



© skynesher / Getty Images / Stock (Symbolbild mit Fotomodellen)

Nicht alle Diamanten entstehen unter Druck

Umfrage. Deutsche Hochschulen arbeiten intensiv an der Umsetzung der im Jahr 2021 neu eingeführten Approbationsordnung für Zahnärzte und Zahnärztinnen (ZApprO). Die Studierenden erhoffen sich viel davon, sind doch Missstände an deutschen Zahnkliniken seit Jahrzehnten bekannt. Es ist die hohe psychische Belastung im Studium, die beklagt wird. Für die Studierenden ist daher klar: Es muss sich fundamental etwas ändern.

AUTOR: JORIT CLAUBEN

VIELE BELASTUNGSFAKTOREN FÜR STUDIERENDE IM Zahnmedizinstudium liegen auf der Hand: Lernpensum, Leistungsdruck und Zeitaufwand. Das hohe Lernpensum lässt sich dabei kaum ändern. Wieviel Druck aber auf die Studierenden ausgeübt wird und wie diese damit umgehen schon.

Da das Studium der Zahnmedizin ziemlich einzigartig in der deutschen Hochschullandschaft ist, kann man es selbst mit fachlich verwandten Studiengängen wie etwa Medizin nicht vergleichen. Auch ist die Datenlage speziell zur Zahnheilkunde bisher mehr als dürftig. Das macht es ausgesprochen schwer, anhand von Literatur Schlüsse auf die Belastung der Studierenden zu ziehen.

Das Studierendenparlament (StuPa) des Freien Verbandes Deutscher Zahnärzte (FVDZ) hat aus diesem Grund eine Umfrage unter Zahnmedizinistudierenden erhoben. Ziel war es, das Ausmaß der psychischen Belastung in der Studierendenschaft und mögliche Ursachen aufzuzeigen.

ALARMIEREND

Bereits vor der COVID-19-Pandemie bestand ein deutlicher Handlungsbedarf an deutschen Universitäten, auf die psychische Belastungssituation von Studierenden zu antworten. Hohe Studienabbrecherquoten sowie eine hohe Prävalenz bei Depressionen hatten ein besorgniserregendes Bild gezeichnet. Darauf verweist auch eine Studie zur Gesundheit von Studie-

renden in einem Kooperationsprojekt der Freien Universität Berlin und der Techniker Krankenkasse aus dem Jahr 2018. Die Erfahrungen während der Corona-Pandemie haben die Situation weiter verschärft. In der aktuellen Forschung zur psychischen Widerstandsfähigkeit von Studierenden, der akademischen Resilienz, wird daher besonders an die Hochschulen appelliert, sich mit der Belastung ihrer Studierenden näher zu befassen.

Ein im Juni 2021 erschienener Leitfaden des Bayerischen Staatsinstituts für Hochschulforschung und Hochschulplanung beschäftigt sich mit der Förderung dieser akademischen Resilienz in naturwissenschaftlichen Studiengängen. Die dort beschriebenen Interventionen zur Förderung des Resilienzprozesses bei Studierenden wurden in der vorliegenden Umfrage auf den Studiengang Zahnmedizin angewandt, um mögliche Defizite der Hochschulen im Umgang mit der psychischen Belastung ihrer Studierenden aufzuzeigen.

HOHER ZEITAUFWAND

In der Literatur, die sich mit Belastungssituationen unterschiedlicher Studiengänge beschäftigt, spielt der Zeitaufwand stets eine Schlüsselrolle. Bei der Erhebung des durchschnittlichen Zeitaufwands ist aber von einer hohen Subjektivität der Antworten auszugehen. Zudem unterscheiden sich curriculares Lernpensum, fächerspezifisches Anforderungsniveau und die Bindung des einzelnen Studierenden ans Studium (Studiums-Commitment) von Universität zu Universität.

In unserer Umfrage gaben 28,2 Prozent der Befragten einen wöchentlichen Zeitaufwand von mehr als 50 Stunden an, weitere 34,7 Prozent gehen von 40 bis 50 Wochenstunden aus. Im zwölften Studierenden survey des Bundesministeriums für Bildung und Forschung (BMBF) ist das Zahnmedizinstudium mit durchschnittlich 42,5 Stunden pro Woche veranschlagt und nach der Veterinärmedizin einer der zeitaufwendigsten Studiengänge überhaupt. Statt der tatsächlichen Stundenzahl ist jedoch der empfundene Zeitaufwand entscheidender: In einer empirischen Studie aus dem Jahr 2011 weisen Rolf Schulmeister und Christiane Metzger darauf hin, dass bei zu hoher subjektiver zeitlicher Belastung durchaus die Lernfähigkeit eingeschränkt sein kann.

MITWIRKUNG ERWÜNSCHT?

Als Belastungsfaktor angesehen wird in der Resilienzfor- schung zudem die „externale Kontrollüberzeugung“, also das Gefühl des Ausgeliefertseins. Hier ist es entscheidend, ob Studierende erleben, dass sie auf ihre Studiensituation Einfluss haben. In unserer Umfrage glaubt allerdings mit 20 Prozent nicht einmal ein Viertel der Befragten, Einfluss auf die Gestaltung ihres Studiums zu haben – beispielsweise durch Evaluationen. Sie berichten von undurchsichtigen Planungen der Stundenpläne, kurzfristigen Ankündigungen von Testaten und willkürlichen Bewertungen ihrer praktischen Leistungen – alles in allem von einem Gefühl der limitierten Selbstwirksamkeit (**Abb. 1**).

„Hast du den Eindruck, dass Studierende Einfluss auf die Gestaltung des Studiums haben (z.B. durch Evaluationen)?“

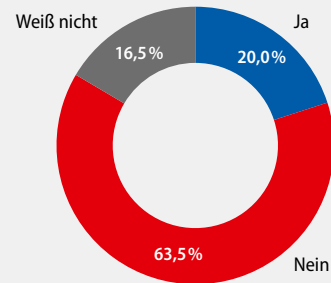
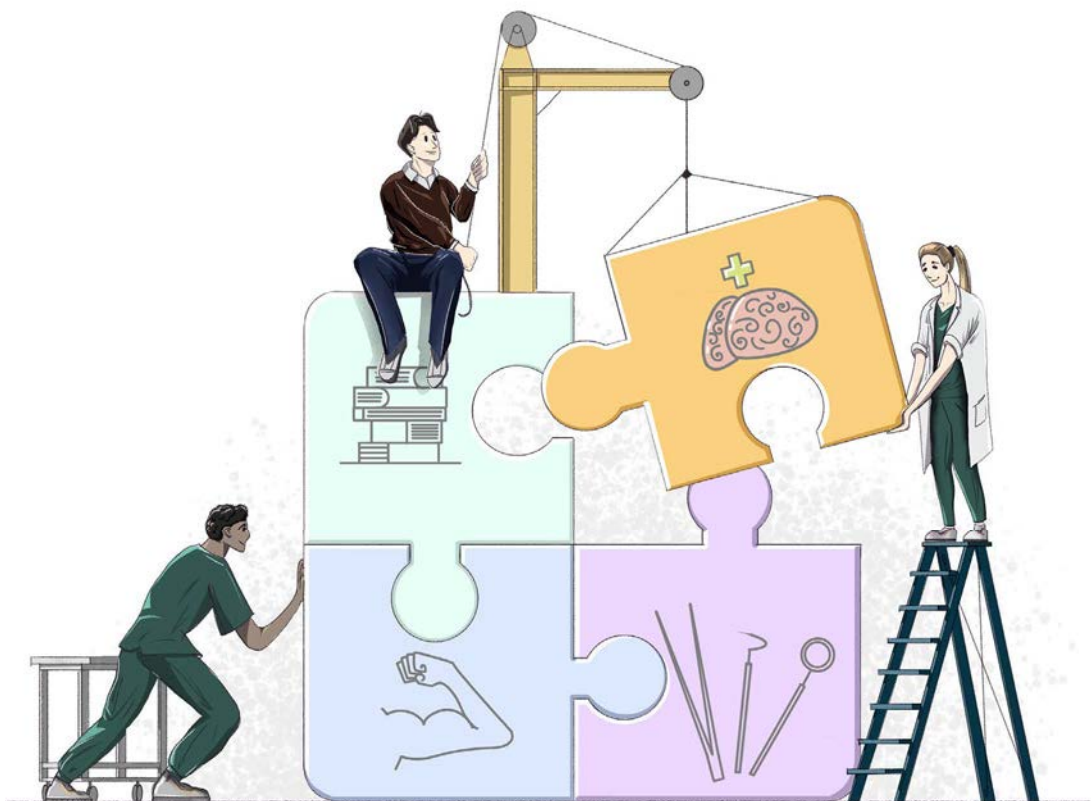
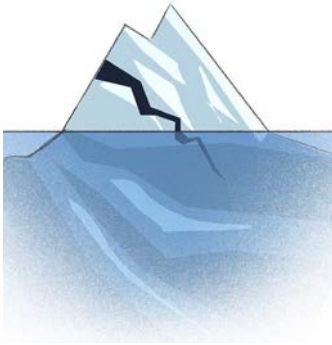


