

# Erfahrungsbericht: MEINE SELBSTZWEIFEL IM STUDIUM

**Text:** Greta Kőszeghy

Als ich mich entschied, Zahnmedizin zu studieren, war ich voller Vorfreude, einen neuen Weg einzuschlagen. Ich wusste, worauf ich mich bei dem Studium der Zahnmedizin einlasse. Doch schon bald nach Studienbeginn schlichen sich die ersten Selbstzweifel ein.

Die Menge an Wissen, die wir in kurzer Zeit aufnehmen müssen, ist überwältigend. Ich erinnere mich noch gut an die ersten Anatomiekurse. Das Lernen der lateinischen Begriffe und das Verständnis der komplexen Strukturen war, als würde ich eine völlig neue Sprache lernen. Während einige meiner Kommilitonen scheinbar mühelos durch den Stoff glitten, fühlte ich mich oft, als würde ich hinterherhinken. Ich dachte, ich würde mich gut genug kennen und wüsste, wie ich mit Druck umgehen kann.

Besonders einschüchternd waren die praktischen Kurse. Das Arbeiten am Phantom erfordert ein hohes Maß an Präzision und Geschicklichkeit. Hier machen sich meine Zweifel am meisten bemerkbar: die Angst vor dem Scheitern. Was, wenn ich einen Fehler mache? Diese Gedanken sind wie ein ständiger Begleiter und machen es schwer, selbstbewusst und ruhig zu bleiben. Ständige Fragen wie „Warum sieht es bei den anderen so viel besser aus als bei mir?“ begleiteten mich.

Doch trotz dieser Zweifel und Ängste habe ich gelernt, mich ihnen zu stellen. Ein entscheidender Wendepunkt waren Gespräche mit meinem Podcast-Partner René. Ich erkannte, dass ich nicht allein war. Gerade in Prüfungsphasen kämpfen viele mit ähnlichen Gefühlen. Der Austausch untereinander half mir, meine Situation aus einer anderen Perspektive zu sehen und den Druck von mir zu nehmen.

Genau aus diesem Grund entscheiden wir uns jede Woche aufs Neue, über Themen wie diese in unserem Podcast aufzuklären. Selbstzweifel sind normal, besonders in einem anspruchsvollen Studium wie der Zahnmedizin. Es ist okay, Fehler zu machen und daraus zu lernen. In unseren Folgen „Durchgefallen“, „Rhetorik“ und vielen mehr versuchen wir, Studierenden Tipps mitzugeben und von unseren eigenen Erfahrungen zu berichten.

Auch jetzt im 6. Semester sind die Selbstzweifel nicht ganz verschwunden, aber sie sind nicht mehr so dominant wie zu Beginn. Ich habe gelernt, sie als Teil meines Weges zu akzeptieren und mich nicht von ihnen entmutigen zu lassen. Denn letztlich sind es diese Herausforderungen, die uns wachsen lassen und zu der Person machen, die wir eines Tages sein möchten.

Es passiert alles aus einem bestimmten Grund! <<<

Selbstzweifel  
S. 3 / EP. 13



Zahnis im Durchbruch  
Der Podcast

Jetzt Reinhören:



Dies ist nur ein kleiner Ausschnitt des Themas. Die ganze Folge „Selbstzweifel“ sowie weitere spannende Podcast-Folgen rund um den Studi-Alltag findet ihr überall, wo es Podcasts gibt.

# YOUNG PROFESSIONAL PROGRAM



**MEHR ERFAHREN UNTER**

[www.straumann.de/ypp](http://www.straumann.de/ypp)  
oder scanne diesen QR-Code.

## WIR HABEN DAS RICHTIGE PROGRAMM FÜR DICH!

Du bist Student\*In, Assistenz Zahnärzt\*In, Existenzgründer\*In, angestellte/r Zahnärzt\*in einer Praxis? Jung, motiviert und Du möchtest endlich so richtig loslegen?

Das Straumann® Young Professional Program bietet Dir eine ideale Starthilfe. Mit kostenlosen Unterlagen, die Dich z.B. bei der Praxisgründung unterstützen. Mit Spezialkonditionen für StarterKits oder auch für Fortbildungen und Events, die wir speziell für Dich organisieren.

**JOIN THE CLUB!**

