

## FREMDSPRACHENLERNEN UND MEHRSPRACHLICHKEIT: ERFAHRUNGEN VON STUDIERENDEN IM FREMDSPRACHUNTERRICHT WÄHREND DER PANDEMIE

**Simona OLARU-POȘIAR**

„Victor Babeș” University of Medicine and Pharmacy, Timișoara, Romania

**Zusammenfassung:** Therapeutisches Schreiben bezeichnet eine Form der Kommunikation, die gezielt auf die Entfaltung therapeutischer Effekte ausgerichtet ist. Im vorliegenden Beitrag beziehe ich mich auf die Bände *Soul* und *Perspectives. Confessions of Young Doctors: A Therapeutic Journal* (2 Bände), das Ergebnis eines vierjährigen Projekts, an dem 500 Medizinstudierende beteiligt waren. Die sorgfältig dokumentierten Beiträge der Studierenden der Medizinischen und Pharmazeutischen Universität „Victor Babeș“ aus Temeswar entstanden zunächst auf einer digitalen Plattform und entwickelten sich rasch zu einem bedeutenden Instrument therapeutischer Praxis. Zugleich eröffneten sie einen Raum für einen intensiven Austausch zwischen Studierenden verschiedener Jahrgänge, mit unterschiedlichen kulturellen Hintergründen und individueller Erfahrungswelten, die alle durch ein gemeinsames Fundament verbunden sind: die Leidenschaft für Medizin und die Bedeutung der Kommunikation. Ein weiterer Schwerpunkt des Beitrags widmet sich der Rolle der Mehrsprachigkeit und des Fremdsprachenunterrichts. Die zwei Bände wurden in Deutsch, Englisch und Rumänisch verfasst und geben ein Beispiel für die Relevanz der Mehrsprachigkeit in unserem heutigen, digital geprägten Alltag dar. Sie verdeutlichen gleichzeitig, wie das Erlernen von Fremdsprachen nicht nur kulturelle Brücken schlägt, sondern zugleich die persönliche wie auch die berufliche Entwicklung der Studierenden nachhaltig bereichert.

**Schlüsselwörter:** Seele, Einfühlungsvermögen, Perspektiven, Vielfalt, Originalität.

### 1. Einleitung

Der Beitrag analysiert die Verbindung zwischen der universellen Sprache der Literatur und den Emotionen anhand der Bände *Seele* und *Perspektiven. Bekenntnisse junger Ärzte: ein therapeutisches Tagebuch* (*Soul and Perspectives. Confessions of Young Doctors: A Therapeutic Journal*), das erste Tagebuch dieser Kategorie, die in Rumänien von 500 Medizinstudenten an der Medizinischen und Pharmazeutischen Universität „Victor Babeș“ aus Temeswar veröffentlicht wurden. Es war ein vierjähriges Projekt, das im Jahr 2020 begann und im Jahr 2024 abgeschlossen wurde. Das komplexe und aufwändige Projekt wurde zunächst online im Klassenzimmer dokumentiert und ein Jahr lang als Experiment durchgeführt. Als der Online-Erfolg einer Klasse von Zahnmedizinstudenten ein positives Feedback lieferte, wurde das Projekt auf mehrere Klassen mit Studenten der Allgemeinmedizin, Zahntechnikern und mehreren Kategorien von medizinischen Pflegekräften ausgeweitet.

Schließlich wurde es zu Papier gebracht und für künftige Generationen von jungen Ärzten gestartet, damit sie einen Eindruck davon bekommen, wie es ist, ein Studienanfänger in der Medizin zu sein. Die Tagebücher sind datiert, so dass wir sagen können, dass es sich um ein sehr gut dokumentiertes Archiv menschlicher Erfahrungen handelt. Die Bände *Seele* und *Perspektiven, Bekenntnisse junger Ärzte: ein*

therapeutisches Tagebuch (Soul and Perspectives. Confessions of Young Doctors: A Therapeutic Journal), in dem private Gedanken über das Studentenleben und persönliche Einblicke in das Medizinstudium geteilt werden, sowie eine originelle Galerie mit Bildern, die von den Studenten ausgewählt wurden, Kunstwerke, an denen die Studenten selbst gearbeitet haben.

Diese Arbeit stellt ein großes Projekt dar, das sich über 4 Jahre erstreckt, wobei das Projekt im Oktober 2020 beginnt und im April 2024 endet. Im April 2024 wurde die letzte Arbeit in das Klassenzimmer hochgeladen, eingereicht und in das Projekt *Büchse der Pan...demie*, wie diese therapeutische Schrift ursprünglich genannt wurde, aufgenommen. Inspiriert von der Pandemie-Erfahrung haben die Studenten der Medizinischen und Pharmazeutischen Universität „Victor Babeș“ aus Temeswar, im April 2021 damit begonnen, ihre Gedanken in einem Online-Dokument, einer atypischen Büchse der Pandora, niederzuschreiben, die sie am Tag ihres Abschlusses öffnen sollten. Dieses Projekt entstand aus den Ideen der ersten mutigen Menschen, die die Seiten eines virtuellen therapeutischen Tagebuchs öffneten.

Der Artikel verwendet in erster Linie die interdisziplinäre Methode. Zum anderen wird auch die komparative Methode herangezogen, um das therapeutische Journaling in der Medizin mit anderen Formen der narrativen Medizin zu vergleichen. Schließlich wird auf die hermeneutische und textimmanente Methode zurückgegriffen, um dem literarischen therapeutischen Journaling möglichst nahe zu kommen.