Abb. 1

DAS MINDSET MACHT'S

Eine fixierte, negative Denkweise steht dem Lern-Mindset (auch: „growth mindset“) entgegen. Darauf verweisen unter anderem Carol Dweck und David Yeager in ihrem 2019 erschienenen Artikel im Magazin *Nature*. Im bayerischen Resilienz-Leitfaden wird so eine fixierte Denkweise etwa mit folgenden Gedankengängen charakterisiert: „Wenn ich durch die Prüfung falle, zeigt das, dass ich nicht für das Studium geeignet bin.“ Solche „Glaubenssätze“ machen es den Studierenden um einiges schwerer, mit den Herausforderungen des





MIT NOTE 3,43 WIRD DIE FAIRNESS BEWERTET

Studiiums umzugehen. Umso wichtiger ist es also, dass Dozentinnen und Dozenten aufmerksam sind und gegen solche negativen Gedankenschleifen ihrer Studierenden angehen, anstatt sie zu befeuern.

FAIRNESS: KNAPP BEFRIEDIGEND

Durchschnittlich mit der Note 3,43 – so bewerten Studierende in der studentischen Umfrage die Fairness in der zahnärztlichen Ausbildung in Deutschland. Obwohl sicherlich der Großteil der Dozentinnen und Dozenten sowie der Assistentinnen und Assistenten um Chancengleichheit und eine faire Bewertung bemüht sind, sehen viele Studierende in puncto Fairness Verbesserungsbedarf.

VIEL ZU SAGEN

In einer freien Kommentarfunktion konnten die Studierenden in der vorliegenden Umfrage ihre Meinung äußern. Hunderte Erfahrungsberichte sind eingegangen, bestimmte Themen werden dabei immer wieder aufgegriffen. Zum einen betonen Studierende, wie wichtig ihnen die möglichst objektive Bewertung ihrer praktischen Arbeiten ist. Was an einigen Universitäten längst Usus ist, scheint an manchen Standorten noch ein frommer Wunsch zu sein: anonymisierte Abgaben praktischer Arbeiten zum Semesterende, Klausureinsicht in allen Fächern, neutrale Ansprechpartner bei Problemen mit Vorgesetzten und Dozierenden.

Besonders praktische Arbeiten unterliegen bei der Bewertung einer hohen Subjektivität. Mit dem vollen Namen auf ihrem eingereichten Modell ist es programmiert, dass sich der ein oder die andere Studierende ungerecht benotet fühlt.

ANLAUFSTELLEN GESUCHT

Kommt es zu Differenzen zwischen ihnen und ihren Assistenten, bemängeln viele Studierende in der Umfrage mangelnde Anlaufstellen und Beschwerdemöglichkeiten. Nur 18,8 Prozent der Befragten geben an, dass sie sich bei ungerechter Behandlung an Vorgesetzte ihrer Universität wenden würden. Männer würden deutlich häufiger Beschwerde einlegen als ihre Kommilitoninnen. Zu groß ist die Furcht vor persönlichen Konsequenzen in einem zahlenmäßig so überschaubaren Studiengang. Neutrale Vermittler oder zahnärztliche Vertrauensdozenten sucht man im Studienfach Zahnmedizin vergebens – und das, obwohl das Konfliktpotenzial hoch scheint. Das Gefühl empfundener Benachteiligung aufgrund von Herkunft, Geschlecht oder sexueller Identität unterscheidet sich in den verschiedenen Gruppen: Studierende mit Migrationshintergrund berichten in unserer Umfrage doppelt so häufig darüber. Die Auswertung erfolgte auch geschlechtsspezifisch, wobei ein Drittel der Frauen, aber nur 23 Prozent der Männer aufgrund ihrer Geschlechtszugehörigkeit bereits Benachteiligung erlebt haben (**Abb. 2**).

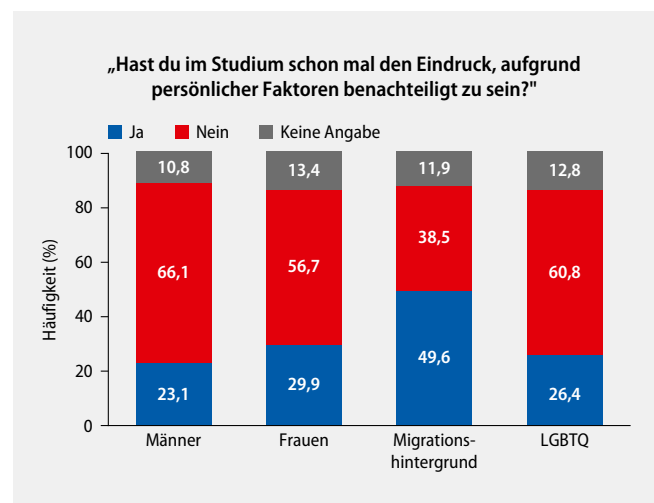


Abb. 2

LEHRKULTUR UND UMGANG

Besonders brisante Themen sind der teils recht raue Umgangston und die Schikane. Etwa ein Drittel der eingegangenen 500 Erfahrungsberichte unserer aktuellen Umfrage thematisierten dieses Problem. Viele Studierende berichten, sich besonders von Assistentinnen und Assistenten nicht ernstgenommen und teils auch nicht respektiert zu fühlen. Die Lehrkultur wird sehr verschieden beschrieben. Häufig wird jedoch auf wenig Lob hingewiesen und darauf, dass die Studierenden angeben, sehr auf sich gestellt zu sein.

In einer vorangegangenen, explorativen Umfrage des Studierendenparlaments (siehe DFZ 09/22) gaben 51,7 Prozent der 637 befragten Zahnmedizinistierenden aus ganz Deutschland an, im Studium bereits von einer Lehrperson angeschrien oder beleidigt worden zu sein. Nur 20,9 Prozent der Studie-

renden bezeichneten den Umgang des Lehrkörpers als respektvoll (**Abb. 3**).



Abb. 3

Woher diese beschriebenen Fälle abwertender Kommunikation und vermessenen Verhaltens der häufig nicht viel älteren Assistentinnen und Assistenten kommen, darüber kann man nur spekulieren. Solchen gehäuften Berichten muss jedoch Glauben geschenkt und die Lehrkultur in den Kursen sowie die pädagogisch-didaktische Ausbildung und Eignung der Lehrenden reflektiert werden.

WIE VIEL STRESS DARF'S SEIN?

Neben der Organisation des neuen Lebensabschnitts in einer ohnehin schwierigen Phase voller persönlicher Umbrüche nimmt auch das Studium einen großen Teil der verfügbaren Zeit der Studierenden in Anspruch. Zugleich stellt es hohe Ansprüche an Leistungsfähigkeit, Flexibilität und Leidenschaft. Stress ist also vorprogrammiert, wobei dieser ja nicht zwangsläufig negativ sein muss. Laut unserer Umfrage haben bereits 46,8 Prozent der Zahnmedizinistudierenden ernsthaft über einen Abbruch ihres Studiums nachgedacht.

DIE UMFRAGE

Mit der ausschließlich von Studierenden durchgeführten Umfrage waren alle aktuell in Deutschland eingeschriebenen Studierenden der Zahnmedizin angesprochen. Es waren weder eine Universität noch ein Institut beteiligt. Maßgeblich wurde mittels Social Media zur Teilnahme aufgerufen.

Im Erhebungszeitraum zwischen November 2022 und Januar 2023 gingen insgesamt 2.150 gültige Antworten ein, die anonymisiert abgegeben wurden. Berücksichtigt werden sollten nur Antworten von Universitätsstandorten, von denen mindestens 25 Antworten vorlagen. Diese Voraussetzung wurde an allen Hochschulen erfüllt. Der Fragebogen umfasste 16 Fragen zur Demografie, Studiensituation, dem individuellen Stressempfinden und der Lehrkultur an den Universitäten.



