTSCHEIDUNGEN GEHT.** Sie müssen sich nicht dafür entschuldigen, dass Sie anders empfindet als der Rest Ihres Umfelds.
- **WENN SIE IHRE MEINUNG VERTRETEN.** Sie haben eine Überzeugung, die jemand anderer nicht teilt? Eine klare Meinung oder Überzeugung zu vertreten, ist nichts, wofür man sich entschuldigen muss.
- **WENN SIE ZEIT FÜR SICH BRAUCHEN.** Sie brauchen sich nicht zu entschuldigen, wenn Sie Ihre Bedürfnisse in den Vordergrund stellen.
- **WENN SIE EINE FRAGE HABEN.** Fragen kostet nicht nur nichts, es ist auch völlig legitim. Und damit nichts, was einer vorhergehenden Entschuldigung bedarf.
- **UND VOR ALLEM BRAUCHEN SIE SICH NICHT DAFÜR ZU ENTSCULDIGEN, DASS SIE NICHT PERFEKT SIND** - nobody is perfect!



## TIPP MEINER BANK

**Bezahlen ist einfach. Mit Apple Pay.  
Jetzt auch mit Ihrer RBI-Kreditkarte.**

**EINFACH  
BEZAHLEN.**

RAIFFEISEN MIT APPLE PAY.



Apple Pay ist eine einfache und sichere Art zu bezahlen. Egal ob in Geschäften, online und sogar in Apps. Apple Pay ist mit Ihrer Raiffeisen Debitkarte oder ab sofort auch mit Ihrer RBI-Kreditkarte auf iPhone, Apple Watch, iPad und Mac verfügbar. Zahlen Sie mit Apple Pay, wo auch immer Sie einkaufen - mit Apple Pay ist das ganz einfach.

Fügen Sie Ihre RBI-Kreditkarte ganz einfach direkt in der Mein ELBA App zu Apple Pay hinzu und profitieren Sie von der einfachsten Art zu bezahlen. Alle Informationen finden Sie unter: <https://www.raiffeisen.at/tirol/kitzbuehel-st-johann/de/online-banking/mobile-payment/applepay.html>

## VERANSTALTUNGSHINWEISE

- 27.05. Pfingstclub, Eisstockhalle Stadion Lehmgrube, Fieberbrunn  
Ermäßigung für Raiffeisen Club Mitglieder, [www.bassundbrass.at](http://www.bassundbrass.at)
- 28.05. Pfingststadl, Eisstockhalle Stadion Lehmgrube, Fieberbrunn  
Ermäßigung für alle Raiffeisen-Kunden, [www.bassundbrass.at](http://www.bassundbrass.at)
- 15.06. Vortrag „Schwerelos“, Samuel Koch, Kaisersaal St. Johann
- 16.06. Vortrag „Kraftplätze & Kraftorte“, Harald Kunstowny, Alte Gerberei, St. Johann

## UNSER LITERATUR-TIPP



Stell dir vor, auf dem Weg ins Jenseits gäbe es eine riesige Bibliothek, gesäumt mit all den Leben, die du hättest führen können. Buch für Buch gefüllt mit den Wegen, die deine hätten sein können.

Hier findet sich Nora Seed wieder, nachdem sie aus lauter Verzweiflung beschlossen hat, sich das Leben zu nehmen. An diesem Ort, an dem die Uhrzeiger immer auf Mitternacht stehen, eröffnet sich für Nora plötzlich die Möglichkeit herauszufinden, was passiert wäre, wenn sie sich anders entschieden hätte. Jedes Buch in der Mitternachtsbibliothek bringt sie in ein anderes Leben, in eine andere Welt, in der sie sich zurechtfinden muss. Aber kann man in einem anderen Leben glücklich werden, wenn man weiß, dass es nicht das eigene ist?