Mehr als 42 Studierende (die Zielgruppe) aus der Zahnmedizin haben in den ersten Monaten nach Eröffnung der Online-Seite in das Journal geschrieben. Einige der Beiträge erscheinen nicht in diesem Band, da sie vertraulich sind. Menschen, die uns zu früh verlassen haben, Geschichten aus dem Leben junger Erwachsener, Geschichten, die direkt aus der Fiktion zu stammen scheinen und doch schmerzhaft real sind.

Wir erkannten, dass das Projekt eine therapeutische Wirkung hatte, als eine Studentin beschrieb, wie sehr dieses Tagebuch ihr bei der Bewältigung eines persönlichen traumatischen Ereignisses geholfen hatte.

Wir sprachen mit den Studenten, die im folgenden Jahr ihr Medizinstudium begannen, über dieses Projekt, und das Interesse an dem Tagebuch wuchs. Nach der Pandemie hatten sie das Bedürfnis, sich jemandem anzuvertrauen, vertraulich oder nicht, um zu wissen, dass sie einen Baustein in der Studentengemeinschaft der Medizinischen und Pharmazeutischen Universität „Victor Babeș“ aus Temeswar gelegt hatten.

Der Titel wurde geändert und die Büchse der Pandora öffnete sich wie eine Brücke über die Zeit, eine Botschaft zwischen dem Studenten im ersten Jahr und seinem Ich im sechsten Jahr, das die Nachricht Minuten vor dem Abschluss lesen würde. Pandora änderte ihr Aussehen und wurde umbenannt, behielt aber ihre Identität, ihre Einzigartigkeit und ihren Mut, und die Medizinstudenten schlossen sich dem Projekt im Jahr 2022 an. Die Studenten des zweiten Studienjahres folgten, und die Gemeinschaft wuchs: Hunderte von Medizinstudenten schrieben ihre Gedanken in ein originelles Tagebuch, das im Cyberspace erstellt wurde.

Ihre Worte, ihre einzigartigen und doch ähnlichen Erfahrungen, verbanden sie wie ein imaginäres Netzwerk. Die jungen Ärzte schrieben auf Rumänisch, aber auch auf Deutsch, Englisch, wie es ihnen passte. Es war und ist ein imaginärer Bogen über die Zeit. Es ist auch ein innovatives und einzigartiges Projekt, denn es ist das erste therapeutische Tagebuch, das von Studenten in drei verschiedenen Sprachen geschrieben wurde.

Im Jahr 2023 nahmen die Schüler das Schreiben in ihrem Seelen-Tagebuch wieder auf und fanden schließlich ihr Gleichgewicht und ihre Hoffnung. Das Kästchen öffnete sich im Jahr 2024, als die letzte Schrift dem Band hinzugefügt wurde (Vgl. <https://www.va.gov/WHOLEHEALTHLIBRARY/tools/therapeutic-journalingn> abgerufen [3.05.2025]).

Sie erhellt die Seelenwinkel junger Menschen, die die Seele und den Körper des Patienten heilen werden, und ja, dieses Projekt hat uns zu einer Gemeinschaft, einer Familie gemacht. Die Werke sind datiert und tragen die Vornamen der Autoren; es sind echte Bekenntnisse, ehrliche, originelle und mutige Bekenntnisse.

Wie Bogdan Dascalu hervorhebt, bilden Identität und Alterität kein Gegeneinander, sondern bedingen einander: „Diese Begriffe [...] definieren sich wechselseitig, da sie außerhalb dieser Beziehung keine Daseinsberechtigung hätten.“ (Dascalu, B. M., Editarea științifică a textului. Opinii și confesiuni, „Studii de știință și cultură“, XVIII, 2022, Nr. 3, S. 143-150)

Gerade im Tagebuch wird diese Wechselwirkung greifbar. Das Schreiben des „Ich“ erzeugt stets ein Eigenbild, das aber unweigerlich von Fremdbildern durchzogen ist - wie man auch in den Beiträgen unserer Studenten nachvollziehen kann - in den Beschreibungen von Menschen, Alltag, Leben der Großstadt oder kulturellen Differenzen.

Kann man sein Leben oder einen Teil davon zu Papier bringen? Diese jungen Erwachsenen haben es nicht so sehr für sich selbst getan, sondern für die jungen Ärzte, die nach ihnen kommen werden, mit ihren Ängsten, Sorgen, Freuden, die Erstsemester, denen sie durch dieses Tagebuch die Botschaft vermitteln, dass alles in Ordnung sein wird, egal was passiert, dass sie immer ihr Gleichgewicht finden werden. Die meisten Texte enthalten Schlüsselwörter, die verborgene Nischen der Seele erschließen oder das Wesentliche unterstreichen.

Eigentlich das Tagebuch als Schauplatz imagologischer Prozesse betrachtet werden kann: Ein Raum der Selbstreflexion, in dem das „Ich“ nur im Bezug auf das Andere Gestalt gewinnt und es dabei um eine Form der Selbstfindung geht.

Das Tagebuch ist ein wirkungsvolles Instrument der narrativen Medizin. Es dient als therapeutisches Instrument, das bei der emotionalen Heilung und Selbstreflexion hilft. Das Tagebuch bietet einen sicheren Raum für den Austausch von Gedanken und Gefühlen. Dies ermöglicht es den Schreibern, Klarheit zu gewinnen und ihre Gefühle zu verarbeiten. Es hilft ihnen auch, Lösungen für persönliche Herausforderungen zu finden. Es ist ein Werkzeug für persönliches Wachstum.