Der stark berufsbezogene Studiengang Zahnmedizin muss natürlich auf den später fordernden und vielfältigen Berufsalltag vorbereiten. Druck und Stress können hier sogar förderlich sein: In der Psychologie wird zwischen Eustress und Distress unterschieden. Der Psychologe Dr. Stephan Rusch erläutert in einer Übersichtsarbeit zum Thema Stressmanagement aus dem Jahr 2019 die verschiedenen Eigenschaften von Stress: So fördert positiver (Eu-)Stress etwa Aufmerksamkeit und Leistungsfähigkeit, wohingegen Distress mit chronischer Schlaflosigkeit oder dauerhaft erhöhtem Blutdruck in Verbindung gebracht wird. Belastungen sollten generell nicht zu stark sein und auch nicht zu häufig oder dauerhaft erfolgen. In Entspannungsphasen müssen Studierende die Möglichkeit haben, neues Verhalten nachhaltig zu erlernen. In der studentischen Umfrage schildern 22,6 Prozent der Befragten, schon einmal chemische Hilfsmittel eingenommen zu haben, um den Anforderungen im Studium gerecht zu werden – so zum Beispiel das aufmerksamkeitssteigernde Mittel Ritalin.

WAS HÄNSCHEN NICHT LERNT ...

Vor dem Hintergrund von hohen Burnout-Raten, Depressionen und auch Suizid bei berufstätigen Zahnärzten – Erkrankungen, die allesamt auch auf Stress zurückgeführt werden – muss der Zusammenhang zum Zahnmedizinstudium zumindest kontrovers diskutiert werden. In einer Online-Umfrage unter 1.231 Zahnmedizinerinnen und Zahnmedizinern aus dem Jahr 2012 gaben laut den Autoren um Carolin Wissel und

 E-SERIE



MEET THE NEW

EASE

CLASS

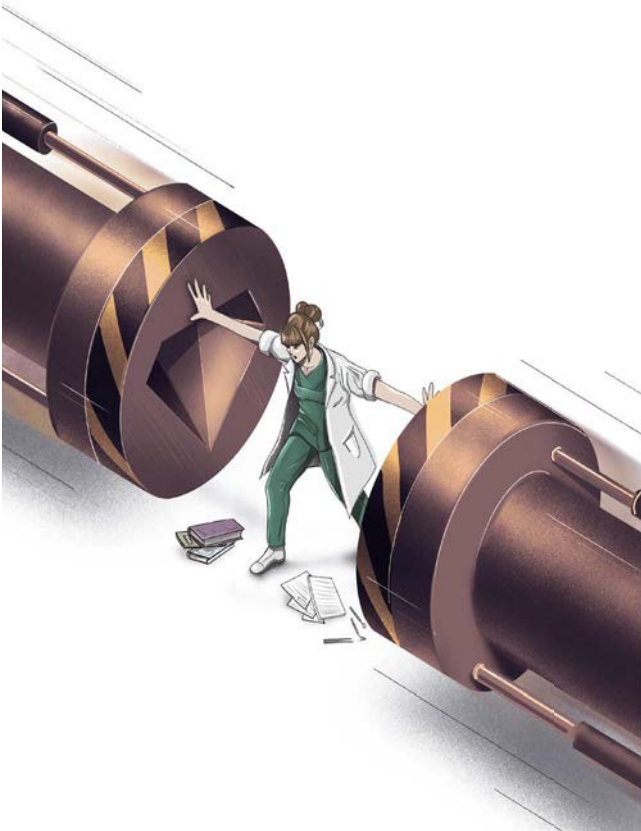


Erstklassige Dentalrestaurationen – EASY. Werden Sie Teil einer neuen Ära und profitieren Sie von erstklassiger Bearbeitungsqualität bei maximalem Bedienkomfort. Erfahren Sie mehr über die neue EASE CLASS von vhf – einem führenden Hersteller von Dentalfräsmaschinen: ease.vhf.com


CREATING PERFECTION



66 PROZENT EMPFINDEN IHR STUDIUM „ÜBERDURCH- SCHNITT- LICH STRESSIG“



Hans-Peter Jöhren 44 Prozent der Befragten an, unter einer Depression zu leiden. Von Suizidgedanken berichteten 13 Prozent. Weiterhin empfanden 60,9 Prozent der Teilnehmenden die zahnärztliche Berufsausübung als „überdurchschnittlich stressig“. Mehr als die Hälfte der Befragten gab jeweils stressbedingte Symptome wie Antriebsmangel, Müdigkeit, Schlafstörungen und Ängste an.

Diese Studie und die aktuelle studentische Umfrage kommen bei Zahnärzten sowie bei Zahnmedizinierenden teils zu erstaunlich ähnlichen Ergebnissen: So empfinden etwa auch 66 Prozent der Zahnmedizinierenden ihr Studium als „überdurchschnittlich stressig“. Ebenfalls gaben auch jeweils mehr als die Hälfte der Studierenden stressbedingte Symptome wie Gereiztheit, Antriebslosigkeit und Schlafstörungen an (Abb. 4). Dies kann durchaus auf Zusammenhänge zwischen den Erfahrungen im Studium und der gelebten späteren Berufsausübung hindeuten: Eine ungesunde Lern- und Arbeitsatmosphäre erzieht angehende Zahnmediziner schon zum Burnout. Das eine solche Atmosphäre nicht gerade lernfreundlich ist, liegt auf der Hand. Die dauerhaft empfundene Überbelastung im Studium bleibt nicht folgenlos. Lediglich 13,9 Prozent der Befragten in der vorliegenden Umfrage glauben, dass sie ihr Potenzial im Studium voll in gute Ergebnisse und Kompetenzen umsetzen können.

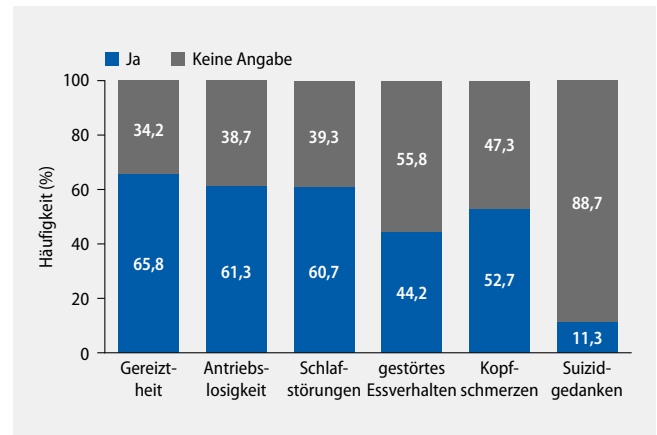


Abb. 4 Stressbedingte Symptome der StuPA-Umfrage-Teilnehmenden

GENERATION „SNOWFLAKE“

„Wie Schneeflocken, die bei jedem Anflug von Kritik schmelzen“ – Snowflake, so werden derzeit Studierende immer wieder von Ehemaligen genannt. Diese werfen ihnen Verletzlichkeit, geringe Belastbarkeit und Kritikunfähigkeit vor. Vorgebracht wird dies aus der Perspektive der vermeintlich „guten alten Zeit“. Hier hat man Überbelastung einfach ertragen und Hierarchiestrukturen akzeptiert. Analog zu gesamtgesellschaftlichen Entwicklungen hat sich das Selbstbild der „Jungen“ jedoch gewandelt. In vielen Berufen sind sie nicht mehr bereit, Missstände und so manche Willkür zu akzeptieren. Das gilt auch für die mentale Gesundheit. Hier ist das individuelle Bewusstsein deutlich gestiegen, und die Folgen dauer-



hafter psychischer Überbelastung werden in der heutigen Gesellschaft eher wahrgenommen – eine positive Entwicklung.

In der vorliegenden Umfrage gaben 44,5 Prozent der Befragten an, bereits von ihrem Umfeld auf ihre mentale Gesundheit angesprochen worden zu sein. Wegen Problemen im Studium sind demnach 11,8 Prozent in psychologischer Behandlung. Heutige Studierende sind also nicht einfach nur „sensibler“ – sie können anscheinend aber offener mit ihrer psychischen Belastung umgehen.

KOMPETENZEN NEU DENKEN

Grundsätzlich prallen mit „mentaler Gesundheit“ und „Abhärtung für den Beruf“ zwei Anforderungen aufeinander, die eigentlich dasselbe erreichen wollen: eine gute zahnärztliche Ausbildung, auf die eine langjährige, erfolgreiche und zufriedene Berufsausübung folgt. Dies wird nicht durch die Ausübung der eigentlichen Zahnheilkunde gebremst, sondern vielmehr durch die Rahmenbedingungen. Studierende haben ein Recht auf eine Ausbildung, die sie auch wirklich auf ihren Beruf vorbereitet. Dazu gehören auch Inhalte, die sich bisher nur vereinzelt in den Curricula der Fakultäten wiederfinden. Die neue ZAppRO bietet gesetzliche Voraussetzungen, einen solchen Prozess anzustoßen und zu verwirklichen. Durch Wahlfächer etwa lassen sich auch Kompetenzen in das Studium integrieren, die nicht primär zahnmedizinisch sind.

Gute Fakultäten in Deutschland leben schon seit Jahren innovative Modelle einer modernen funktionierenden Lehre in der Zahnmedizin vor – auch wenn es nicht „die eine Lösung“ gibt.

GUTE BEISPIELE – ES GIBT SIE

Dekanate in ganz Deutschland stöhnen über die immensen Herausforderungen, die dieser Systemwandel mit sich bringt. Aber diese Bemühungen können zu einer deutlichen Verbesserung der Studienbedingungen führen. Mit der neuen ZAppRO findet eine Neuausrichtung der zahnärztlichen Lehre statt, die den veränderten Gegebenheiten des Berufs Rechnung tragen soll.

Viele unermüdliche Hochschullehrerinnen und -lehrer sowie Assistentinnen und Assistenten geben dem teilweise strukturellen Mangel entgegen täglich alles für ihre Studierenden. Diese wissen den Einsatz ihrer Hochschullehrer bei der Umsetzung der neuen Approbationsordnung zu schätzen, aber nicht alle Probleme können per Dekret gelöst werden. Um eine echte Zeitenwende einzuleiten und mit Missständen aufzuräumen, die auch in zahllosen Erzählungen früherer Zahnmediziner immer wieder aufscheinen, müssen die zahnmedizinischen Fakultäten mehr auf ihre Studierenden achtgeben und zugehen. Diese möchten mit den aufgezeigten Problemen gehört und ernstgenommen werden. Gute Fakultäten in Deutschland leben schon seit Jahren innovative Modelle einer modernen funktionierenden Lehre in der Zahnmedizin vor. Auch wenn es nicht „die eine Lösung“ für alle Universitäten, geschweige denn für alle Probleme, gibt. Gemeinsam lassen sich mit Sicherheit belastungsärmere Lösungen finden. Denn nicht alle Diamanten entstehen unter Druck.

Digitale Okklusionsprüfung.



Setzen auch Sie ab sofort auf das preisgekrönte OccluSense®-System:

- Erkennen Sie Frühkontakte bei okklusalen Anpassungen
- Vermeiden Sie Malokklusion bei Suprakonstruktionen auf Implantaten
- Verhindern Sie Kiefergelenkerkrankungen durch balancierte Kaudruckverteilung
- Prüfen Sie die Funktionalität dynamischer Okklusion auf Schienen
- Verbessern Sie die Kommunikation mit Ihren Patienten
- 60µ dünne, flexible Einweg-Drucksensoren erfassen statische sowie dynamische Okklusion
- Rote Farbschicht markiert zusätzlich die Kontaktpunkte auf den Zähnen
- Datenübertragung an OccluSense®-iPad-App per WLAN-Netzwerk

NEU: • Erfahren Sie, wie Sie das OccluSense-System in Ihre tägliche Praxis integrieren
• Kostenloses Zoom Webinar
• zu regelmäßigen Terminen



Anmeldung: www.occlusense.com/webinar



OccluSense®
by Bausch

www.occlusense.com

Dr. Jean Bausch GmbH & Co. KG
Oskar-Schindler-Str. 4 | 50769 Köln
Tel.: 0221-709360 | Fax: 0221-70936-66
info@occlusense.com

„Das Studium nicht mal meinem schlimmsten Feind empfehlen“

Erfahrungsbericht. Wenn eine junge Person von ihrem Zahnmedizinstudium berichtet, fallen Begriffe wie Angst und Alpträume. Ließe sich diese Vergangenheit ungeschehen machen, würde diese Person „nie wieder“ Zahnmedizin studieren. Ein Erfahrungsbericht, auf Wunsch anonym verfasst.

AUTORIN: AUFGESCHRIEBEN VON ANJA FRANCESCA RICHTER



Mit dem dritten Semester fing auch der Schrecken an. In dieser Zeit gingen die „Horror-Kurse“ los: An einem Tag schauten meine Kommilitoninnen und Kommilitonen und ich ein Video beispielsweise zur Aufstellung einer Prothese, und am nächsten Tag ging's an die Herstellung. Für uns alle eine Premiere. Zweifel durfte es bei der Umsetzung trotzdem keine geben, und Fragen schon gar nicht. Die Bitte, den Film noch einmal sehen oder auf andere

Anleitungen und Bildmaterial zurückgreifen zu dürfen, blieb uns verwehrt. Heißt: Nach einem einzigen Video – und anschließend oft unter großem Zeitdruck – mussten wir Aufgaben sowohl in Theorie als auch Praxis beherrschen, und zwar in Perfektion. Was ich grundsätzlich auch nicht falsch finde, wir sollen und wollen schließlich gute Zahnärztinnen und Zahnärzte werden. Bloß: Wie viele Menschen schaffen es, innerhalb von 24 Stunden

und ohne Erfahrung allerbeste Ergebnisse abzuliefern? Bis auf sehr wenige Ausnahmen: niemand. Selbst wer Tag und Nacht lernt und so wie ich zusätzlich Nachhilfe in Anspruch nimmt, hält diesem Leistungsdruck nur mit größter Kraftanstrengung stand. Vor allem mit dem Wissen, mit welchem Verhalten Lehrbeauftragte auf schlechte Ergebnisse reagieren. Dann nämlich fallen Bemerkungen wie „Was können Sie eigentlich?“ oder „Ach, hier ist wohl

jemand zu träge, besser abzuschneiden?“ Und als ob Wortwahl und Tonfall, bei dem ich oft am liebsten heulend aus dem Hörsaal rennen möchte, nicht schlimm genug wären, schaut und hört der gesamte Kurs der Demütigung zu. Mehr Bloßstellung geht kaum. Mitunter mussten Kommilitoninnen und Kommilitonen schon Vorlesungen verlassen, nur weil sie einzelne Antworten nicht wussten. Nach dem Motto: Wer nicht lernt, bleibt draußen! Was haben Menschen, zumal solche mit Vorbildfunktion, davon, sich anderen gegenüber so abwertend zu verhalten? Wir sind doch alle erwachsen.

TRÄNEN GEHÖREN ZUM STUDIENALLTAG

Es herrscht, und das höre ich von vielen anderen Studierenden an Universitäten in ganz Deutschland, eine völlig falsche Erwartungshaltung – die mit fortschreitendem Studium in den Kliniken leider andauert. Das sechste Semester eben dort war für mich tatsächlich das schlimmste! Viele meines Jahrgangs fielen bei den anschließenden Prüfungen durch. Zwar passierte das auch in früheren Semestern, klar. Aber insbesondere in diesem sechsten Semester habe ich so häufig wie nie zuvor von Studierenden gehört, dass sie nach der andauernden Belastung reif seien „für eine Therapie“.

Tränen gehören zu unserem Studienalltag also wie Textmarker und Lehrbuch völlig selbstverständlich dazu, weil eine konstante Atmosphäre der Angst herrscht. Ständig begleiten mich Gedanken, wann ich als Nächste vor dem Kurs kaum zu bewältigende Aufgaben lösen soll. Oder wann der Dozent wieder einen unmenschlichen Kommentar von sich gibt, wie unfähig wir doch erscheinen. Für Außenstehende klingt das oft unvorstellbar, aber genauso fühlt sich unser Studium an – was ich extrem schade finde, denn die Inhalte machen an sich großen Spaß. Zumal auch ein Zusammenhalt unter den Studierenden zumindest meines Jahrgangs besteht. Wir motivieren und helfen einander. Viele in meinem Freundeskreis, und ich sehe es genauso, würden die Zahnmedizin trotzdem kein

„WAS KÖNNEN SIE EIGENTLICH?“

zweites Mal wählen. Mehr noch: Ich würde das Studium nicht mal meinem schlimmsten Feind empfehlen! Zumal all die negativen Erinnerungen bleiben. Ein früherer Student sprach uns einmal in der Uni an und erzählte, dass er noch Jahrzehnte nach seinem Abschluss Alpträume habe und oft schweißgebadet aufwache. Noch Jahrzehnte später! Das zu hören, hat mich nachhaltig geprägt.