Ein therapeutisches Tagebuch ist ein besonderer Ort der Selbstreflexion und Heilung. Es hilft bei der Verarbeitung von Gedanken und der Bewältigung von Stress, sogar von traumatischen Ereignissen oder von Ereignissen, die vom Unterbewusstsein als besonders einschneidend empfunden werden. Es ist eine nützliche Fähigkeit und ein nützliches Werkzeug, um mit seinem inneren Selbst in Verbindung zu treten. Im Gegensatz zu einem normalen Tagebuch konzentriert sich ein therapeutisches Tagebuch auf Ihr emotionales Wohlbefinden. Es geht um geistige Gesundheit und darum, einen sicheren Ort für die Heilung von Geist und Seele zu bieten.

Meiner Erfahrung als klinischer Psychologe nach haben wir festgestellt, dass mehr als 50 % der Menschen, die in die Praxis kommen, ihr inneres Selbst heilen, indem sie die Gewissheit haben, dass sie nicht die Einzigen sind, die ein Problem haben - wenn man das Gefühl hat, dass man nicht der Einzige ist, der sich quält, weiß man, dass es eine Normalität gibt, in die man passt, und dass es einem besser gehen kann. Ängste

müssen vermieden werden. Es ist wichtig, sich einen sicheren Ort zu schaffen, einen sicheren Ort, der sich auf eine Gemeinschaft bezieht, die, auch wenn sie dich nicht kennt, versteht, was du durchmachst.

Das ist der Zweck des Journals, des Tagebuchs. Eine Gemeinschaft zu schaffen, die füreinander da ist, wie ein Netz, das in ständiger Kommunikation steht und auch füreinander da sein wird. Mircea Eliade, der berühmte rumänische Schriftsteller und Philosoph, sagte einmal, dass wir das beste Buch der Welt schreiben würden, wenn wir uns gegenseitig aufmerksam zuhören würden. Auch wir glauben, dass unsere persönliche Geschichte, unsere Geschichten, die schönste Realität sind, die man wiedergeben kann.

Auf Rumänisch, Englisch und Deutsch versammelt dieses Projekt, das zaghaft begann, Hunderte von Seiten, aus denen ich die Essenz der studentischen Gefühle, die Essenz des Tumults von Generationen von Medizinstudenten, meinen geliebten Studenten, extrahiert habe. Ihre Stimme ist eine universelle Stimme, die Stimme der Studenten überall, am Anfang ihrer Reise.

Der methodische Ansatz des Schreibens erfordert eine Klärung der Begriffe des therapeutischen Tagebuchs. Nach Angaben des VA Office of Patient Centred Care and Cultural Transformation ist therapeutisches Tagebuchschreiben "der Prozess des Aufschreibens unserer Gedanken und Gefühle über unsere persönlichen Erfahrungen. Diese Art der privaten Reflexion ermöglicht es uns, Ereignisse und Probleme, mit denen wir möglicherweise zu kämpfen haben, zu verarbeiten. Sie ermöglicht es uns, ein tieferes Verständnis für uns selbst zu entwickeln und diese Schwierigkeiten aus einer anderen Perspektive zu betrachten. Therapeutisches Tagebuchschreiben unterscheidet sich vom traditionellen Tagebuchschreiben, bei dem die Einzelheiten der täglichen Ereignisse festgehalten werden. Im Gegensatz dazu ist das therapeutische Tagebuchschreiben ein innerer Prozess, bei dem wir das geschriebene Wort nutzen, um die ganze Bandbreite an Emotionen, Reaktionen und Wahrnehmungen auszudrücken, die wir im Zusammenhang mit schwierigen, beunruhigenden oder traumatischen Lebensereignissen haben. Auf dem Weg dorthin kann dieser Prozess bedeuten, dass wir uns selbst zu einer besseren emotionalen und körperlichen Gesundheit und zu einem größeren Wohlbefinden schreiben (Smyth, J., Hockemeyer, J., Anderson, C., et al. Structured writing about a natural disaster buffers the effect of intrusive thoughts on negative affect and physical symptoms. *Aus. J of Disaster Trauma.*, 2002;1,S. 2002-2001).

Das Schreiben eines therapeutischen Tagebuchs, in unserem Fall eines Journals, entwickelt sich zu einem wirkungsvollen Mechanismus, um unsere Gedanken und Gefühle aufzuschreiben. Es hilft uns, große Lebensereignisse und anhaltende Herausforderungen tiefgreifend zu verstehen und zu bewältigen. Indem wir unsere Gefühle mitteilen, lernen wir mehr über uns selbst und unsere Verhaltensweisen. Diese Praxis unterscheidet sich vom bloßen Führen eines Tagebuchs. Sie lenkt den Blick auf unsere inneren Gefühle wie Wut, Traurigkeit oder Freude, insbesondere wenn wir schwierige Zeiten durchleben. Sie hilft uns, uns emotional und körperlich besser zu fühlen, was zu einem stärkeren Gefühl des Wohlbefindens führt.