WER PROTESTIERT, RISKIERT SEIN STAATSEXAMEN

Wer sich fragt, wieso wir uns das gefallen lassen und nicht insbesondere gegen das Verhalten der Lehrbeauftragten vorgehen: Ganz ehrlich, wir trauen uns nicht. Wir sind alle, und das kann ich ohne Zweifel auch von meinen Kommilitoninnen und Kommilitonen behaupten, selbstbewusste Menschen. Wir wissen, was wir können, schließlich steht das Erreichen eines hohen Semesters in einem Zahnmedizinstudium für Erfolg – und den gibt's wahrlich nicht geschenkt. Und doch ertragen wir das, was uns tagtäglich widerfährt. Denn wer protestiert oder sich wehrt, riskiert in Extremfällen sein Staatsexamen. Traurig, aber wirklich wahr. An so vielen deutschen Unis mit traditionell kleinen Zahnmedizin-Studiengängen bleiben die Professorinnen und Professoren nämlich dieselben, und zwar vom ersten Kurs bis zur finalen Prüfung. Sie ken-



nen uns also genau und erinnern sich im entscheidenden Moment gern an diejenigen, die zum „Aufmucken“ neigen. Von solchen Beispielen höre ich häufiger. Wieso bewerten nicht Externe unsere Leistungen? Andere Kommilitoninnen und Kommilitonen wiederum profitieren vom Einschleimen bei Dozenten. Aber das gibt es wohl an jedem Arbeitsplatz.

WER DIESEM DRUCK STANDHÄLT, SCHAFFT ALLES

Und natürlich kenne ich Studierende, die von sich behaupten, den Psychoterror gut zu bewältigen. Viele von ihnen sind allerdings schon älter, was im Zweifel eine Rolle spielt, da das Selbstbewusstsein nochmal wächst. Und ich denke auch oft: Egal, was jetzt im beruflichen Leben wartet, mich kann nichts mehr schrecken. Wer diesem Druck standhält, schafft alles. Trotzdem bin ich der Meinung: Das Verhalten der Lehrkräfte muss sich ändern! Die Angst, die so viele von uns durchs Studium begleitet, darf nicht zum Studienalltag gehören. Niemand sollte sich davor fürchten, eine Frage zu stellen oder um Hilfe zu bitten. Sonst bleibt uns nichts anderes übrig als das, worüber wir derzeit noch scherzen, ohne jede Ironie in die Tat umzusetzen: nämlich den Ersten zu raten, lieber heute als morgen das Studium zu schmeißen.

„Die Umfrage des StuPa ist alarmierend“

INTERVIEW: DR. PASCALE ANJA DANNENBERG

Nachgefragt. Angst sei immer ein schlechter Lehrmeister, meint Prof. Dr. Diana Wolff, Ärztliche Direktorin der Poliklinik für Zahnerhaltungskunde am Universitätsklinikum Heidelberg und Präsidentin der Vereinigung der Hochschullehrer für Zahn-, Mund- und Kieferheilkunde (VHZMK). Doch begegneten sich Studierende und Dozenten heute schon viel mehr auf Augenhöhe – allerdings mit eingeschränkt objektivem Urteilsvermögen, das sich alle bewusst machen müssten.



Professorin Wolff, wie definieren Sie gute Lehre?

Die Umfrage des Studierendenparlaments (StuPa) des FVDZ ist alarmierend – allein schon die Aussage, 46,2 Prozent der Befragten haben im letzten Semester ernsthaft über einen Studienabbruch nachgedacht. „Diamanten entstehen unter Druck“ war ja die Überschrift des Artikels in der September-Ausgabe des DFZ zu der Umfrage, an der damals 637 Studierende teilgenommen hatten, inzwischen rund 2.000. Da kann man erst mal im Umkehrschluss definieren, was schlechte Lehre ist: Diamanten entstehen lassen unter Druck ist definitiv schlechte Lehre. Diese Ansicht, die von einem Teil der Hochschullehrer aus einer vorigen Generation geprägt wurde, ist nicht mehr zeitgemäß. Angst ist immer ein schlechter Lehrmeister. Hierarchisch begründeter und respektloser

Umgang ist schlecht. Für gute Lehre hingegen steht ein positives und anregendes Lernumfeld mit wechselseitigem Respekt. Ich selbst habe vor 27 Jahren angefangen, Zahnmedizin in Heidelberg zu studieren, und wir Studierenden durften in der Zahnklinik nicht Fahrstuhl fahren, wir mussten die Treppe nehmen (*lacht*).

Wie bitte?

Ja, das war verboten. Es gab Riesenärger, wenn man im Fahrstuhl von einem bestimmten Professor erwischt wurde. Es hieß, der Fahrstuhl sei für die Patienten. Bei den Lehrmeinungen gab es auch hier und da noch eine „eminenzbasierte“ Zahnmedizin. Ich persönlich habe im Studium sehr viel gelernt. Aber dennoch hatte man das Gefühl, dass man man-



© UKHD

„WIR SIND NICHT AN DER HOCHSCHULE, UM STUDIERENDE ZU ‚QUÄLEN‘“

chen Entscheidungen ausgeliefert war, keine Möglichkeit hatte, diese zu hinterfragen oder gar Kritik zu äußern. Das war allerdings kein spezifisches Problem der Zahnmedizin, genauso geartet war die Situation in der Medizin.

Sollten Dozentinnen und Dozenten besser auf die Lehre vorbereitet werden?

Ich kann zwar mit Sicherheit nur für die Standorte Heidelberg und Tübingen sprechen, aber generell sind die wissenschaftlichen Assistentinnen und Assistenten heute deutlich besser für die Lehre ausgebildet. Es gibt strukturierte Didaktikprogramme und Dozentenschulungen, die von allen wissenschaftlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern durchlaufen werden. Jedes Semester werden Evaluationen für alle Lehrveranstaltungen durchgeführt. Das Feedback wird an die Dozentinnen und Dozenten weitergeleitet. Bei problematischen Rückmeldungen wird nach den Ursachen gesucht.

Abschließend versuchen wir, an die Studierenden zurückzuspielen, welche ihrer Kritikpunkte aufgegriffen wurden, welche nicht und warum nicht. Auch wird die Qualität der Lehre, unter anderem anhand der Evaluationen, in den Fakultäten zum Teil bei der leistungsorientierten Mittelvergabe (LOM) berücksichtigt. Zugleich haben die Studierenden über die Fachschaften und Semestersprecherinnen und -sprecher eine starke Stimme, und das ist auch gut so. Wir begegnen uns jetzt schon viel mehr auf Augenhöhe, als es noch in meiner Studienzeit der Fall war. Dennoch haben wir uns aktuell in der VHZMK das Thema Lehrkultur im Zahnmedizinstudium als prioritäres Thema auf die Fahnen geschrieben. Viele meiner Kolleginnen und Kollegen teilen meine Meinung, dass wir vor den Ergebnissen der Umfrage des StuPa nicht die Augen verschließen dürfen.

Warum kommt es dennoch zu psychischer Belastung?

Ja, was ist da los? Diese Frage treibt mich um. Wenn ich in die Reihen meiner Kollegen an den Universitäten in Deutschland schaue, dann sehe ich dort aufgeschlossene, motivierte, fachlich exzellente und menschlich nette Personen. Und ich mag für uns behaupten, dass wir nicht an die Hochschule gegangen sind, um Studierende zu „quälen“. Vielmehr weil man die Berufung spürt, zu lehren und sich für die nächste Generation zu engagieren, sie wissenschaftlich und zahnmedizinisch mitzuprägen. Wieso haben wir also diese Situation? Man darf hier nicht außer Acht lassen, dass das Zahnmedizinstudium psychisch und physisch zu den herausforderndsten Studiengängen gehört, da am Ende eine berufsfähige Zahnärztin, ein berufsfähiger Zahnarzt ausgebildet sein muss. Allerdings haben wir in diesem Studiengang auch die schwersten Bedingungen. So ist die Quote der Studierenden pro Dozent in der Zahnmedizin um ein Vielfaches höher als in der Medizin. Wenn wir, wie in der Medizin, eine Quote von knapp zwei Studierenden pro Dozent hätten, also sich jeder wissenschaftliche Assistent nur um zwei Studierende der Zahnmedizin kümmern müsste, dann wäre vieles einfacher. Dazu kommt die systematische Unterfinanzierung und Abwertung der zahnmedizinischen Lehre, die Reglementierungen durch eine absolut unzeitgemäße Kapazitätsverordnung und vieles mehr. Ich beobachte jetzt über viele Jahre

Hochleistungs-Kronentrenner für Zirkoniumdioxid von ORIDIMA



Hergestellt in
Deutschland

Höhere Standzeit durch extrem
festen Halt der Diamanten

Dieses moderne Diamantinstrument wurde speziell entwickelt, um Kronen und Brücken aus äußerst widerstandsfähigem Zirkon in kurzer Zeit zu trennen. Ihr persönlicher Medizinprodukte-Berater vor Ort steht Ihnen für weitere Informationen gerne zur Verfügung.



schon den Übergang von Studierenden in die Assistenzzeit. Diejenigen Studierenden, die nach dem Staatsexamen in meiner Abteilung arbeiten, frage ich dann nach einem halben, dreiviertel Jahr: „Wie war denn so der Wechsel auf die ‚andere‘ Seite?“ Da sagen die meisten: „Boah, das war echt krass, ich hätte niemals gedacht, dass das so anspruchsvoll ist.“

Sie beschreiben den Stress der Assistenten, aber woraus resultiert der Stress der Zahnis?

In der Zahnmedizin haben wir wie in keinem anderen Fach, auch nicht in der Medizin, eine sehr anspruchsvolle praktische Lehr- und Lernsituation. Die Studierenden behandeln Patientinnen und Patienten, und Professorinnen und Professoren sowie die Assistenten müssen die Patientensicherheit und -unversehrtheit gewährleisten. Trial and Error, das geht da nicht. Es hängt immer ein Patient dran. Der Übergang von der Präklinik, also dem Phantomkurs, in den ersten klinischen Kurs bedeutet eine unglaublich hohe Stressbelastung für die Studierenden, und natürlich auch für die Kursassistenten. Da zeigt sich, mache sind besser dafür geeignet als andere – auf beiden Seiten. Es gibt Studierende wie auch Assistenten, die können Stress besser kompensieren, effiziente Strategien entwickeln, sind resilienter. Und in diesen Ausnahmesituationen treten menschliche Aspekte wie Empathie und Antipathie deutlicher hervor. Auch dürfen von Studierenden nicht zu verantwortende Umstände wie unverschuldete Patientenausfälle, nicht negativ im Rahmen der Bewertung auftreten.

Inwieweit haben Dozenten Einfluss auf die Vermittlung von Lehrinhalten?

Als Institution müssen wir dafür Sorge tragen, in Lehr- und Lernsituationen, wo der Stress überhandnehmen könnte, durch eine Formalisierung von Prozessen und Bewertungen die Emotionen herunterzukochen. Dafür eignen sich zum Beispiel strukturierte Bewertungsbögen mit Zielvorgaben für Notenabstufungen, etwa anhand von Fotos und nachvollzieh-

baren Kriterien. Mit diesen Bögen kann man verdeutlichen: Dieses Ergebnis ist eine 1, dieses eine 2 und so weiter. Dann kann der Studierende sein Ergebnis dagegenstellen: „Ah okay, da muss ich wohl noch nachpolieren, wenn ich eine 1 haben will.“ Das bietet Sicherheit. Auch hilfreich ist die Selbst-, Peer- und Fremdevaluation in den klinischen Kursen in Vorbereitung aufs Staatsexamen. Die Studierenden werden aufgefordert: „Gib dir mal selbst eine Note, sortiere dich ein. Dann gibst dir dein Partner eine Note, und ihr besprecht das. Und dann gibst dir noch der Assistent eine Note.“ Das ist hilfreich bei Studierenden, die ihre Leistung noch nicht richtig klassifizieren können und vielleicht glauben, der Dozent könne sie nicht leiden und würde deshalb schlecht benoten. Aber auch Hochschullehrerinnen und -hochschullehrer müssen sich ihr eingeschränktes objektives Urteilsvermögen bewusst machen. Deshalb muss man, wo es möglich ist, anonymisiert bewerten, etwa in den Phantomkursen. Es lässt sich eben nicht ausschließen, dass Sympathie oder Antipathie bei der Punktvergabe eine Rolle spielt. Mir wurde berichtet, es habe sich bewährt, wenn Studierendenvertreter bei den anonymisierten Bewertungen anwesend sind. Das schafft Vertrauen. Und falls Dozenten befangen sind, dann muss etwa ein Tausch erfolgen.

Was sind das für Fälle?

Manchmal sind Studierende und Assistenten vom Alter her gar nicht so weit auseinander. Da gibt es persönliche Beziehungen oder vielleicht Abhängigkeiten, die eine Befangenheit auslösen könnten. Das muss am Semesteranfang offengelegt werden, und dann sollte eine andere Gruppenzuteilung erfolgen. Getauscht werden kann auch, wenn Studierende und Assistenten überhaupt nicht klarkommen. In den integrierten klinischen Kursen im vierten und fünften Studienjahr sind die Zuteilungen für ein ganzes Jahr fixiert; Studierende und Assistenten arbeiten lange und eng zusammen. Hier muss es die Möglichkeit geben, die Einteilungen zu verändern. Meiner Erfahrung nach ist das aber eher selten der Fall.

Erhalten Studierende genügend psychologische Hilfe an den Hochschulen?

Bei hohem psychischem Druck und vielleicht sogar, wie man in der Umfrage sehen konnte, beim Gedanken an Studienabbruch, kann man nur raten, sich frühzeitig Hilfe zu holen. Ich sage das häufig zu Studierenden, aber auch zu Dozenten: Wenn Schwierigkeiten auftreten, bitte nicht schweigen, bis das Kind in den Brunnen gefallen ist, also der Kurs nicht bestanden wird oder das Examen wackelt. Bevor sich die Situation zuspitzt, bitte proaktiv den konstruktiven Dialog suchen in den Kursleitungen, Lehrkoordinationen oder Studiendekanaten. Und wenn man in der Zahnklinik nicht weiterkommt, an Ansprechpartnerinnen und -partner im Dekanat der Fakultät herantreten, oder auch psychologische Beratungsstellen der Universität aufsuchen.

Nicht an allen Standorten sei eine psychologische Beratungsstelle vorhanden, ist zu hören.

Das kann ich weder widerlegen noch bestätigen. Ich denke, zu einer funktionierenden Hochschule gehört so eine Beratungsstelle. Vielleicht wissen einige Studierende nicht, wo die Stelle sich befindet, wenn sie nicht ans Klinikum angebunden ist. Dann sind aber auch die Hürden zu hoch, und auf Fakultäts- und Dekanatssebene muss einfacher und niedriger-schwelliger darüber informiert und die Angebote müssen bekannter gemacht werden.

Ist das Zahnmedizinstudium zu verschult?

Es ist sehr verschult. Durch die Prüfungsordnung, die Approbationsordnung für Zahnärzte und Zahnärztinnen (ZApprO) und den zugrundeliegenden Studienplan sind Vorlesungen, Seminare, Praktika und klinische Kurse festgelegt, auch der Zeitumfang. Wir brauchen diese stringente Organisation aber auch, denn sonst lassen sich vor allem die praktisch orientierten Lehrinhalte nicht vermitteln. Die Skills für echte Patientenbehandlung lernt man nun mal nicht in der theoretischen Vorlesung. Für die Praktika und in der klinischen Ausbildung werden den Studierenden Simulations- und Laborplätze und später klinische Behandlungseinheiten zugeordnet. Da steht ein riesiger organisatorischer Aufwand dahinter, um allen einen Platz mit ausreichender Arbeitszeit und dazu im vierten und fünften Jahr ausreichend Patienten verfügbar zu machen. Zudem müssen die Dozenten eingeplant werden. Und all das jedes Semester neu.

Ist mit der ZApprO eine höhere Durchfallquote zu erwarten?

Die praktischen Kurse erhalten jetzt zwar eine bessere Betreuungsrelation, aber teilweise geht das mit weniger Kurszeit einher. Ob daraus höhere Durchfallquoten entstehen, da mag ich nicht orakeln. Da stehen wir noch zu sehr am Anfang. Es gibt Stimmen, die sagen, trotz intensiverer Betreuung bleibt am Ende weniger Zeit, das wird sich negativ auswirken und vielleicht auch zu höheren Durchfallquoten führen. Es gibt aber auch Stimmen, die sagen, wenn 20 Minuten pro Ausbildungsstunde ein Assistent einem das Händchen

invis is der nächste Schritt für Ihre Praxis



Treten Sie ein in eine neue Ära der Zahnmedizin.

Das speziell für Zahnärzte entwickelte **Invisalign Go™ System** soll es Ihnen ermöglichen, Ihren Patienten umfassendere Behandlungspläne mit **minimalinvasiven Eingriffen** anzubieten.