Es gibt viele Möglichkeiten, ein therapeutisches Tagebuch als Heilmethode zu nutzen. Man kann sich zum Beispiel dafür entscheiden, regelmäßig über Dinge zu schreiben, die starke Emotionen in uns auslösen. Dazu kann das Schreiben über Verlust, Stress oder große Veränderungen in unserem Leben gehören. Es hilft uns auch, mit stressigen oder traumatischen Ereignissen umzugehen, indem es uns einen

sicheren Raum gibt, um uns ihnen zu stellen. Das expressive Schreibprotokoll von Dr. James Pennebaker ist eine gut erforschte Methode. Dabei wird in drei bis fünf Sitzungen über ein stressiges oder emotionales Erlebnis geschrieben (Pennebaker, J.W., *Writing about emotional experiences as a therapeutic process*. *Psychology Sci.*; 8(3); 1997, S. 162-166). Dies hilft uns, unsere Gefühle zu erforschen und besser zu verstehen. Studien zeigen, dass diese Methode für sich allein oder in Verbindung mit anderen Therapien sehr hilfreich sein kann.

Das Schreiben über unsere Gefühle ist der Schlüssel zu unserer Gesundheit. Es stärkt unser Immunsystem. Wenn wir schwere Zeiten durchmachen, ist es schwer, sie vollständig zu verarbeiten. Dies kann unsere Gefühle und Erinnerungen festhalten und unsere Gesundheit beeinträchtigen.

Ausdrucksvolles Schreiben hilft uns, diese gefangenen Gefühle loszulassen. So können wir unseren Erfahrungen einen Sinn geben. Dieser Prozess hilft uns, emotional zu heilen und unseren Platz in der Welt zu verstehen. Über 25 Jahre hinweg hat die Forschung gezeigt, dass das Schreiben über schwierige Zeiten unsere Gesundheit verbessert. Die Studien von Dr. James Pennebaker haben ergeben, dass es die Stressreaktionen verstärken, aber auch die Gesundheit langfristig verbessern kann. Pennebaker (Pennebaker, J.W., *Writing to Heal: A Guided Journal for Recovering From Trauma & Emotional*, 2004, S.65), der das therapeutische Schreiben von Tagebüchern zunächst im Zusammenhang mit traumatischen Ereignissen untersuchte, später aber den Fokus auf allgemeine emotionale Ereignisse oder spezifische Erfahrungen ausdehnte, stellt fest, dass der therapeutische Effekt des Schreibens darin besteht, dass der Schreiber seine Emotionen offen anerkennt und akzeptiert und in der Lage ist, seinen blockierten Gefühlen eine Stimme zu geben und eine sinnvolle Geschichte in einer sicheren Umgebung zu konstruieren. Eine Meta-Analyse von Smyth ergab zahlreiche Vorteile, darunter eine bessere körperliche und geistige Gesundheit (Smyth, J., Hockemeyer, J., Anderson, C., et al., *Structured writing about a natural disaster buffers the effect of intrusive thoughts on negative affect and physical symptoms*. *Aus. J of Disaster Trauma*, 2002,1, S. 2002-2001).

Frisina et al. führten auch eine Meta-Analyse über das Schreiben über Emotionen im klinischen Umfeld durch. Sie fanden heraus, dass es Menschen mit medizinischen Erkrankungen half, nicht aber solchen mit psychiatrischen Problemen. Diese Studien zeigen, dass Schreiben ein wirksames Mittel zur Heilung und Verbesserung der Gesundheit ist (Frisina PG, Borod JC, Lepore SJ., *A meta-analysis of the effects of written emotional disclosure on the health outcomes of clinical populations*, 2004;192(9), S.629-634).

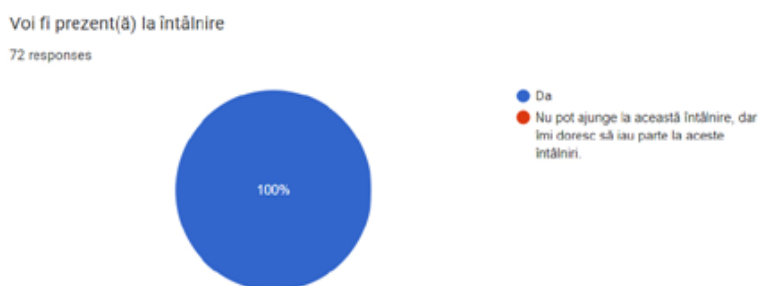
Im Jahr 2012 zeigte eine wichtige Studie von Emmerik, Reijntjes und Kamphuis (Van Emmerik, A.A., Reijntjes A., Kamphuis, J.H. *Writing therapy for posttraumatic stress: a meta-analysis*. 2013; 82(2), S.82-88.), dass ausdrucksvolles Schreiben bei posttraumatischem Stress hilft. Dazu gehören akute Belastungsstörungen und PTBS sowie Depressionen. Die Studie ergab, dass die Stress- und Depressionssymptome sofort stark zurückgingen.

Die Schreibtherapie war genauso gut wie eine auf Traumata ausgerichtete kognitive Verhaltenstherapie. Auch in Smyths Übersichtsarbeit von 1998 wurde der Nutzen des Aufschreibens von Emotionen hervorgehoben. Er stellte fest, dass diese Vorteile genauso groß sind wie bei vielen anderen psychologischen Behandlungen, die langwierig sein können und manchmal nicht die erforderliche Effizienz bieten.

Daher ist ausdrucksstarkes, kreatives Schreiben eine wirksame, bewährte Behandlung gegen Stress und für das therapeutische Aufschreiben von Problemen, mit denen wir konfrontiert sind. Das Schreiben eines therapeutischen Tagebuchs ist eine gute Möglichkeit für Menschen, die keine traditionelle Therapie machen wollen oder können. Aber es ist nicht für jeden geeignet. Es eignet sich möglicherweise nicht für Menschen, die Schwierigkeiten haben, ihre Gefühle auszudrücken, oder die unter schweren Traumata oder psychischen Problemen leiden.

An unserer Universität, in unserer Gruppe von Autoren, war dies jedoch nicht der Fall. Zu meiner Überraschung trugen die Tagebücher dazu bei, die Studenten zu befreien, indem sie sich über persönlichen Kummer, den Tod eines geliebten Menschen, Ängste, Essstörungen und auf der anderen Seite über Liebe, Freundschaft, Methoden zur Überwindung von Schwierigkeiten und zum Weitermachen, Ratschläge für jüngere Kollegen usw. aussprachen. Jedes einzelne Schreiben ist datiert; wir haben ein großes Archiv menschlicher Gefühle sowie ein legitimes und authentisches Dokument. Die visuelle Wirkung ist stark; jede Seite des Journals ist mit einem persönlichen Bild versehen, das vom Autor des Journals ausgewählt wurde.

Etwa 100 Schülerinnen und Schüler sind inzwischen auf der Website registriert, und 54 haben ihren Beitrag bereits zusammen mit einem Bild eingereicht. Sie schreiben auf Rumänisch, Deutsch, Englisch, aber auch auf Ungarisch und Französisch. Für uns ist das große Interesse an einem dritten Band, eine Bestätigung dafür, dass wir auf dem richtigen therapeutischen Weg sind und dass unser Instrument ein nützliches Instrument ist und für Studenten unabhängig von ihrer Universität zu einem nützlichen therapeutischen Instrument werden kann.

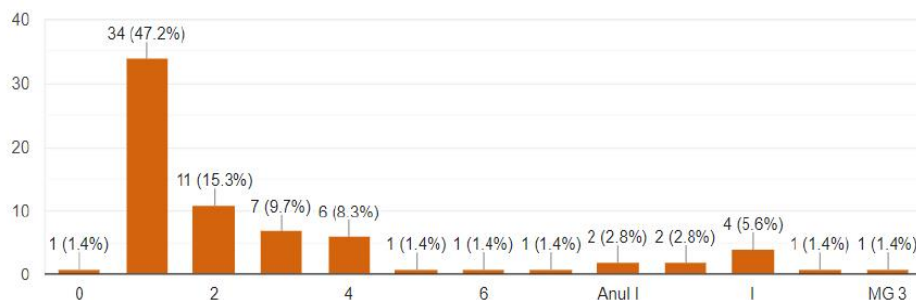


**Abb.1.** Tabelle der Teilnehmer, die bei der Einführung der Plattform Imagination. Confessions of Young Doctors: A Therapeutic Journal anwesend ware

Das Projekt des kreativen, therapeutischen Schreibens wurde 2024 in den kulturellen Vermittlungshintergrund integriert, der im März 2022 an der Victor Babes Universität für Medizin und Pharmazie in Timisoara, Rumänien, eingeführt wurde. Die Aktivitäten, die im Rahmen des Kulturvermittlungsprogramms durchgeführt werden, haben als gemeinsamen Wert das Bedürfnis, Medizinstudenten in das kulturelle Umfeld, in kulturelle Aktivitäten (Vgl. [https://www.umft.ro/ro/actiuni-culturaleumft\\_abgerufen](https://www.umft.ro/ro/actiuni-culturaleumft_abgerufen) [8.11.2024]) und kulturelle Programme einzuführen, Künstler und Schriftsteller besser zu verstehen und eine Gemeinschaft innerhalb der Universität aufzubauen.

Anul de studiu

72 responses



**Abb.2.** Live@the Museum - Studienjahr und medizinisches Forschungsgebiet der Teilnehmer

Rumänische und internationale Medizinstudenten wurden eingeladen, an *Live@ the Museum*, einem Kulturvermittlungsprogramm, teilzunehmen. Die nachstehenden Ergebnisse wurden über Google-Formulare durch eine quantitative und qualitative Analyse gesammelt.

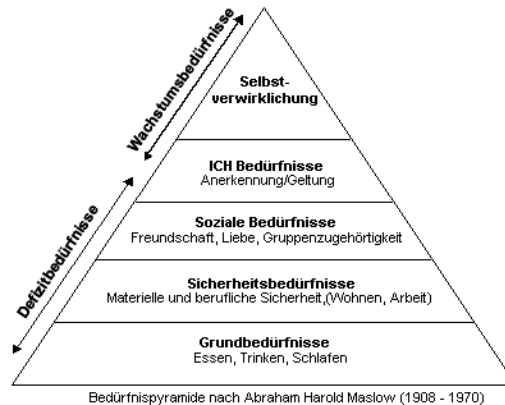
Die Themen, die im Rahmen des Kulturvermittlungsprogramms diskutiert werden, befassen sich mit sensiblen Themen wie Frauenrechte, Ärztinnen, Pathologie, Künstler - Ärzte und umgekehrt, psychische Gesundheit, Körperbehinderungen, digitale Kunst, virtuelle Erinnerungen, Klimt in Dokumentarfilmen, Diskussionen in Kinos - Kinematographie und so weiter. Die Themen werden auf der Grundlage des Feedbacks der Teilnehmer sowie des kulturellen, sozialen und psychologischen Umfelds, das uns umgibt, und unseres ständigen Bedürfnisses, unsere kognitiven und ästhetischen Bedürfnisse zu befriedigen, ausgewählt.

Die Bedeutung und die neue Perspektive der Kulturvermittlung innerhalb unserer Universität sowie die Schaffung des therapeutischen Tagebuchprojekts bestand darin, Studenten und Mediziner sowie Studenten anderer Universitäten zusammenzubringen und eine Motivation für die Kunst und alle künstlerischen Inhalte sowie für Selbsterkenntnis und Akzeptanz zu schaffen.

Von großer Bedeutung ist, dass es uns gelungen ist, zwei wichtige Bände zur Selbstentwicklung auf den Markt zu bringen - die beiden therapeutischen Tagebücher, die von 500 Medizinstudenten verfasst wurden - *Soul (I)* und *Perspectives (II)*. *Confessions of Young Doctors: A Therapeutic Journal*, die in drei verschiedenen Sprachen - Englisch, Deutsch und Rumänisch - verfasst wurden und persönliche Perspektiven auf das Leben und die Kunst sowie Briefe an künftige Kollegen enthalten.

Die Tagebücher sind die ersten dieser Art, die von Medizinstudenten des 1. und 2. Studienjahres geschrieben wurden, ein vierjähriges Projekt, das erfolgreich in das Kulturvermittlungsprogramm integriert wurde und von der rumänischen Presse positiv aufgenommen wurde. Sie sind auch auf einer zugänglichen Plattform im Klassenzimmer verfügbar, wo die Studenten freien Zugang zu den Bänden haben und auch ihre eigenen Beiträge einbringen können. Es war eine schwierige Aufgabe, die Studenten davon zu überzeugen, dass außerschulische Aktivitäten ein integraler Bestandteil der Ausbildung eines Menschen zu einem zukünftigen Intellektuellen sind.

Wenn wir an Maslows Bedürfnispyramide (Vgl. <https://www.bastianoso.de/informatikkaufmann-azubi/berufsschule/organisation-geschaeftsprozesse-wirtschaftslehre/maslowsche-bedürfnispyramide.htm> abgerufen[8.01.2025]) zurückdenken, sind es die kognitiven und ästhetischen Bedürfnisse, die integriert und umgewandelt werden müssen, metaphorisch gesprochen in Grundbedürfnisse eines Individuums.



**Abb.3.** Maslowsche Bedürfnispyramide

Wir haben versucht und es ist uns gelungen, Studenten aus verschiedenen Kulturen, Umgebungen und Bereichen zu Workshops zusammenzubringen und eine echte künstlerische Gemeinschaft an unserer Universität nicht nur aufzubauen, sondern zu schaffen. Darüber hinaus ist es uns gelungen, Persönlichkeiten zu schaffen, Dialoge in der Gemeinschaft zu erleichtern, die Zugänglichkeit der bildenden Kunst zu erhöhen und unser Studium auf Kultur, Formen des Verständnisses der Welt um uns herum und unsere Gemeinschaft zu konzentrieren sowie die Art und Weise zu gestalten, wie die junge Generation Kunst im heutigen digitalen sozialen und verhaltensbezogenen Kontext betrachtet. Im Sinne einer kulturwissenschaftlichen Perspektive verweist Ana-Maria Dascălu-Romițan auf die Rolle der Mehrsprachigkeit als Schlüsselkompetenz in einem zunehmend globalisierten und pluralistischen Europa: "Fremdsprachenkenntnisse erleichtern und stärken die Kommunikation und das Verständnis zwischen den Menschen unterschiedlicher Länder und Kulturen, sodass mittels der Mehrsprachigkeit ein interkultureller Dialog ermöglicht und das Zusammenleben in einem multikulturellen Europa gefördert werden." (Dascălu-Romițan, A. M.: Mehrsprachigkeit und interkultureller Dialog in Temeswar, 2019, S. 91)

Es war die Ausstellung von Victor Brauner über surreale Kunst, die meine Schüler zu einer aktiven Gemeinschaft werden ließ. Nach dieser Begegnung organisierten wir am gleichen Ort, dem Nationalmuseum in Timisoara, einen Workshop über Kunst und Pathologie. Medizinische Assistenzärzte, Lehrer und Ärzte nahmen daran teil, und die Studenten bewiesen, dass sie Kunstgemälde ebenso gut untersuchen können wie Patienten. Das Schlüsselwort in jedem einzelnen Workshop war und ist bis heute die aktive Zusammenarbeit und die aktive Teilnahme. Als Lektor versuche ich, meine Schüler zu ermutigen, ihre Individualität und Einzigartigkeit anzunehmen, frei zu denken, ihren Leidenschaften nachzugehen und die Erwartungen der Gesellschaft zu hinterfragen.



Diese Reise verwandelte sich und manifestierte sich in den beiden therapeutischen Tagebüchern, in über 500 Geständnissen, sowohl persönlichen Geständnissen, Erweckungen ihres Gewissens, Darstellungen harter Realitäten, Perspektiven auf Kurse, Die Tagebücher Soul (I) und Perspectives (II) - Confessions of Young Doctors: A Therapeutic Journal bieten wertvolle Einblicke in die transformative Kraft der Kunst und die Kraft der individuellen Stärke, Barrieren der psychischen Gesundheit, Verlust, Trauer, Drogenmissbrauch, Depression, Angst zu überwinden.

Jede Seite des Tagebuchs gibt keinen Einblick in die Pathologie, sondern ist in der Art einer Beichte geschrieben, in der der Schreiber zugibt, das Problem durchgemacht zu haben, nicht zugibt, geheilt zu sein, aber hofft, anderen zu helfen, die sich in denselben Turbulenzen befinden. Die Tagebücher sind nicht nur Bekenntnisse zu den Schattenseiten des Studentenlebens, sondern auch Realitäten, die gesehen und ausgesprochen werden müssen. Wir alle wissen, dass das Leben eines Medizinstudenten durch die Prüfungen und die schwierigen Kurse sehr anstrengend ist, aber es gibt keine Selbsthilfegruppe für die jungen Erwachsenen, die nur selten den Psychologen der Universität aufsuchen.

Bei der Lektüre der Tagebüchern, die auf einer Online-Plattform zur Verfügung stehen, können andere Studenten die Tagebücher lesen, sich mit der gleichen Situation identifizieren und ein Werkzeug zur tatsächlichen Heilung finden. Die Teilnahme an der Plattform ist kostenlos, man muss nur eine E-Mail-Adresse angeben, so dass die Vertraulichkeit auf beiden Seiten - Leser und Schreiber - gewährleistet ist. Daher ist dies die einfachste Form, Vertrauen, Vertraulichkeit und Empathie zu fördern. Wie bereits erwähnt, muss nicht nur auf das Pathologische verwiesen werden, sondern es gibt eine reale Unterstützung und reale Ergebnisse beim Zugang zur Online-Seite der Fachzeitschriften. Dies ist eine effiziente Methode zum Aufbau einer Gemeinschaft innerhalb einer Universität. Es kann als das effizienteste Vermittlungsprogramm bezeichnet werden, das nicht nur kulturell, sondern auch MENSCHlich ist.

## **2. Schlussfolgerungen**

Das Schreiben von Erzählungen und das Kanalisieren von Geschichten wurden in das Kulturvermittlungsprogramm integriert, das wir zusammen mit der aktiven Beteiligung von Studenten organisierten. Es ist wichtig, auch diesen Aspekt zu erwähnen, denn obwohl das Projekt im Jahr 2020 begann, lange bevor das Mediationsprogramm an unserer Universität eingeführt wurde, war es wichtig, es in das Kulturvermittlungsprogramm einzubinden, um die Medienpräsenz und die Sichtbarkeit der Studierenden und ihrer Schriften innerhalb der Universität zu erhöhen.

Derzeit ist der dritte Band - Imagination, Bekenntnisse junger Ärzte: ein therapeutisches Tagebuch (Imagination. Confessions of Young Doctors: A Therapeutic Journal) - in Arbeit. Das einzigartige und bestimmende Merkmal des Bandes ist das persönliche Verständnis: wer wir sind und was unsere Geschichte ist.

Empathie wird in den drei therapeutischen Tagebüchern kultiviert und gefördert, und wir machen einen deutlichen Unterschied zu Mitgefühl und dem Bedürfnis, sich mit den Problemen des anderen zu identifizieren, mit dem Bedürfnis zu heilen und zu helfen.

Das Ziel der Bekenntnisse war und ist es, Studenten und künftige Studenten miteinander in Kontakt zu bringen und so viele Länder wie möglich zu erreichen. Die Schriften werden über das Klassenzimmer archiviert, was die Interaktion erleichtert.

Das Schreiben von Erzählungen und das Kanalisieren von Geschichten wurden in das Kulturvermittlungsprogramm integriert, das wir zusammen mit der aktiven Beteiligung von Studenten organisierten. Es ist wichtig, auch diesen Aspekt zu erwähnen, denn obwohl das Projekt im Jahr 2020 begann, lange bevor das Mediationsprogramm an unserer Universität eingeführt wurde, war es wichtig, es in die kulturelle Mediation zu integrieren. Der Erfolg des Projekts liegt in seiner Originalität und dem innovativen Ansatz, ein therapeutisches Tagebuch zu schreiben.

## Literatur

1. Dascălu A.M., Dascălu B. 2017. coord. Maiorescu, T., Opere. III. Jurnal, vol. III. 1890-1897. București, Academia Română, Fundația Națională pentru Știință și Artă
2. Dascălu, B. M., Editarea științifică a textului. Opinii și confesiuni, „Studii de știință și cultură”, XVIII, 2022, nr. 3, S. 143-150
3. Dascălu, B. M., Jurnalul unui european: Titu Maiorescu. Multilingvism și traducere, „Studii de știință și cultură”, VIII, 2012, nr. 2, S. 99-103
4. Dascălu, B. M., The Image of the German in Romanian Memorial Texts, „Journal of Romanian Literary Studies”, 2020, nr 23, S. 200-206
5. Dascălu-Romițan, A. M. 2019. Mehrsprachigkeit und interkultureller Dialog in Temeswar
6. Dascălu-Romițan, A. M., Methoden und Verfahren der Fremddarstellung im Reisebericht, „Temeswarer Beiträge zur Germanistik”, vol. 12, Editura Mirton, Timișoara, 2015, S. 333-348
7. Dascălu-Romițan, A.M., Mehrsprachigkeit und interkultureller Dialog in Temeswar, „Germanistische Beiträge”, Universitatea „Lucian Blaga”, Sibiu, vol. 45, 2019, S. 78-93
8. Dejica, Daniel & Adriana Toma. 2025. 'Exploring the Impact of Mental Translation on Communicative Language Teaching and Learning in Romanian Schools', in Swedish Journal of Romanian Studies, vol 8, nr. 1 / 2025, pp. 103-109.
9. Dejica, Daniel & Carlo Eugeni, Anca Dejica-Cartis (eds.) 2020. *Translation Studies and Information Technology - New Pathways for Researchers, Teachers and Professionals*. Timișoara: Editura Politehnica, Translation Studies Series.
10. Dejica, Daniel & Elena Meștereagă. 2025. 'Transformative Learning Beyond the Classroom: University Students' Engagement with Out-of-Class Contexts in EFL', in *Annales Universitatis Apulensis. Series Philologica*, nr. 26/2025.
11. Frisina, P. G., Borod, J. C., Lepore, S. J. 2004. A meta-analysis of the effects of written emotional disclosure on the health outcomes of clinical populations. 192(9), S. 629-634.
12. Grigoraș, Cornelia-Patricia & Daniel Dejica. 2023. 'Teaching EFL to the Digital-Born Generation. Challenges and Expectations' in Professional Communication and Translation Studies, 16 / 2023, Timișoara: Editura Politehnica, pp. 160-165.
13. Lepore, S. J., Greenberg, M. A. (2002). Mending broken hearts: effects of expressive writing on mood, cognitive processing, social adjustment and health following a relationship breakup. *Psychol. Health.*, 17(5), S. 547-560.
14. Niles, A. N., Haltom, K. E., Mulvenna, C. M., Lieberman, M. D., Stanton, A. L. (2014). Randomized controlled trial of expressive writing for psychological and physical health: the moderating role of emotional expressivity. *Anxiety Stress Coping*, 27(1), S. 1-17.
15. Olaru-Poșiar, S., coord. 2024, Perspectives – Confessions of Young Doctors: A Therapeutic Journal – Band II, Waldpress Verlag, Temeswar
16. Olaru-Poșiar, S., coord. 2024. Soul – Confessions of Young Doctors: A Therapeutic journal – Band I, Waldpress Verlag, Temeswar

17. Peet, R., Hartwick, E. 2015. Theories of development: Contentions, arguments, alternatives: Guilford Publications.
18. Pennebaker, J. W. 1997. Writing about emotional experiences as a therapeutic process. Psychol. Sci., 8(3), S. 162-166.
19. Pennebaker, J. W. 2004. Writing to Heal: A Guided Journal for Recovering From Trauma & Emotional Upheaval. Oakland, CA: New Harbinger Publications
20. Romão, J. 2017. Are Creative Cities Good Places for Creative People? Notes on the Social Conditions for Cultural Production in Contemporary Economy. Quality Innovation Prosperity, 21(1), S. 49-60.
21. Schoutrop, M. J., Lange, A., Hanewald, G., Davidovich, U., Salomon, H. 2002. Structured writing and processing major stressful events: A controlled trial. Psychother Psychosom., 71(3), S. 151-157.
22. Smyth, J. M. 1998. Written emotional expression: effect sizes, outcome types, and moderating variables. J Consult Clin. Psychol., 66(1), S.174-184.
23. Smyth, J., Hockemeyer, J., Anderson, C., et al. 2002. Structured writing about a natural disaster buffers the effect of intrusive thoughts on negative affect and physical symptoms. Aus. J of Disast Trauma., 1: 2002-2001.
24. Spera, S. P., Buhrfeind, E. D., Pennebaker, J. W. (1994). Expressive writing and coping with job loss. Acad. Manage J., 37(3), S. 722-733.
25. Toma, Adriana & Daniel Dejica. 2023. 'Mental Translation and its Contribution to Communicative Language Teaching and Learning' in *Professional Communication and Translation Studies*, 16 / 2023, Timisoara: Editura Politehnica, pp. 120-126.
26. van Emmerik, A. A., Reijntjes, A., Kamphuis, J. H. 2013. Writing therapy for posttraumatic stress: a meta-analysis. Psychother Psychosom., 82(2) S. 82-88.

#### Internet Quellen:

- <https://www.bastianoso.de/informatikkaufmann-azubi/berufsschule/organisation-geschaeftsprozesse-wirtschaftslehre/maslowsche-bedurfnispyramide.htmlabgerufen> [8.01.2025]
- Cloke, Harry (2023, October 3rd), Maslow's hierarchy of needs <https://www.growthengineering.co.uk/maslows-hierarchy/> [8.01.2025]
- Impact Press (2024, 25th of May), <https://www.impactpress.ro/2024/05/25/lansare-de-carte-la-universitatea-de-medicina-si-farmacie-din-timisoara-soul-perspectives-confessions-of-young-doctors-a-therapeutic-journal-p/> [27.05.2024]
- Pastila de sanatate, (n.d.) <https://www.umft.ro/ro/pastila-de-sanatate-500-de-studenti-medicinisti-co-autori-la-2-volume/> [27.05.2024]
- Victor Babes University of Medicine and Pharmacy (n.d) <https://www.umft.ro/ro/19-11-cups-of-art-live-the-museum/> [8.11.2024]
- Victor Babes University of Medicine and Pharmacy (n.d) <https://www.umft.ro/ro/9-lansare-de-carte-soul-perspectives-confessions-of-young-doctors-a-therapeutic-journal/> [27.05.2024]
- WHOLEHEALTHLIBRARY,(n.d)<https://www.va.gov/WHOLEHEALTHLIBRARY/tools/therapeutic-journaling> [19.01.2025]
- <https://www.va.gov/WHOLEHEALTHLIBRARY/tools/therapeutic-journaling> [3.05.2025]