Aus diesem Grund lohnt es sich mehr als je zuvor zu überdenken, wie Ihre Patienten vom **Invisalign™ System in Ihrer Praxis profitieren könnten**.

Erfahren Sie mehr unter

www.invisalign.de/provider

SCAN MICH!



invisalign go™

align™

Align Technology Switzerland GmbH, Suurstofli 22, 6343 Rotkreuz, Schweiz

© 2023 ALIGN TECHNOLOGY, INC. ALLE RECHTE VORBEHALTEN. ALIGN, INVISALIGN, das INVISALIGN Logo und ITERO sowie weitere Bezeichnungen sind Handels- bzw. Dienstleistungsmarken von Align Technology, Inc. oder seiner Tochtergesellschaften bzw. verbundenen Unternehmen, die in den USA und/oder anderen Ländern eingetragen sein können.



„MAN MUSS SICH IM KLAREN SEIN, DAS IST KEIN FREIZEIT-STUDIUM“

führt, lernt man so viel, so schnell, so gut, dass alles besser wird. In den Staatsexamina werden wir jetzt formalisierter prüfen. Als Hochschullehrer sehen wir die in Aussicht gestellten strukturierten Prüfungsbögen kritisch. Wir vermuten, dass die strenge Regulierung der Notenvergabe in den mündlich-praktischen Prüfungen den Spielraum einengt, wohlwollend prüfen zu können. Also bei Nichtwissen in einem Themenbereich zu einem anderen wechseln zu können, das wird mit den neuen formalisierten Prüfungen weitaus schwerer werden, wenn nicht unmöglich. Doch wenn jemand durchfällt und wiederholen muss, ist das für niemanden gut, auch nicht für Fakultät und Zahnklinik. Allerdings müssen wir die Studierenden zur Berufsfähigkeit führen.

Das klingt nach Überregulierung.

Ich persönlich finde Formalisierungen von Prüfungen gut. Wir haben beispielsweise in Heidelberg schon vor vielen Jahren angefangen, strukturiert zu prüfen und zu protokollieren, weil wir Klarheit über die Notenfindung für die Studierenden wollten und Sicherheit für die Prüferinnen und -prüfer. Als Prüfer ist man teilweise schwierigen Vorwürfen ausgesetzt, denen man mit gut strukturierter Protokollführung und Begründung der Notengebung begegnen kann. Dafür kann man zum Beispiel auch die praktischen Prüfungsarbeiten fotografisch dokumentieren. Beim Betrachten der Vorher-Nachher-Fotografien erledigen sich manche Notendiskussionen ganz von allein.

Welchen Rat geben Sie Studierenden?

Beim Zahnmedizinstudium muss man sich darüber im Klaren sein, dass das kein Freizeitstudium ist. Das ist ein sehr, sehr zeitaufwändiges Studium. Dann aber, nach zehn Semes-

tern plus Staatsexamen, ist man berufsfähiger Zahnarzt und kann gleich am ersten Tag nach dem Examen in der Praxis als Assistenz Zahnarzt loslegen. Das Studium ist psychisch anspruchsvoll, weil man natürlich auch an eigene Grenzen geführt wird, die man vorher in der Schule so nicht kennengelernt hat. Es ist auch physisch anspruchsvoll, man hat viele Anwesenheitszeiten, man arbeitet feinmotorisch in sitzender und teilweise ergonomisch herausfordernder Körperhaltung. Und dann muss man das Studium natürlich auch intellektuell stemmen können. Also im Vorfeld gut informieren, am besten Praktika bei Zahnärzten machen, mit Zahnmedizin studierenden sprechen, sich dann fragen: „Ist das was für mich?“ Und wenn man dann reingeht, natürlich zu 100 Prozent (*lacht*).

... oder aber die Reißleine ziehen?

Klar, auf jeden Fall, man spürt ja auch, ob das etwas für einen ist oder nicht. Da muss man dann auch ehrlich zu sich sein. Schließlich gibt es noch viele andere schöne Berufe, und man hat ja nur ein Leben. Da sollte man sich dann besser rechtzeitig umorientieren.

Es heißt, junge Menschen hätten immer größere Schwierigkeiten, komplexe Aufgaben zu bewältigen.

Ich glaube, dass die Fähigkeiten bei den Studierenden nach wie vor da sind. Allerdings beobachte ich, dass bei manchen, nicht bei allen, die Hochschullehre fast schon konsumiert wird. Erwartet wird, dass alle Lehrinhalte digital immer jederzeit in upgedateter Form abrufbar sein müssen, und dass alles, was dann zum Beispiel nicht im Handout steht, auch nicht in der Prüfung abgefragt werden darf. Ich sage dann: „Sie sind doch Hochschulstudierende, Sie müssen auch mal ein Buch lesen“ (*lacht*). Dann gebe ich Buchempfehlungen, auch mit Blick aufs Examen. Die Tendenz des schnellen Konsumierens von Social-Media-Videos, auch zu Lernzwecken, ist ja eine gesamtgesellschaftliche. Ich mag noch nicht abschließend beurteilen, was das für einen Effekt aufs Outcome hat; es könnte ja auch sein, dass das effektiv ist und gut funktioniert. Allerdings ist es eine Herausforderung für uns Lehrende, diesen Anforderungen gerecht zu werden, zumal es sehr aufwendig ist, Lehrinhalte immer up to date digital zu liefern. Wenn ich an meine Studienzeiten denke, da gab es einen Stapel an Folien, und die wurden Jahr für Jahr vom Professor wieder auf den Overheadprojektor gelegt und damit Vorlesung abgehalten. Heute hingegen vermehren sich Wissen und Erkenntnisse so schnell, dass ich meine Vorlesungen jedes Jahr überarbeite und neue Inhalte einbringe. Gleichwohl ist die Anspruchshaltung, das beobachte ich, heute eine andere.

Zeigt sich daran auch eine Unselbstständigkeit?

Das sind individuelle Unterschiede. Es gibt nach wie vor Studierende, die sehr wissbegierig sind, sich aus eigenem Antrieb heraus über das Maß hinaus Wissen erschließen wollen. Dann gibt es aber natürlich auch andere, die lassen sich alles auf dem Silbertablett präsentieren und lernen auch nur das. Aber das war vielleicht auch immer schon so.

Steigern Sie den Umsatz Ihrer Zahnarztpraxis!

Doctolib – Die unverzichtbare Softwarelösung für Ihre Termin- und Patientenverwaltung



Mehr Neupatient:innen

Pro Monat pro Zahnmediziner:in werden bis zu 12 Termine von Neupatient:innen gebucht. *



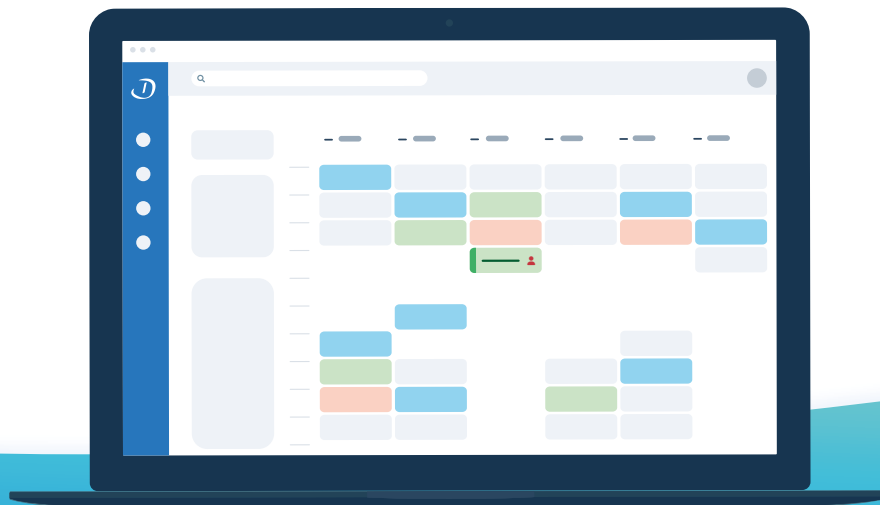
Mehr Umsatz

Steigern Sie Ihren Umsatz um bis zu 22 Tsd. € pro Jahr pro Zahnmediziner:in. *



Weniger Terminausfälle

Reduzieren Sie Ihre Terminausfälle um bis zu 40 %. *



Mehr erfahren?

Scannen Sie den QR-Code ein oder geben Sie den folgenden Link ein, um mehr Informationen zu Doctolib zu erhalten:

doctolib.info/dent-springer-maerz

Aktiv werden: Lösungsansätze einbringen

Stress im Studium – eine wissenschaftlich basierte Betrachtung von Prof. Dr. Thomas Wolf, Mitglied im FVDZ-Bundesvorstand

AUTOR: PROF. DR. THOMAS WOLF

Studentinnen und Studenten der Zahnmedizin sind während ihrer Ausbildung einem erheblichen Stressniveau ausgesetzt (Elani et al., 2014). Ein erhöhter Stresspegel kann sich nicht nur auf akademische Leistungen, sondern auch auf die körperliche Gesundheit und insbesondere das psychische Wohlbefinden auswirken (Shapiro et al., 2000; Elani et al., 2014). Das Stressniveau von Zahnmedizinern ist verglichen mit Medizinern zwar erhöht (Birks et al., 2009), aber ähnlich wie bei anderen Gesundheitswissenschaften (Stecker, 2004). Studenten sind generell aufgrund verschiedener Stressfaktoren und Anforderungen während ihrer Ausbildung anfällig für psychische Probleme (Tosevski et al., 2010). Dies gilt insbesondere für das Gesundheitswesen, das mit zusätzlichen

Herausforderungen verbunden ist, wie zum Beispiel mit Patientenbehandlungen, die bei unsachgemäßer Durchführung zu Schäden führen können (Lloyd & Musser, 1989; Birks et al., 2009; Schmitter et al., 2008).

STRESSFAKTOREN IDENTIFIZIEREN

Zahnmediziner werden sowohl in theoretischen als auch praktischen Aspekten der zahnärztlichen Versorgung geschult, einschließlich der Behandlung am Patienten, um Kompetenzen für die zukünftige freiberufliche Berufsausübung zu erlangen. Auch in vorklinischen Kursen müssen Laborfertigkeiten erlernt werden, die häufig einen erheblichen Zeitaufwand und auch manuelle Fähigkeiten erfordern. All diese Faktoren tragen zu einer erheblichen Stress-

belastung bei, die Studierende einem zusätzlichen Risiko für psychische Probleme wie Angstzustände, Depressionen und Burnout aussetzen (Lloyd & Musser, 1989; Schmitter et al., 2008; Gorter et al., 2008). Prüfungen, Notenbewertung und klinische Anforderungen stellen hierbei wichtige Stressquellen dar (Shapiro et al., 2000; Alzahem et al., 2011; Elani et al., 2014).

METHODISCHE SCHWÄCHEN

Zahlreiche Limitationen können in den durchgeführten Untersuchungen beobachtet werden (Shapiro et al., 2000; Alzahem et al., 2011; Elani et al., 2014). Methodische Schwächen wurden identifiziert; die Evidenz ist schwach. Der Fokus liegt häufig auf der interindividuell subjektiven Wahrnehmung des Individuums statt auf der Ausbildungsstruktur. Oft werden lokale Probleme berichtet. Die meisten Studien verwenden ausschließlich subjektive Messinstrumente für das Stressniveau. Es mangelt oft an objektiven Daten und validierten Untersuchungsmethoden. Infos über das Stressniveau im Vergleich zu vor oder nach dem Studium fehlen.

AKTIV EINBRINGEN

Studenten haben sowohl an ihrer Hochschule als auch im FVDZ (StuPa) die Möglichkeit, sich aktiv einzubringen. Ein subsidiäres Vorgehen im Umgang mit Defiziten und Herausforderungen an der Uni ist empfehlenswert. Erste Ansprechpartner können sowohl die Dozierenden selbst als auch bei gewünschter Anonymität Semestersprecher oder die Fachschaft sein. Probleme sollten offen kommuniziert werden. Ein Engagement darüber hinaus zu strukturellen/organisatorischen Grundsatzfragen bietet der Ausschuss für die Lehre, eine Diskussionsplattform für Innovationen in Studium und Lehre. Die Ausbildung unterliegt einem ständigen Wandel durch Reformen, vor allem im Hinblick auf die Novellierung der Studienordnung. Ein umfassendes Qualitätssicherungssystem ist als Feedback-Instrument notwendig und hat vielerorts Auswirkung auf die leistungsorientierte Mittelvergabe.



Widerstandskraft im akademischen Alltag

Leitfaden. Nicht erst in Krisenzeiten wie der Corona-Pandemie ist klar geworden, wie viel Studierenden abverlangt wird. Aber auch die Hochschulen können die akademische Resilienz ihrer Studentinnen und Studenten gezielt stärken.

AUTOR: JORIT CLAUBEN

Resilienz – lateinisch *resilire*: abprallen – ist ein Begriff aus der Psychologie, der sich mit der psychischen Widerstandsfähigkeit und Anpassungsfähigkeit von Menschen unter dem Einfluss widriger Umstände befasst. Er beschreibt die Schlüsselkompetenz, psychischen Belastungen entgegenzuwirken. In Deutschland, wie auch international, ist das Thema Gegenstand der aktuellen Forschung. Hier legt man Wert darauf, Resilienz als dynamischen Prozess zu betrachten. Aktiv fördert man diesen durch den Einsatz von Resilienzressourcen. Diese Kraftquellen unterstützen im Umgang mit Belastungen. Zur Verfügung stehen hier psychische (Denkstrategien), soziale (soziales Umfeld) und strukturelle (Angebote) Ressourcen. Im Kontext der universitären Ausbildung spricht man von akademischer Resilienz. Gefordert sind in diesem Zusammenhang auch die Hochschulen. Sie sollten ihre Studierenden unterstützen, besser mit Herausforderungen und Rückschlägen im Studienalltag umzugehen. Mit dem Ziel, die Bindung an das Studium zu fördern und die individuelle Leistungsfähigkeit und den Studienerfolg positiv zu beeinflussen.

RESILIENZ GEZIELT STÄRKEN

Das Bayerische Staatsinstitut für Hochschulforschung und Hochschulplanung (IHF) hat in den Jahren 2017 bis 2020 mit dem „ReSt@rtMINT“-Projekt untersucht, welche Faktoren den Studierenerfolg in den MINT-Fächern Mathe-



matik, Informatik, Naturwissenschaften und Technik maßgeblich beeinflussen. Der Fokus lag dabei auf der Entwicklung und Bedeutung der Resilienz für einen erfolgreichen Studienabschluss. In Kooperation mit elf Hochschulen im gesamten Bundesgebiet ging man außerdem der Frage nach, wie die Hochschulen ihre Studierenden bei der Stärkung ihrer psychischen Widerstandsfähigkeit unterstützen können. Die Ergebnisse dieser Studie wurden zusammen mit aktuellen Erkenntnissen der Resilienzforschung als Leitfaden unter dem Titel „Resilienz gezielt stär-

ken. Interventionsmöglichkeiten für Hochschulen zur Förderung der akademischen Resilienz ihrer Studierenden“ veröffentlicht. Dieser Leitfaden richtet sich unter anderem an die Entscheidungsträger der Hochschulen und informiert gebündelt und evidenzbasiert zum Thema. Außerdem liefert er Denkanstöße zur Förderung der akademischen Resilienz.

PASSENDE RESILIENZ-KONZEPTE

Die Autoren schlagen vor, an den Hochschulen spezifische und zielgruppenorientierte Resilienz-Konzepte auf der Grundlage des einheitlichen Verständnisses akademischer Resilienz zu entwickeln.

Von der Hochschulleitung bis hin zur Studierendenvertretung sollen auf den strukturellen Ebenen resilienzförderliche Maßnahmen integriert werden. Laut des vorliegenden, praxisorientierten Leitfadens sollten Hochschulen dafür zunächst ihre bereits bestehenden Angebote reflektieren und durch resilienzfördernde Elemente erweitern. Vorgeschlagen werden hier etwa Feedbackgespräche, die in die Erhebung des Lernstands integriert werden können, oder auch resilienzförderliche Weiterbildungsmodulare, die im Zuge des Curriculums angeboten werden. Auch können Beratende und Lehrende speziell für solche Feedbackgespräche geschult werden, um ihre Studierenden besser auf die passenden Förderangebote hinzuweisen.

So können Hochschulen ihre Studierenden darin unterstützen, den gesunden Umgang mit Herausforderungen im Hochschulalltag bewusst wahrzunehmen und zu reflektieren. Gleichzeitig sensibilisieren und motivieren sie sie für die Nutzung psychischer, sozialer und struktureller Resilienzressourcen.

Zum praxisorientierten Leitfaden des IHF kommt man mit dem QR-Code:

