

MASTERARBEIT | MASTER'S THESIS

Titel | Title

Stress im Übersetzungs- und Dolmetschstudium: Eine Analyse der
Einflussfaktoren und ihrer schwerpunktspezifischen Differenzierungen

verfasst von | submitted by

Ilaria Palmisani

angestrebter akademischer Grad | in partial fulfilment of the requirements for the degree of

Master of Arts (MA)

Wien | Vienna, 2025

Studienkennzahl lt. Studienblatt |
Degree programme code as it appears on the
student record sheet:

UA 070 348 331

Studienrichtung lt. Studienblatt | Degree
programme as it appears on the student
record sheet:

Masterstudium Translation Italienisch Deutsch

Betreut von | Supervisor:

Univ.-Prof. Dr. Hanna Risku

Danksagungen

Vorrei concludere questo percorso di studi con un sentito ringraziamento a tutte le persone che mi sono state vicine e hanno creduto in me. È solo grazie a voi se sono riuscita a superare le numerose difficoltà incontrate finora e a raggiungere questo importante traguardo.

Innanzitutto, vorrei ringraziare i miei genitori e mio fratello che, in tutti questi anni, mi hanno sempre spronata e spinta a dare il meglio di me. Li ringrazio in particolar modo per avermi permesso di fare tutte le esperienze che mi hanno resa la donna che sono oggi.

Un altro ringraziamento va a tutti i miei amici, in Italia e a Vienna. A voi che mi siete sempre stati accanto, nel bene e nel male, e che mi avete dato la forza di andare avanti nei momenti più difficili riuscendo a strapparmi un sorriso. A voi che da lontano mi avete ripetuto: “Hai fatto la scelta giusta, non tornare”, e a voi che da vicino mi avete detto: “Non mollare, ci sei quasi”, da diverso tempo. Grazie per aver contribuito alla mia crescita personale.

Un ringraziamento speciale va a un piccolo gruppo di amiche: Lorenza, Sabrina, Cristina, Karen e Giada. Con loro ho condiviso questi anni di gioie e di dolori. I nostri pomeriggi passati a studiare, a ridere, a lamentarci e, ogni tanto, anche a piangere, con il pensiero fisso: “Oggi mollo” ... questo lavoro lo dedico a tutte voi. Insieme abbiamo deciso di non mollare e di andare avanti fino alla fine.

Un grazie anche alla mia relatrice, la Professoressa Hanna Risku che è riuscita a seguirmi nella stesura dell’elaborato dandomi consigli e indicazioni essenziali.

Infine, desidero ringraziare quella parte di me che mi ha permesso di intraprendere questa esperienza. La ringrazio per avermi incoraggiata a dire: “Sì, vai, è il tuo momento”, per aver scelto non la strada più semplice ma quella più complessa, piena di ostacoli e incertezze. La ringrazio perché mi ha permesso di crescere e di comprendere davvero quali sono le cose che contano nella vita. Grazie.

Questo lavoro è tutto merito vostro.

Grazie, Ilaria

Inhaltsverzeichnis

Einleitung	7
1. Grundlagen der Stressforschung	9
1.1 Stress und Körperreaktion	9
1.2 Stress und Stressoren	13
1.3 Stressmodell von Selye	14
1.4 Stressmodell von Lazarus	19
2. Stress im universitären Bereich	23
2.1 Stressoren während des Studiums	24
2.2 Prokrastination	27
2.3 Burnout	31
2.4 Coping-Strategien	33
3. Stress in der Ausbildung von ÜbersetzerInnen und DolmetscherInnen	36
3.1 Häufigste Stressoren im Translationsbereich	37
3.1.1 Fachbereich Übersetzen	39
3.1.2 Fachbereich Dolmetschen	40
3.2 Schwerpunkte des Masterstudiums Translation der Universität Wien	43
3.2.1 Fachübersetzen und Sprachindustrie	43
3.2.2 Übersetzen in Literatur, Medien und Kunst	44
3.2.3 Dialogdolmetschen	45
3.2.4 Konferenzdolmetschen	45
3.3 Analyse des Curriculums und dessen wichtigsten Stressoren	46
4. Methode und Vorgehensweise der Untersuchung	49
4.1 Qualitative Interviews	49
4.1.1 Durchführung der Interviews	50
4.1.2 Interviewleitfaden	51
4.1.3 Transkription	53
4.2 Qualitative Inhaltsanalyse	54
4.2.1 Kategorisierung	55
4.2.2 Allgemeines Modell der qualitativen Inhaltsanalysen	57
5. Ergebnisse	59
5.1 Ergebnisse nach Schwerpunkten	61
5.1.1 LMü-1: Übersetzen in Literatur Medien und Kunst	61

5.1.2	LMü-2: Übersetzen in Literatur Medien und Kunst.....	64
5.1.3	Fü-1: Fachübersetzen und Sprachindustrie	66
5.1.4	Fü-2: Fachübersetzen und Sprachindustrie	68
5.1.5	Kd-1: Konferenzdolmetschen	71
5.1.6	Kd-2: Konferenzdolmetschen	73
5.1.7	Dd-1: Dialogdolmetschen	75
5.1.8	Dd-2: Dialogdolmetschen	78
5.1.9	Sa-1: Konferenzdolmetschen	80
5.1.10	Sa-2: Fachübersetzen.....	83
5.2	Zusammenfassung der Daten	85
5.3	Interpretation der Daten	89
5.3.1	Arbeitsaufwand	89
5.3.2	Modulprüfung.....	90
5.3.3	Mangelnde Unterstützung während des Studiums	91
5.3.4	Anwesenheitspflicht und Organisation im Universitätsalltag.....	91
5.3.5	Sprachniveau, Interaktion und Feedback, Leistungsdruck.....	92
5.3.7	Limitationen der Daten.....	95
6.	Schlussfolgerungen	96
	Bibliographie.....	97
	Anhänge	105
	Anhang 1: Interviewleitfaden (Schwerpunkte)	105
	Anhang 2: Interviewleitfaden (Studienabbruch)	106
	Anhang 3: Interviewtranskript	107

Abbildungsverzeichnis

Abb. 1: Stressreaktion (adaptiert nach McLeod 2023)	10
Abb. 2: Chronischer Stress und seine Auswirkungen (adaptiert von Rolle et al. 2021: 6).....	11
Abb. 3: Das Allgemeine Adaptionssyndrom nach Selye (Reif et al. 2018: 87).....	15
Abb. 4: Stressreaktionen und -folgen (Reif et al. 2018: 88).	16
Abb. 5: Yerkes-Dodson-Gesetz (Klingenberg 2022: 14).....	18
Abb. 6: Das Transaktionale Modell von Lazarus (Reif et al. 2018: 45)	21
Abb. 7: Nicht-Aufschieber vs. Aufschieber (adaptiert nach Urban 2016).....	28
Abb. 8: The Dark Playground (adaptiert nach Urban 2016)	29
Abb. 9: Das „Panic Monster“ (adaptiert nach Urban 2016).....	30
Abb. 10: Stressors Reported by BLPs (Blumenthal et al. 2006: 479).....	38
Abb. 11: Allgemeines Ablaufmodell qualitativer Inhaltsanalyse (Kuckartz und Rädiker 2022: 106).....	57
Abb. 12: Netzdiagramm Stressoren literarisches und mediales Übersetzen	86
Abb. 13: Netzdiagramm Stressoren Fachübersetzen und Sprachindustrie	87
Abb. 14: Netzdiagramm Stressoren Dialogdolmetschen	87
Abb. 15: Netzdiagramm Stressoren Konferenzdolmetschen	88
Abb. 16: Netzdiagramm Stressoren Studienabbruch	88
Abb. 17: Netzdiagramm- Vergleich der Studienschwerpunkte	89

Tabellenverzeichnis

Tabelle 1: In den Interviews genannte Kategorien, nach Themen gruppiert.	60
Tabelle 2: LMü-1 Übersetzen in Literatur Medien und Kunst.....	62
Tabelle 3: LMü-2 Übersetzen in Literatur Medien und Kunst.....	65
Tabelle 4: Fü-1 Fachübersetzen und Sprachindustrie	67
Tabelle 5: Fü-2 Fachübersetzen und Sprachindustrie	69
Tabelle 6: Kd-1: Konferenzdolmetschen	72
Tabelle 7: Kd-2 Konferenzdolmetschen	74
Tabelle 8: Dd-1 Dialogdolmetschen	76
Tabelle 9: Dd-2 Dialogdolmetschen	79
Tabelle 10: Sa-1 Konferenzdolmetschen	81
Tabelle 11: Sa-2 Fachübersetzen.....	84
Tabelle 12: Heatmap und Legende.....	86

Einleitung

Die vorliegende Masterarbeit befasst sich mit der Untersuchung von Stress im universitären Bereich mit dem Fokus auf der Ausbildung von ÜbersetzerInnen und DolmetscherInnen. Darüber hinaus analysiert sie die psychischen Herausforderungen, denen die StudentInnen während ihres Studiums ausgesetzt sind.

Im Rahmen der folgenden empirischen Forschung ist Stress vor allem im universitären Bereich von Bedeutung, in dem die gestellten Herausforderungen und der Druck oftmals sehr stark sind. Tests, mündliche und geschriebene Prüfungen sind nur einige der Stressquellen, denen StudentInnen ausgesetzt sind. Zu diesen kommen noch viele psychologische Faktoren hinzu, unter anderen die Erwartungen von ProfessorInnen und der Eltern, der Wettbewerb zwischen KollegInnen und der Wunsch oder das Bedürfnis, hervorragende Leistungen zu erbringen, um sich eine erfolgreiche berufliche Zukunft zu sichern.

Für diese Forschungsarbeit wird der Translationsbereich herangezogen, da er durch einen doppelten kognitiven Prozess gekennzeichnet ist: laut Dengersch et al. (2020: 58) muss man in Translation erstmal ein Konzept in der Ausgangssprache verstehen, es dann umformulieren, um dieses später in der Zielsprache verständlich zu machen bzw. zu erklären. Dieser Prozess wird von Dengersch et al. (2020: 58) als „das translatorische Erklären“ bezeichnet. Dieser muss oft in kürzester Zeit erfolgen, was bei einer ungeübten Person schnell zu Stress führen kann. Erst durch eine akademische Ausbildung erwerben die StudentInnen das Fachwissen und die Kenntnisse, die sie benötigen, um später möglichst stressfrei und professionell im Bereich der transkulturellen Kommunikation arbeiten zu können (vgl. Kadrić et al. 2019: 16).

Die in der Masterarbeit enthaltene Analyse basiert auf der Struktur des Masterstudiums Translation an der Universität Wien, welches vier verschiedene Schwerpunkte aus denen die StudentInnen wählen können, umfasst: *Fachübersetzen und Sprachindustrie* bietet eine Ausbildung in der schriftlichen Übersetzung von Fachtexten; *Übersetzen in Literatur, Medien und Kunst* konzentriert sich auf die schriftliche Übersetzung von Medien und Literaturtexten; *Dialogdolmetschen* konzentriert sich auf die mündliche Übersetzung zwischen zwei oder mehreren Parteien, die unterschiedliche Sprachen sprechen und *Konferenzdolmetschen* vorbereitet sich auf das mündliche Übersetzen im Rahmen von Versammlungen, Kongressen oder Konferenzen (vgl. Zentrum für Translationswissenschaft o.J).

Das Ziel der Analyse besteht darin, die häufigsten Stressfaktoren zu ermitteln und zu untersuchen, besonders inwieweit deren Intensität je nach gewähltem Schwerpunkt variiert. Zur

Durchführung dieser empirischen Forschung wird die folgende Forschungsfrage gestellt: *Welche spezifischen Faktoren tragen zum Stress von angehenden ÜbersetzerInnen und DolmetscherInnen während ihres Universitätsstudiums bei, und wie unterscheiden sich diese Stressoren je nach gewähltem Schwerpunkt innerhalb des Studiums?* und die folgende Hypothese formuliert: *Der Stress von Studierenden der Translationswissenschaft variiert aufgrund der unterschiedlichen Anforderungen und Herausforderungen, die mit ihren jeweiligen Schwerpunkten innerhalb des Studiums einhergehen.*

Was die Struktur der Masterarbeit betrifft, besteht diese Forschungsarbeit aus fünf Hauptkapiteln. Die ersten drei befassen sich mit dem theoretischen Teil der Untersuchung, d. h. mit dem Stresskonzept, den Stressforschungen und -modellen sowie dem Stress im universitären Bereich, der hauptsächlich in der Translationswissenschaft verortet ist. In Kapitel vier wird der empirische Teil der Untersuchung vorgestellt. Dabei werden die Methodik und das Vorgehen der Analyse beschrieben. In dieser Forschung werden qualitative Interviews als zentrale Methode eingesetzt, um Einblicke in die Gedanken, Meinungen und Erfahrungen von StudentInnen zu erhalten. Insbesondere ermöglichen sie es, die Motivationen zu untersuchen, die ihre Entscheidungen und ihr Verhalten bestimmen. Die gesammelten Daten werden einer qualitativen Inhaltsanalyse unterzogen. Für diese Analyse werden verschiedene Kategorien identifiziert, die den in den Interviews am häufigsten genannten Stressoren entsprechen. Anschließend wird untersucht, ob diese Stressoren in bestimmten Studienschwerpunkten mehr oder weniger Auswirkungen als in anderen haben und, ob es zwischen den verschiedenen Schwerpunktbereichen Ähnlichkeiten oder Unterschiede in der Stresswahrnehmung gibt. Kapitel fünf ist den Ergebnissen gewidmet. In diesem Sinne wird für jedes Interview eine Tabelle erstellt, in der die wichtigsten Informationen zusammengefasst und anschließend kurz kommentiert werden. Am Ende folgt die Analyse der Daten. Das letzte Kapitel hebt die wichtigsten Beiträge und Schlussfolgerungen der Untersuchung hervor. Es folgen die Anhänge mit dem Interviewleitfaden und den vollständigen Transkripten. In diesen kann man die Antworten der TeilnehmerInnen und die angewandte Methodik vertiefen.

1. Grundlagen der Stressforschung

Stress ist Gegenstand zahlreicher wissenschaftlicher Studien und Forschungen (vgl. Klingenberg 2022: 3), nicht nur wegen seiner alltäglichen Präsenz im Leben der Menschen, sondern auch aufgrund der gesundheitlichen Auswirkungen, die dieser verursachen kann (vgl. Kaluza 2007: 58f.). Hans Selye, der Pionier der Stressforschung, bezeichnete Stress als „die Würze des Lebens“ (Rochette et al. 2023: 310), d. h. als etwas Essenzielles, das in übermäßiger Dosis jedoch schädlich ist. In einem gewissen Maße kann Stress als besonderer Anreiz für den Einzelnen wirken. In schwierigen Situationen kann dieser helfen, die Konzentration aufrechtzuerhalten und Höchstleistungen zu erbringen (vgl. Stewart 1975: 65). Bleibt das Stressniveau jedoch konstant hoch oder steigt es weiter an, kann es gefährlich werden (vgl. Stewart 1975: 65).

„Stress“ wird von dem lateinischen Wort „*strictus*“ abgeleitet. Dieses ist mit dem deutschen Verb „strangulieren“ verwandt und ruft Bilder des Erstickens hervor (vgl. Rusch 2019: 5). Stress ist jedoch nicht immer mit einer immanenten Gefahr verbunden. Häufig wird er durch psychologische und soziale Faktoren wie beruflichen sowie akademischen Druck, familiäre Sorgen oder auch persönliche Erwartungen ausgelöst (vgl. Reif et al. 2018: 2). Die Wahrnehmung von Stress variiert stark, da jeder Mensch unterschiedlich auf solche Situationen reagiert. Während einige ihn als Antrieb für persönliches Wachstum und Verbesserung schätzen, empfinden andere ihn als bedrückend (vgl. Rusch 2019: 6).

Der Begriff Stress wurde vom Hans Selye (1907-1982) in den Bereichen der Medizin und der Psychologie eingeführt (vgl. Rusch 2019: 13). Selye definierte Stress als „die unspezifische Reaktion des Körpers auf jede Anforderung, die an ihn gestellt wird“ (Selye 1974: 58). Unser Körper reagiert auf verschiedene Reize, physischer oder psychischer Natur, durch die Aktivierung eines Alarmmechanismus. Dieser bereitet uns darauf vor, angemessen auf die jeweilige Stresssituation zu reagieren und damit umzugehen (vgl. Kaluza 2007: 26).

1.1 Stress und Körperreaktion

Biologische Prozesse und Reaktionen bestimmen, wie wir auf Herausforderungen und Bedrohungen reagieren (vgl. Rusch 2019: 47). In herausfordernden Situationen hat der Körper im Wesentlichen zwei Möglichkeiten zu reagieren: Kampf oder Flucht. Das autonome Nervensystem (ANS) verarbeitet diese Informationen und entscheidet, ob Konfrontation oder Flucht für das Überleben und das Wohlbefinden des Individuums wichtiger ist (vgl. Rusch 2019: 46). Walter Cannon (1871–1945) prägte den Ausdruck „*Fight-or-Flight*“ (Kampf- oder

Fluchtreaktion), um den Vorgang zu beschreiben, bei dem der Körper auf eine passende Reaktion vorbereitet wird (vgl. Gilbert und Gilbert 2003: 173). Eine Steigerung des Herzschlags des Blutdrucks und der Körpertemperatur können durch den Ausschuss von Adrenalin und Cortisol ausgelöst werden, um die Reaktionsfähigkeit des Körpers zu optimieren, damit dieser auf die Bedrohung reagieren kann (vgl. Herman und Ulrich-Lai 2009: 398).

Solche physiologischen Veränderungen sind von Natur aus anpassungsfähig. Sie ermöglichen es Menschen und Tieren, schnell auf unmittelbare Bedrohungen zu reagieren (vgl. Kaluza 2007: 22). Die „Kampf- oder Fluchtreaktion“ erhöht die Wachsamkeit, schärft die Aufmerksamkeit und verbessert die körperliche Leistungsfähigkeit, um das Individuum auf drohende Gefahren vorzubereiten (vgl. Cannon 1932: 864).

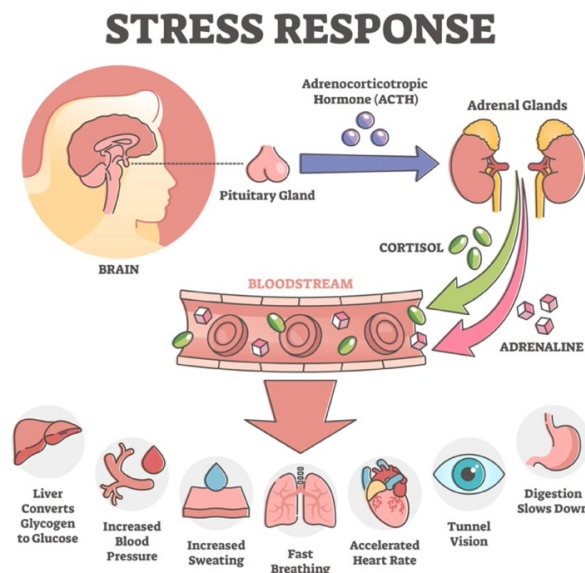


Abb. 1: Stressreaktion (adaptiert nach McLeod 2023)

Die Abbildung zeigt die physiologische Reaktion des menschlichen Körpers auf Stress: das Gehirn aktiviert über die Hypophyse die Nebennieren zur Freisetzung von Adrenalin und Cortisol in den Blutkreislauf (vgl. Kaluza 2007: 35). Diese Hormone lösen eine Reihe von Körperreaktionen aus, darunter eine erhöhte Herzfrequenz, ein erhöhter Blutdruck, eine verstärkte Atmung und vermehrtes Schwitzen. Gleichzeitig werden Funktionen wie die Verdauung verlangsamt, um den Körper auf die Reaktion vorzubereiten (vgl. Klingenberg 2022: 16f.).

Die akute Stressreaktion ist in kurzfristigen Situationen vorteilhaft (vgl. Klingenberg 2022: 11). Wenn Stress chronisch wird, das heißt, wenn die Bedrohung bzw. Belastung länger anhält, steigt der Spiegel von Cortisol und anderen Stresshormonen, die wiederum verschiedene

physiologische Systeme schädigen können (vgl. Rusch 2019: 49ff.). Chronischer Stress kann Herz-Kreislauf-Erkrankungen wie Bluthochdruck und Atherosklerose sowie von Stoffwechselstörungen wie Diabetes verursachen (vgl. Kaluza 2007: 45ff.). Ebenfalls können potenzielle Schädigungen das Gehirn betreffen: insbesondere den Hippocampus (vgl. Kaluza 2007: 37f.), der für das Gedächtnis zuständigen Gehirnregion (vgl. Eichenbaum et al. 1992: 2). Dieser ist bei längerer Belastung durch das Stresshormon Cortisol besonders anfällig. Insbesondere kann eine chronische oder langfristige Stressreaktion den Hippocampus stark schädigen, was zu einer Beeinträchtigung der kognitiven Funktionen führt (vgl. Kaluza 2007: 37f.). Mit anderen Worten, es wird immer schwieriger, Informationen zu speichern und sich an sie zu erinnern.

Langfristig erhöht diese Veränderung das Risiko, an neurodegenerativen Krankheiten wie Alzheimer zu erkranken, und kann auch zu Stimmungsstörungen führen, wie beispielsweise Angst und Depression, wodurch es schwieriger wird, mit Emotionen und zukünftigen Stresssituationen umzugehen (Lupien et al. 2009: 436).

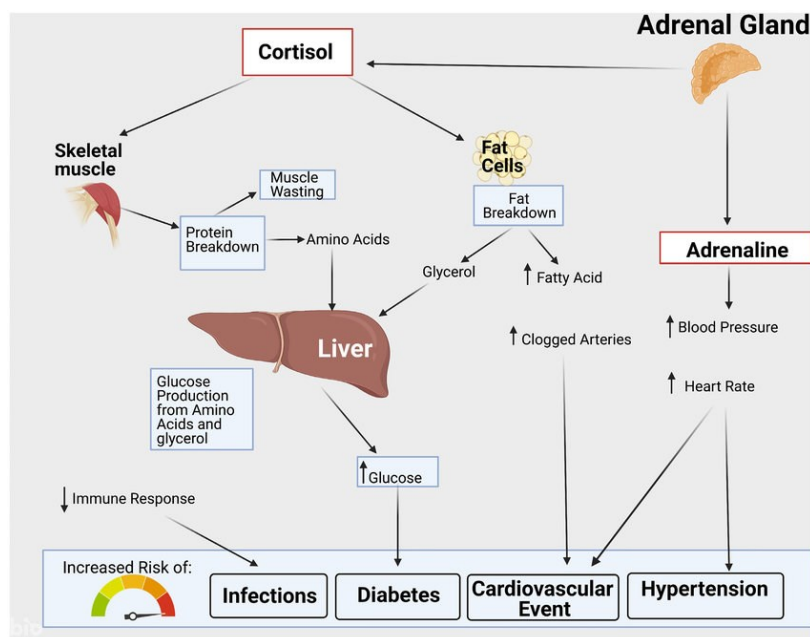


Abb. 2: Chronischer Stress und seine Auswirkungen (adaptiert von Rolle et al. 2021: 6)

Abbildung 2 beschreibt die Auswirkungen von Cortisol und Adrenalin auf den menschlichen Körper. Cortisol baut Proteine und Fette ab, um Glukose zu produzieren, schwächt das Immunsystem und erhöht das Risiko von Infektionen, Diabetes und Herz-Kreislauf-Erkrankungen (Lupien et al. 2009: 436). Gleichzeitig erhöht Adrenalin den Blutdruck und die

Herzfrequenz, was die kardiovaskuläre Gesundheit beeinträchtigen kann (Lupien et al. 2009: 436).

Die Interaktion zwischen physischen und psychischen Stressoren hat zu einem neuen Forschungsfeld geführt, das als Psycho-Neuro-Immuno-Endokrinologie (PNIE) bekannt ist. Dieses untersucht, wie Stress das Nerven-, Immun- und Hormonsystem beeinflusst und sich wiederum auf die allgemeine Gesundheit auswirkt (vgl. Bottaccioli et al. 2019: 31f.). Dieser Bereich betont die komplexen Verbindungen zwischen Geist und Körper und zeigt die tiefgreifenden Auswirkungen, die chronischer Stress sowohl auf das körperliche als auch auf das psychische Wohlbefinden haben kann (vgl. Bottaccioli et al. 2019: 39).

Der Körper reagiert nicht nur in wirklichen Gefahrensituationen auf Stress, sondern auch in Momenten, die keine wahre Bedrohung für unseren Körper oder unserer Leben darstellen (vgl. Reif et al. 2018: 46), wie z. B. im akademischen Umfeld, das der Schwerpunkt dieser Studie ist. Während des Studiums sind die Studierenden ständigem Druck ausgesetzt, der zu anhaltendem Stress führen kann, was negative Folgen für das Gedächtnis, die Aufmerksamkeit und ganz allgemein für das psychische Wohlbefinden hat (vgl. Yaribeygi et al. 2017: 1060f.).

Trotz der bisher beschriebenen schädlichen Folgen von Stress, wie z. B. dem Risiko, Krankheiten zu entwickeln oder das Gedächtnis einer Person zu beeinflussen, kann dieser auch als Mittel zur persönlichen Weiterentwicklung betrachtet werden (vgl. Kaluza 2007: 166). Moderater Stress, besonders wenn ihm eine Erholungsphase folgt, kann die neuronale Plastizität, d.h. die Fähigkeit des Gehirns, neue Verbindungen zu bilden, optimieren. Diese Fähigkeit ist für das Erinnern sowie das Erlernen neuer Fakten und für das Gedächtnis entscheidend, da sie dem Gehirn hilft bzw. es darauf trainiert sich neuen Informationen anzupassen (vgl. Yaribeygi et al. 2017: 1060f.). Wer sich zum Beispiel beim Lernen für Prüfungen gestresst fühlt, kann sich besser konzentrieren und gelernte Inhalte wiedergeben, doch dies gilt nur solange der Stress moderat und nicht zu überwältigend ist (vgl. Buchenau und Lehmann 2021: 42f.).

Die oben beschriebene physiologische Stressreaktion bildet die Grundlage dieser Forschung, da sie zeigt, wie kurz- und langfristiger Stress das Leben eines Menschen beeinflussen kann. Insbesondere im akademischen Kontext kann er sich positiv oder negativ auf die Leistung der Studierenden und ihr psychisches Wohlbefinden auswirken. Nach der Darstellung dieser Mechanismen ist es wichtig, die Art und Weise zu untersuchen, wie sich Stress auf das Universitätsleben auswirkt. Dabei wird analysiert, welche Stressoren die akademische Leistung und die psychische Gesundheit der Studierenden beeinflussen.

1.2 Stress und Stressoren

Stress ist ein ständiger Begleiter, der das körperliche und geistige Wohlbefinden beeinträchtigen kann, oft ohne, dass man es bewusst bemerkt (vgl. Rusch 2019: 5). Wie bereits erwähnt wurde, kann kurzfristiger Stress tatsächlich die Konzentration, die Wachsamkeit und die Reflexe verbessern. Wenn er jedoch ein dauerhafter Teil des täglichen Lebens wird, kann er zu einem ernsthaften Gesundheitsrisiko für die menschliche Gesundheit werden (vgl. Rusch 2019: 49). Ständiger Druck, das Gefühl, immer Erwartungen erfüllen zu müssen, oder das Gefühl, den Anforderungen nicht gewachsen zu sein, können zu chronischem Stress führen (vgl. Reif et al. 2018: 84). Auf lange Sicht kann dieses Gefühl ständiger Alarmbereitschaft die Gesundheit gefährden und das Risiko erhöhen, unter Angststörungen oder Depressionen zu leiden (vgl. Rusch 2019: 51).

Heutzutage sind viele Menschen chronischem Stress ausgesetzt, da sie ständig mit beruflichen Herausforderungen und Druck konfrontiert sind (vgl. Klingenberg 2022: 1f.). Die Ursachen sind vielfältig und werden „Stressoren“ oder „Stressauslöser“ genannt (vgl. Szabo et al. 2012: 474). „Stressoren können aus unterschiedlichen Quellen stammen: aus der Person, aus deren sozialem Umfeld, aus der physikalisch-technologischen Umwelt oder auch aus kulturellen Gegebenheiten“ (Reif et al. 2018: 15). Dank dieser Aussage wird verständlich, wie Stress das Leben des Individuums in verschiedenen Bereichen entscheidend beeinflussen kann. Einige Stressoren betreffen die Person selbst und sind auf Gedanken, Erwartungen oder körperliche bzw. gesundheitliche Bedingungen zurückzuführen (vgl. Reif et al. 2018: 15f.). Im akademischen Kontext sind Beispiele dafür Unsicherheit, Angst und ein gewisser Hang zum Perfektionismus (vgl. Rusch 2019: 71). Diese können die Wahrnehmung von Stress verstärken und zu Situationen mit hohem Druck führen können. (vgl. Reif et al. 2018: 16). Andere Stressoren kommen aus dem sozialen Umfeld, z.B. familiärer oder beruflicher Druck, fehlende emotionale Unterstützung oder auch innergesellschaftliche Konflikte (vgl. Reif et al. 2018: 16f.). Im akademischen Bereich können die familiären Erwartungen, die Anforderungen der ProfessorInnen und eine fehlende emotionale Unterstützung das Gefühl von Isolation in den Studierenden verstärken und sich negativ auf ihr Wohlbefinden und ihre Motivation auswirken (vgl. Klingenberg 2022: 35). Auch die physische und technologische Umgebung kann eine Quelle von Stress sein: überfüllte Räume, übermäßiger Lärm und ständige Nutzung digitaler Geräte sind Beispiele dafür, wie die Umgebung das Wohlbefinden des Einzelnen beeinflussen kann (vgl. Kaluza 2007: 60). Dabei spielen auch kulturelle Faktoren eine wichtige Rolle: soziale Normen, kultureller Druck und Erwartungen an das Verhalten, können Stress verursachen, vor

allem wenn man Anpassungsschwierigkeiten hat oder mit solchen Erwartungen in Konflikt gerät (vgl. Reif et al. 2018: 16f.). Insbesondere im akademischen Bereich ist dieser Aspekt von großer Bedeutung, da die Studierenden zahlreichen sozialen und kulturellen Erwartungen gerecht werden müssen (vgl. Kaluza 2007: 63f.). Ein Beispiel dafür ist die Voraussetzung, Berufserfahrung zu haben, um Zugang zur Arbeitswelt zu erhalten. Diese Anforderung zu erfüllen, ist jedoch kompliziert, da die Studierenden, um arbeiten zu können, notwendigerweise weniger Zeit dem Studium widmen müssen, mit dem Risiko, nicht zu wissen, auf welche Aspekte sie sich konzentrieren sollen.

Was diese unterschiedlichen Stressoren gemeinsam haben, ist, dass sie das Individuum stark beeinflussen und, je nach Intensität und Dauer großen zusätzlichen Druck verursachen können (vgl. Klingenberg 2022: 11). Stress und seine Ursachen werden seit vielen Jahren in zahlreichen wissenschaftlichen Studien untersucht. Zu den wichtigsten Beiträgen in diesem Bereich gehören die Theorien und Modelle von Hans Selye (1946), der den physiologischen Aspekt von Stress betont, und Richard Lazarus (2012), der sich auf die subjektive Wahrnehmung von Stressoren konzentriert (vgl. Burisch 2013: 81f.). Eine Analyse der verschiedenen Modelle ist von grundlegender Bedeutung, um festzustellen, welches am besten auf den universitären Kontext von ÜbersetzerInnen und DolmetscherInnen anwendbar ist.

1.3 Stressmodell von Selye

Hans Selye, der „Vater“ der Stressforschung, wurde 1907 in Wien geboren (vgl. Breitenbach et al. 2023: 23). Er übernahm nach einem Medizinstudium in Prag die Stressforschung und wurde schließlich einer der Pioniere in diesem Bereich (vgl. Tan und Yip 2018: 170f.). Schon während seiner Ausbildung fiel ihm auf, dass viele PatientInnen, obwohl sie an unterschiedlichen Krankheiten litten, ähnliche Symptome wie Müdigkeit, Appetitlosigkeit, Muskel- und Darmbeschwerden aufwiesen (vgl. Selye 1956: 14ff.). Selye fragte sich daher, wie es möglich war, dass verschiedene PatientInnen in unterschiedlichen Situationen auf die gleiche Weise reagieren konnten. Auf der Suche nach einer wissenschaftlichen Erklärung beschäftigte er sich intensiv mit Stress, dessen Auslösern (Stressoren), und den Auswirkungen, die er auf den Menschen hat (Stressreaktionen) (vgl. Reif et al. 2018: 11). Auf dieser Grundlage entwickelte er das berühmte Modell des Allgemeinen Adaptationssyndroms (*General Adaptation Syndrome* – GAS) (vgl. Breitenbach et al. 2023: 24f.).

Dieses Modell besteht aus drei Phasen: Alarmreaktion, Widerstand und Erschöpfung (vgl. Reif et al. 2018: 87). In der ersten Phase, der Alarmreaktion, erkennt der Körper einen Stressor und bereitet sich darauf vor, angemessen auf diesen zu reagieren, indem er mehr

Hormone wie z.B. Adrenalin produziert. Diese Hormone bereiten den Körper auf die Reaktion vor, indem sie den Herzschlag, den Blutdruck und die Wachsamkeit des Einzelnen erhöhen (vgl. Rusch 2019: 14). Hält der Stress an, tritt der Körper in die Widerstandsphase ein. In dieser versucht er, sich an den Stressor anzupassen und eine Art Gleichgewicht wiederherzustellen (vgl. Klingenberg 2022: 15). Der Körper verbraucht viel Energie, um die Stresssituation zu bewältigen, was bei andauerndem Stress zur Ermüdung des Individuums führt (vgl. Reif et al. 2018: 87f.) Die letzte Phase, die Erschöpfungsphase, entsteht nur, wenn der Stress weiter anhält und der Organismus ihn nicht bewältigen oder kein Gleichgewicht finden kann. Sie wird als Erschöpfung bezeichnet, weil die Energiereserven erschöpft sind (vgl. Rusch 2019: 14). Diese Erschöpfung kann körperlich oder geistig sein und, wenn sie chronisch wird, kann sie Krankheiten verursachen (vgl. Klingenberg 2022: 15).

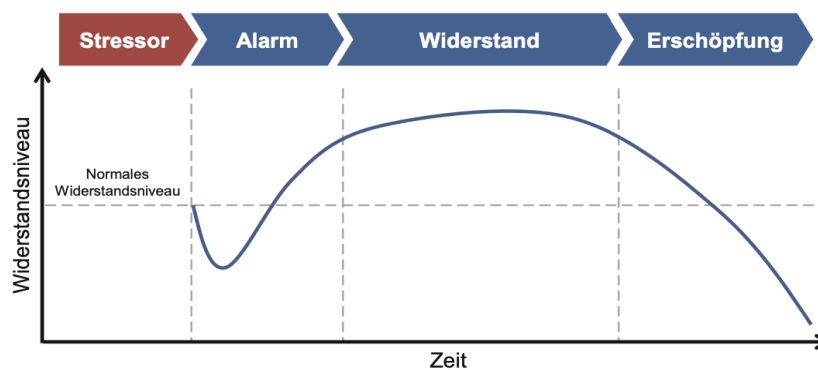


Abb. 3: Das Allgemeine Adaptionssyndrom nach Selye (Reif et al. 2018: 87)

Auf der vertikalen Achse dieser Grafik sieht man, wie das Widerstandsniveau bzw. die Widerstandsfähigkeit des Organismus gegenüber Stress variiert. Auf der horizontalen Achse wird die Zeit dargestellt, die vergeht, während der Organismus einem Stressor ausgesetzt ist (vgl. Klingenberg 2022: 15). Sobald ein Stressor auftaucht, verändert sich das Widerstandsniveau des Körpers (vgl. Reif et al. 2018: 87). In der Alarmphase sinkt dieses Niveau unter den Normalwert, weil der Körper von der Anwesenheit eines Stressors überrascht wird. In der zweiten Phase versucht der Körper, sich an den Stressor anzupassen, wodurch die Widerstandsfähigkeit über den Normalwert hinaus ansteigt. Wenn der Stress anhält, bleibt der Organismus über einen längeren Zeitraum in einem Widerstandszustand. Dies führt zur Erschöpfung der Energiereserven (Erschöpfungsphase) und zu einem Absinken des Resistenzniveaus unter den Normalwert (vgl. Klingenberg 2022: 15). Das Modell von Selye stellt die Anpassungsphasen an den Stress klar dar und zeigt die Risiken, die mit langanhaltendem, nicht bewältigtem Stress verbunden sind (vgl. Kaluza 2007: 4).

Die folgende Abbildung (s. Abb. 4) gibt einen Überblick über typische Stressreaktionen und ihre kurz- und langfristigen Auswirkungen auf verschiedene Aspekte der körperlichen, geistigen und emotionalen Gesundheit. Auf körperlicher Ebene führt kurzfristiger Stress beispielsweise zu einem Anstieg des Blutdrucks und der Herzfrequenz, während langfristiger Stress das Immunsystem schwächen und Herz-Kreislauf-Probleme verursachen kann (vgl. Reif et al. 2018: 88). Auf psychischer und emotionaler Ebene kann akuter Stress zu Angst, Irritabilität und geistiger Erschöpfung führen, während chronischer Stress zu Depressionen, Frustration und Burnout führt (vgl. Reif et al. 2018: 88). Auch das menschliche Verhalten wird stark durch Stress beeinflusst: kurzfristiger Stress kann Konzentrationsschwierigkeiten und Ungeduld verursachen, während langfristiger Stress zu sozialen Konflikten und Drogenmissbrauch führen kann (vgl. Reif et al. 2018: 88).

■ Tab. 7.2 Stressreaktionen und -folgen		
	Kurzfristige Stressreaktionen	Langfristige Stressfolgen
Körper	– Ausschüttung von „Stresshormonen“ (Adrenalin, Noradrenalin) – Erhöhung des Blutdrucks – Erhöhung der Herzfrequenz – Schnellere Atmung – Drosselung der Verdauung – Stärkere Versorgung von Muskeln mit Sauerstoff – Abgabe von gespeichertem Zucker ins Blut – Weitung der Pupillen – „Gänsehaut“	– Schwächung des Immunsystems – Erkrankungen des Herz-Kreislaufsystems – Magenprobleme
Denken und Fühlen	– Abschwächung des Schmerzempfindens – Ängstlichkeit, innere Unruhe – Ärger – Gereiztheit, Anspannung, Nervosität – Psychische Ermüdung	– Langfristige Ängstlichkeit – Langfristiger Ärger – Frustration – Ermüdungs-, Monotonie- und Sättigungsgefühle – Resignation – Depressivität – Arbeitsunzufriedenheit – Burn-out
Verhalten	– Nachlassen der Konzentration – Leistungsschwankungen – Fehler, Fehlhandlungen – Schlechte sensomotorische Koordination – Hastigkeit – Ungeduld	– Fehlzeiten, Absentismus – (Innere) Kündigung – Leistungsverweigerung – Negatives Gesundheitsverhalten (Rauchen, Alkohol- und Medikamentenkonsum) – Einschränkungen des Freizeitverhaltens – Erhöhte Reizbarkeit – Konflikte, Streit, Aggression gegen andere – Einschränkungen der sozialen Kontakte, Rückzug und Isolierung

Abb. 4: Stressreaktionen und -folgen (Reif et al. 2018: 88).

Diese Daten zeigen deutlich, wie sich eine unzureichende Stressbewältigung auf alle Aspekte des täglichen Lebens auswirken kann, mit negativen Auswirkungen sowohl auf die Gesundheit als auch auf die Qualität der sozialen Beziehungen.

Die Entdeckung des allgemeinen Anpassungssyndroms hat aufgezeigt, wie unspezifisch der Organismus auf verschiedene Arten von Stress reagiert (vgl. Kaluza 2007: 23). Zusätzlich zu diesem Modell (GAS) hat Selye bedeutende Beiträge zum Verständnis von Stress und seiner Auswirkungen auf die menschliche Gesundheit geleistet (vgl. Klingebner 2022: 14). Bereits zu Selyes Zeiten wurde erkannt, dass Stress ein ständiger Bestandteil des menschlichen Lebens ist und dieses sowohl positiv als auch negativ beeinflussen kann (vgl. Breitenbach et al. 2023: 29). Selye stellte fest, dass Menschen je nach Beschaffenheit der Situation zwei Arten von Stress erleben können: den positiven Eustress oder den negativen Distress (vgl. Klingenberg 2022: 14). Während Eustress als „gutartiger und meist angenehm empfundener Stress“ beschrieben wird (Selye 1974: 194), der motivierend wirkt und die Leistungsfähigkeit steigern kann (vgl. Reif et al. 2018: 10), wird Distress als „schädlicher und grundsätzlich unangenehmer Stress“ (Selye 1974: 193) betrachtet, der das Wohlbefinden beeinträchtigt und zu gesundheitlichen Problemen führen kann (vgl. Reif et al. 2018: 10). Die Art und Wahrnehmung der Situation bestimmen, welcher der beiden Stressarten ausgelöst bzw. erlebt wird (vgl. Klingenberg 2022: 14).

Im Fall von Eustress hat die betreffende Person das Gefühl, dass sie die Herausforderung mit den ihr zur Verfügung stehenden Ressourcen bewältigen kann, wenn auch mit einiger Anstrengung (vgl. Rusch 2019: 6). Diese Art von Stress stärkt die Widerstandsfähigkeit und verbessert die Leistungsfähigkeit (vgl. Reif et al. 2018: 10). In der Regel ist diese Form von Stress mit Motivation und Engagement verbunden, da das Individuum den Stressor als Gelegenheit wahrnimmt, sich zu verbessern oder sich selbst zu übertreffen (vgl. Reif et al. 2018: 10). So kann beispielsweise eine berufliche Beförderung, ein anspruchsvolles Projekt oder ein wichtiges Lebensereignis Eustress erzeugen und die Leistung und Zufriedenheit steigern.

Im Gegensatz dazu entsteht Distress, wenn die Anforderungen einer Situation die Bewältigungsressourcen des Individuums übersteigen, was zu Überforderung führt (vgl. Reif et al. 2018: 10). Diese Art von Stress wird häufig von Angst und Frustration begleitet und kann durch verschiedene Faktoren wie z. B. anhaltenden Arbeitsdruck, Konflikte oder chronische Gesundheitsprobleme ausgelöst werden (vgl. Rusch 2019: 6).

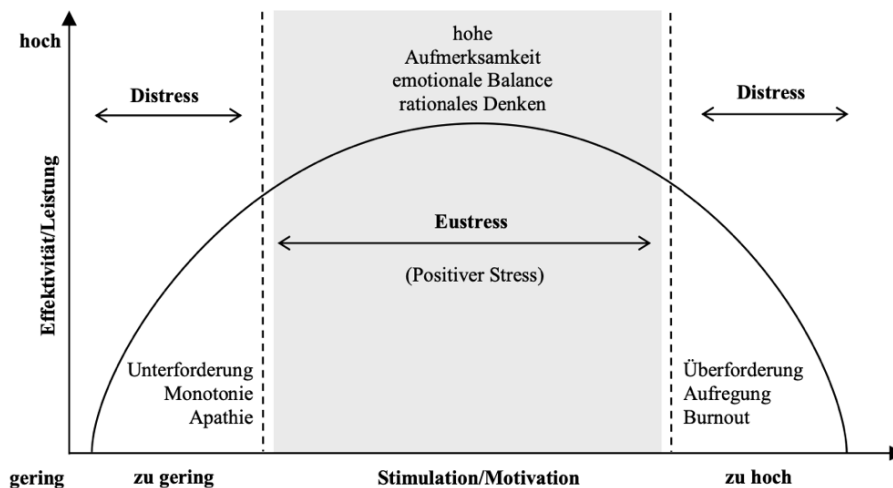


Abb. 5: Yerkes-Dodson-Gesetz (Klingenberg 2022: 14).

Nach dem in der Abbildung dargestellten Yerkes-Dodson-Gesetz wird die maximale Leistung erreicht, wenn der erlebte Druck für die zu leistende Arbeit angemessen ist (vgl. Klingenberg 2022: 14f.). SportlerInnen benötigen z.B. vor einem Wettbewerb ein gewisses Maß an Adrenalin, um sich konzentrieren und gute Leistungen erbringen zu können, ebenso wie StudentInnen bessere Leistungen erbringen, wenn sie vor einer Prüfung leicht nervös sind. Wenn dies übermäßig wird, könnte es ihre Leistung beeinträchtigen (vgl. Kaluza 2007: 90).

Der Begriff „Distress“ wird in der Literatur häufiger diskutiert als der Begriff „Eustress“. Dies liegt daran, dass Distress, der mit negativen Auswirkungen auf Gesundheit und Wohlbefinden in Verbindung gebracht wird, mehr wissenschaftliche Aufmerksamkeit auf sich gezogen hat (vgl. Reif et al. 2018: 10). Menschen neigen dazu, sich an negative Ereignisse zu erinnern und ihnen mehr Gewicht zu geben als den positiven (vgl. Kaluza 2007: 89). Dieser Mechanismus führt oft dazu, dass Menschen Stress hauptsächlich mit „Distress“ in Verbindung bringen und dabei die Existenz von positivem Stress („Eustress“) vernachlässigen. Die ständigen Veränderungen sowohl im Arbeitsumfeld als auch im täglichen Leben setzen Menschen unter Druck und zwingen sie, sich immer wieder und schnell an neue Situationen, Technologien und Erwartungen anzupassen. Dieses instabile Szenario kann Unsicherheit und Angst hervorrufen, was es schwer macht, ein psychologisches Gleichgewicht und ein gesundes Stressmanagement aufrechtzuerhalten (vgl. Klingenberg 2022: 5).

Diese Überlegungen lassen sich auch auf das Studium übertragen, das im Fokus dieser wissenschaftlichen Untersuchung steht. Studium und Universitätsleben sind oft mit stressigen Situationen verbunden. Im Fall von Eustress werden Prüfungen als machbar oder motivierend empfunden; Distress tritt hingegen auf, wenn die akademischen Anforderungen zu hoch

werden, beispielweise bei hoher Studienbelastung, knappen Fristen oder Schwierigkeiten, Privatleben und Studium vereinbaren zu können.

Auch im akademischen Bereich wird Stress oft eher negativ als positiv wahrgenommen. StudentInnen sind oft mit hohen Erwartungen, Fristen und Leistungsdruck konfrontiert, was zu Überforderung führen kann (vgl. Hystad et al. 2009: 421). Die Stresswahrnehmung der StudentInnen entspricht eher der negativen Definition von Klaner (1998: 9) „Stress [ist] ein Begriff, der bei jedem Studenten Unbehagen auslöst. Er scheint hinter jeder Ecke zu lauern und nur eins zum Ziel zu haben, nämlich ihnen das Leben schwer zu machen“ als der positiven von Kaluza (2007: 42) „Stressoren stellen Gelegenheiten oder Aufforderungen zum Lernen dar. Sie ermöglichen [eine] Entwicklung“. Das liegt an persönlichen und kulturellen Erfahrungen und dem derzeitigen akademischen Umfeld, das dazu neigt, die belastenden Aspekte von Stress zu betonen, anstatt ihn als Anreiz zu betrachten (vgl. Hystad 2009: 421f.).

Selyes Forschung hilft uns zu verstehen, wie der Körper psychisch und physisch mit Stress umgeht und welche Folgen ein falscher Umgang mit Stress für die körperliche, geistige und emotionale Gesundheit hat. Er legte den Grundstein dafür, dass Stress nicht nur negativ (Distress), sondern auch positiv (Eustress) wahrgenommen werden kann.

1.4 Stressmodell von Lazarus

Hans Selye gilt als „Vater“ der Stressforschung (vgl. Klingenberg 2022: 14). Sein Anpassungsmodell (GAS) lieferte den Grundstein für ebendiese, ließ jedoch Raum für Weiterentwicklung. Das liegt daran, dass Selyes Modell eine allgemeine physiologische Reaktion auf Stress beschreibt, ohne die individuellen Unterschiede in der Stresswahrnehmung zu berücksichtigen (vgl. Lazarus 1966: 3). Sein Ansatz betrachtet die universelle Reaktion des Körpers auf verschiedene Stresssituationen, anstatt jene psychologischen Faktoren zu berücksichtigen, die beeinflussen können, wie eine Person Stress erlebt und damit umgeht (vgl. Rusch 2019: 66).

Zahlreiche WissenschaftlerInnen haben die Stressforschung weiterentwickelt, indem sie sich auf die subjektiven Reaktionen des Einzelnen auf Stress konzentrierten: Richard Lazarus hat dabei eine zentrale Rolle gespielt (vgl. Burisch 2017: 82). Lazarus weist auf die Forschungen von Selye hin und erweitert sie durch die Bedeutung der Individualität des Menschen (vgl. Lazarus 1999: 52f.). Laut Lazarus ist die Wahrnehmung von Stress eng mit der Person verknüpft, da jeder Mensch einzigartig auf belastende Ereignisse reagiert (vgl. Bernhard und Wermuth 2011: 35). Ein Stressor wird also nicht als solcher betrachtet, weil er im Körper verbleibt oder weil er als intensiv wahrgenommen wird, sondern weil er von der Person als

solcher empfunden wird (vgl. Rusch 2019: 15). Lazarus argumentiert, dass Stress auftritt, wenn äußere Anforderungen die Fähigkeiten eines Individuums übersteigen oder eine Herausforderung darstellen. In diesem Zusammenhang ist die subjektive Bewertung der Situation durch das Individuum entscheidend (vgl. Reif et al. 2018: 44). Eine stressige Erfahrung für eine Person hat möglicherweise nicht dieselbe Wirkung auf eine andere. Das liegt an individuellen Unterschieden in der Wahrnehmung, den verfügbaren Ressourcen und den Bewältigungsstrategien (vgl. Klingenberg 2022: 40f.).

Diese Überlegungen führten Lazarus zur Entwicklung des Transaktionalen Stressmodells. Lazarus' Transaktionales Modell erklärt, wie man stressige Situationen bewertet und darauf reagiert (vgl. Klingenberg 2022: 40f.). Das Modell ist in drei Phasen aufgeteilt: primäre Bewertung, sekundäre Bewertung und Neubewertung (vgl. Lazarus 2012: 204). Der Prozess beginnt mit der Interaktion zwischen Individuum und Umwelt, in der das Individuum äußere Reize oder Anforderungen wahrnimmt (vgl. Klingenberg 2022: 76). Bei der primären Bewertung kann der Stimulus auf drei Arten wahrgenommen werden: erstens als irrelevant, d. h. ohne Einfluss zweitens als positiv, d. h. als Chance oder drittens als belastend, d. h., dass er als Bedrohung klassifiziert wird (vgl. Reif et al. 2018: 46). Wird der Reiz als belastend empfunden, kann er in drei weitere Kategorien unterteilt werden: erstens als Verlust, d. h. etwas, das bereits eingetreten ist, zweitens als Bedrohung, die einen potenziellen zukünftigen Schaden darstellt, oder drittens als Herausforderung, die eine Chance für Wachstum bietet (vgl. Klingenberg 2022: 41). Bei der sekundären Bewertung analysiert die Person ihre eigenen Bewältigungsfähigkeiten (vgl. Reif et al. 2018: 46). Die Person bewertet die Gefahrensituation und entscheidet in Abhängigkeit von den verfügbaren Ressourcen und der Umgebung, wie und wann zu reagieren ist (vgl. Klingenberg 2022: 41f.). Auf der Grundlage dieser Einschätzungen werden Bewältigungsstrategien entwickelt und umgesetzt (vgl. Reif et al. 2018: 46). Die Neubewertung, die letzte Stufe des Lazarus-Modells, besteht darin, die Situation neu zu überprüfen und zu bewerten, um den Stress zu verringern. In dieser Phase werden die Ereignisse neu analysiert und bewertet, um die Wahrnehmung der Bedrohung zu verringern und sie für den Einzelnen besser handhabbar und bewältigbar zu machen (vgl. Klingenberg 2022: 42).



Abb. 6: Das Transaktionale Modell von Lazarus (Reif et al. 2018: 45)

Wie in der Abbildung dargestellt, ermöglicht die Neubewertung dem Einzelnen die belastende Situation zu bewältigen. Dieser Prozess verläuft jedoch nicht immer schnell und kann daher zu kurzfristigen emotionalen und psychologischen Reaktionen führen (vgl. Klingenberg 2022: 78). In manchen Fällen dauert die Stressbewältigung länger, was das persönliche Wohlbefinden und die sozialen Beziehungen beeinträchtigen kann (vgl. Reif et al. 2018: 45).

Im Hinblick auf das akademische Umfeld, das Gegenstand dieser wissenschaftlichen Arbeit ist, wird deutlich, dass das Modell von Lazarus, das die Individualität und die subjektive Wahrnehmung von Stress in den Vordergrund stellt, auch in diesem Kontext angewendet werden kann. Das transaktionale Modell besagt nämlich, dass die Reaktionen auf Stress nicht nur von der objektiven Natur der Situationen abhängen, sondern auch davon, wie man diese Situationen persönlich bewertet. Das ist im akademischen Bereich besonders wichtig, weil die Stresswahrnehmung je nach den persönlichen Erwartungen, individuellen Kompetenzen und

Angstniveau variieren kann (vgl. Büttner und Dlugosch 2013: 106). Die Universität wird von jeder Person unterschiedlich erlebt, und die Stressbewältigung erfolgt auf individueller Basis. Während einige StudentInnen in der Lage sind, mit den Herausforderungen und dem Druck, die mit dem Studium verbunden sind, umzugehen und wirksame Bewältigungsstrategien zu entwickeln, können andere durch dieselben Herausforderungen stark belastet werden.

Das nächste Kapitel ist der Analyse der spezifischen Stressfaktoren im akademischen Umfeld gewidmet. Die wichtigsten Stressauslöser wie der akademische Druck und die Arbeitsbelastung werden untersucht und es wird ebenfalls analysiert, wie diese Faktoren mit der individuellen Wahrnehmung und den angewandten Bewältigungsstrategien interagieren.

2. Stress im universitären Bereich

Für StudentInnen beginnt mit dem Studium ein neuer Lebensabschnitt. Vor allem junge StudentInnen stehen erstmals vor der Situation, dass keine Eltern oder LehrerInnen ständig anwesend sind, Regeln vorschreiben, und Anweisungen geben. Die Universität symbolisiert demnach Autonomie: Der Übergang von der vertrauten Umgebung des Zuhauses, der Familie und des Freundeskreises insbesondere in Fällen eines Umzuges bedeutet eine signifikante Veränderung der gewohnten Lebensumstände. Anders als in der Schule, wo man regelmäßig geprüft wird, bietet die Universität mehr Freiheit bei der Gestaltung des Studiums und der Planung der Prüfungen. Diese Autonomie bietet die Möglichkeit, Organisationsfähigkeiten zu entwickeln, kann aber auch eine Herausforderung für diejenigen sein, denen ein effizientes Zeitmanagement schwerfällt. In vielen Fällen markiert die Universität den Übergang von der Jugend zum Erwachsensein, auch wenn dieser Weg nicht für alle linear verläuft. Dieser Übergang kann jedoch auch eine Stressquelle sein. Plötzlich mit der Verantwortung konfrontiert zu sein, allein zu leben, vielleicht in einem anderen Land mit einer anderen Sprache, kann komplex und destabilisierend wirken. Der Weg der persönlichen Entwicklung, auf dem man lernt, mit den Konsequenzen seines Handelns zu leben, ist nicht einfach und erfordert ein gewisses Maß an Stress- und Angstbewältigung (vgl. Hystad et al. 2009: 421).

Der Stress im akademischen Bereich, sei es im Bachelor- oder Masterstudium, ist heutzutage ein viel diskutiertes Thema (vgl. Büttner und Dlugosch 2013: 106). Wie Schafer (1996) betont, ist Stress ein wichtiger Faktor im Alltag der StudentInnen. Die Ursachen für diese Art von Stress sind vielfältig. Er betrifft nicht nur den Studienaufwand, sondern auch die dafür benötigte Zeit, den Druck, der von ProfessorInnen und der Gesellschaft ausgeübt wird, die Erwartungen, die die StudentInnen an sich selbst stellen, und die schwierige Suche nach einem Gleichgewicht zwischen Privatleben und Studium (vgl. Högberg 2024: 1005). Die Bewahrung eines sozialen Lebens ist für eine Person in ihren Zwanzigern nach wie vor von entscheidender Bedeutung, aber es ist oft schwierig, dieses Bedürfnis mit den akademischen Anforderungen in Einklang zu bringen.

Wichtig ist es, das Vorhandensein von Stress im akademischen Umfeld wahrzunehmen und seine möglichen Folgen zu untersuchen. Verstehen, in welchem Ausmaß und auf welche Weise sich Stress auf die psychische Gesundheit und die akademische Leistung auswirken kann, ist von entscheidender Bedeutung, da dieser sogar zum Studienabbruch führen kann, wenn er nicht richtig bewältigt wird (vgl. Hystad et al. 2009: 421).

2.1 Stressoren während des Studiums

Die (externen) Erwartungen an das (Leben während des) Studium kollidieren oftmals mit der Realität der Studierenden. Das Universitätsleben wird von Außenstehenden oft als eine unbeschwerte Zeit erachtet. Es wird davon ausgegangen, dass StudentInnen ihre Zeit mit FreundInnen, der Teilnahme an Feierlichkeiten, einem späten Heimkommen und Wochenenden ohne größere Verpflichtungen verbringen. Viele, vor allem Nichtakademikereltern, neigen zu der Annahme, dass StudentInnen die wahre Bedeutung von Stress nicht kennen. Wie oft hört man: „Wenn du älter bist, wirst du verstehen, was es bedeutet, wirklich gestresst zu sein“. Dieser Meinung nach manifestiert sich echter Stress erst mit dem Eintritt in die Arbeitswelt, mit der Verantwortung einer Karriere oder der Gründung einer Familie (vgl. Reddy et al. 2018: 531).

Tatsächlich ist akademischer Stress eine reale und weit verbreitete Problematik (vgl. Kristensen et al. 2023: 1512), deren Unterschätzung schwerwiegende Folgen für die Betroffenen haben kann. Es geht nicht nur darum, dass man studieren muss (vgl. Reddy et al. 2018: 531). Der Druck, dem Studierende zwischen akademischen und persönlichen Erwartungen ausgesetzt sind (vgl. Reddy et al. 2018: 532), kann genauso intensiv und destabilisierend sein wie der Druck, den sie im Erwachsenenleben erfahren. Wenn dieser Stress anhält oder missachtet wird, kann er zu schwerwiegenden Folgen wie Depression und Isolation führen (vgl. Kaluza 2007: 51) und, wenn keine Vorsichtsmaßnahmen getroffen werden, kann es sogar zu Selbstmord führen. Ein dramatisches Beispiel dafür ist Indien, wo die Selbstmordrate unter Studierenden zu den höchsten der Welt gehört:

According to the statistics published by National Crime Records Bureau, there is one student every hour that commits suicide (Saha, 2017). The bureau registered 1.8% students who committed suicide due to failing in examinations and an 80% rise in suicide rates during a one-year time frame. A 2012 Lancet report also quoted that the 15-29 age group bracket in India has the highest rate of suicide in the world. (Reddy et al. 2018: 531)

Diesen Daten zufolge ist der akademische Stress eine der Hauptursachen für Selbstmord unter StudentInnen in Indien. Dieses tragische Phänomen unterstreicht, wie wichtig es ist, akademischen Stress nicht nur als dringendes Problem anzuerkennen, sondern auch das Bewusstsein dafür zu schärfen. Es ist von entscheidender Bedeutung, die Hauptursachen für Stress im akademischen Kontext zu ermitteln und sie wirksam anzugehen, um solche dramatischen Folgen zu verhindern. Solche Stressoren werden als potenzielle Bedrohung wahrgenommen und können eine Stressreaktion bei einer Person auslösen. Sie prüfen die

Fähigkeit einer Person, sich an Stress anzupassen und ihn zu bewältigen (vgl. Szabo et al. 2012: 474) und können interner und externer Natur sein (vgl. Reif et al. 2018: 15).

Wie oben erwähnt sind übermäßige Arbeitsbelastung, sozialer und familiärer Druck, persönliche Erwartungen, die teilweise angespannte finanzielle Situation und ein Gleichgewicht zwischen Privatleben und Studium zu finden einige Beispiele für Stressoren, die im akademischen Bereich auftreten (vgl. Reddy et al. 2018: 532). Die übermäßige Arbeitsbelastung im akademischen Bereich beschränkt sich nicht nur auf die Vorbereitung oder auf die wöchentlichen Vorlesungen, zu denen auch Hausaufgaben und Übungen gehören, sondern umfasst auch das intensive Lernen für schriftliche oder mündliche Prüfungen (vgl. Reddy et al. 2018: 532). Das eigentliche Problem entsteht dadurch, dass sich die StudentInnen oft gleichzeitig auf mehrere Lehrveranstaltungen vorbereiten müssen, wobei sie mit unterschiedlichen Lehrmaterialien und Fristen umgehen müssen. Hinzu kommt die Herausforderung, ein von der Universität vorgeschriebenes Praktikum zu absolvieren, was die Verantwortung und Arbeitsbelastung weiter erhöht. Am Zentrum für Translationswissenschaft in Wien zum Beispiel ist es verpflichtend, ein Praktikum zu absolvieren, es kann aber auch durch zwei zusätzliche Kurse ersetzt werden, welche mit dem von den Studierenden gewählten Studienschwerpunkt zu tun haben (vgl. Zentrum für Translationswissenschaft 2017: 4).

Diese Situation ist eng mit der Finanzverwaltung verknüpft (vgl. Reddy et al. 2018: 532). Um ihre Studiengebühren zu bezahlen oder um zu vermeiden, dass sie ihre Eltern ständig um finanzielle Unterstützung bitten müssen, entscheiden sich viele StudentInnen für einen Wochenend- oder Teilzeitjob. Es ist jedoch nicht leicht, Studium und Arbeit zu vereinbaren (vgl. Buchenau und Lehmann 2021: 40). Der durch einen der beiden Umstände verursachte Stress kann sich in Folge auf den anderen übertragen, wie bei einem „Dominoeffekt“ (vgl. Breitenbach et al. 2023: 191). Der im akademischen Umfeld akkumulierte Stress überträgt sich dann auf das Arbeitsumfeld, beeinträchtigt die berufliche Leistung und erzeugt zusätzlichen Druck. Umgekehrt kann es vorkommen, dass der im Arbeitsumfeld angesammelte Stress auf das akademische Umfeld übergreift, die akademische Leistung beeinträchtigt und zusätzliche Quellen für Sorgen oder Stress schafft.

Hinzu kommen die gesellschaftlichen und familiären Erwartungen (vgl. Reddy et al. 2018: 532). StudentInnen beginnen oft zu arbeiten, um ihren Familien zu beweisen, dass sie Verantwortungsbewusstsein und Pflichtgefühl entwickelt haben, aber auch, um den Anforderungen der modernen Gesellschaft gerecht zu werden, die den Erwerb von Berufserfahrung während des Studiums erfordert. Der moderne Arbeitsmarkt fordert heutzutage mehr von den BewerberInnen als einzig den akademischen Abschluss (vgl. Helyer

und Lee 2014: 368); praktische Arbeitserfahrung abseits des Studiums wird zunehmend wichtiger und vorausgesetzt.

Erwartungen kommen nicht nur von der Familie oder der Gesellschaft, sondern oft auch von uns selbst (vgl. Kaluza 2007: 84). Es ist üblich, sich aus Stolz anspruchsvolle Ziele zu setzen, obwohl man weiß, dass man nicht über die notwendigen Ressourcen oder Fähigkeiten verfügt, um diese zu erreichen (vgl. Reif et al. 2018: 107). Dies geschieht oft im Vergleich mit anderen, die man für kompetenter hält, oder wenn man nicht Nein sagen kann, aus Angst jemanden (gegebenenfalls auch sich selbst) zu enttäuschen (vgl. Kaluza 2007: 92f.). Hinter diesen Verhaltensweisen stecken eine ständige Frustration sowie der Wunsch, immer höhere Ziele (im Vergleich zu anderen) zu erreichen mit dem Zweck einen „besseren“ Lebenslauf zu haben. Die persönlichen Erwartungen sind in der Tat diejenigen, die den größten Einfluss haben und ein hohes Maß an Stress erzeugen können (vgl. Kaluza 2007: 93f.). Im akademischen Bereich kann dieser selbst auferlegte Druck zu schlechten Leistungen, Ängsten und Burnout führen, wodurch es noch schwieriger wird, die mit dem Studium verbundenen Herausforderungen und Verpflichtungen zu bewältigen (vgl. Reddy et al. 2018: 532).

Weitere relevante externe Stressfaktoren betreffen das Umfeld, in dem sich die StudentInnen befinden, und die von der Universität bereitgestellten Ressourcen. Überfüllte Hörsäle, ein Benotungssystem, das als ungerecht oder zu streng empfunden wird und ein Mangel an angemessenen Ressourcen (vgl. Reddy et al. 2018: 532), wie z. B. unzureichende Bibliotheken, nicht funktionierende technische Hilfsmittel oder nicht immer verfügbare Studienmaterialien, sind alles Faktoren, die das Stressniveau erheblich erhöhen können.

Ein zusätzlicher wichtiger Faktor ist das Gleichgewicht zwischen Privatleben und Studium (vgl. Reddy et al. 2018: 532). Es ist völlig normal und sogar positiv, sich dem Studium zu widmen, Kurse zu besuchen und sich auf Prüfungen vorzubereiten, auch mit einer gewissen Aufregung vor Prüfungen. Wenn man jedoch ein aktives soziales Leben mit Verpflichtungen wie FreundInnen, Sport, Arbeit und Freiwilligenarbeit aufrechterhalten möchte, ist es unerlässlich, gute organisatorische Fähigkeiten zu entwickeln, um nicht von Stress überwältigt zu werden. Persönliche Verpflichtungen, wie Arzt- oder Zahnarztbesuche, sind ebenso wichtig und sollten nicht ignoriert werden. Hinzu kommen gesellschaftliche und familiäre Ereignisse wie Geburtstage oder Feiern, die das Zeitmanagement stark beeinflussen können. Das Gleichgewicht zwischen diesen Aspekten muss sorgfältig geplant werden (vgl. Kaluza 2007: 138), um weder das akademische noch das persönliche Leben zu gefährden. Dies ist besonders wichtig für Menschen, die zum Prokrastinieren neigen, nicht nur im Studium, sondern auch bei der Bewältigung jeglicher Art von Verpflichtungen oder Terminen. Ständiges Prokrastinieren

kann in der Tat Stress aufbauen und sowohl das akademische als auch das persönliche Leben beeinträchtigen, was es noch schwieriger macht, ein Gleichgewicht zu finden (vgl. Klingsieck 2013: 24ff.).

2.2 Prokrastination

Der Begriff „Prokrastination“ setzt sich aus dem Lateinischen, *pro-*, was „im Voraus“ oder „zugunsten“ bedeutet, und *crastinus*, was „von morgen“ bedeutet, zusammen. Dieser Begriff beschreibt also „das Verschieben, Aufschieben von anstehenden Aufgaben, Tätigkeiten“ (Duden 2025). Prokrastination ist ein weit verbreitetes Phänomen, nicht nur im akademischen Bereich, sondern auch im alltäglichen Leben (vgl. Klingsieck 2013: 24). Es äußert sich im ständigen Aufschieben von Aktivitäten wie Lernen, Arbeit im Haushalt, Sport, Terminvereinbarungen usw. Dieses Verhalten kann als eine Persönlichkeitseigenschaft interpretiert werden, die durch die Tendenz gekennzeichnet ist, systematisch jede Verpflichtung so lange wie möglich aufzuschieben (vgl. Klingsieck 2013: 26).

Im akademischen Bereich hat die Prokrastination erhebliche Auswirkungen und betrifft männliche und weibliche Studierende fast gleichermaßen (vgl. Hussain und Sultan 2010: 1898). Die Folgen spiegeln sich direkt in den akademischen Leistungen wider. Es entsteht fast der Eindruck, dass die Studierenden durch dieses Verhalten passiv und faul werden, obwohl sie eigentlich nichts dafür können (vgl. Hussain und Sultan 2010: 1897). Dies kann dazu führen, dass sie den Beginn von Aufgaben oder Projekten aufschieben oder nur zögerlich die Initiative ergreifen (vgl. Hussain und Sultan 2010: 1897f.).

In diesem Kontext ist die Frage wichtig, ob es verschiedene Arten von Prokrastination gibt und wenn ja, ob sie mit der Persönlichkeit des Einzelnen zusammenhängen. Aktuelle Untersuchungen zufolge gibt es zwei Hauptformen der Prokrastination: die aktive und die passive (vgl. Sowon et al. 2017: 154). Aktive Prokrastination wird oft als positiv angesehen und liegt dann vor, wenn sich eine Person bewusst dafür entscheidet, eine Aufgabe aufzuschieben, weil man überzeugt ist, dass die eigene Leistung dadurch verbessert wird (vgl. Sowon et al. 2017: 154). Passive Prokrastination hingegen wird als negative Variante angesehen. Sie tritt auf, wenn eine Person es vermeidet, eine Aufgabe aufgrund mangelnder Motivation oder in Folge eines schlechten Zeitmanagements anzugehen (vgl. Sowon et al. 2017: 154). Im Gegensatz zur aktiven Prokrastination tritt diese häufig auf, wenn keine bestimmten Fristen drohen, was es oft schwieriger macht, mit dem Handeln zu beginnen (vgl. Buchenau und Lehmann 2021: 17). Im akademischen Bereich lässt sich dieser Unterschied am Vergleich zwischen Prüfungen und Abschlussarbeiten (Bachelor- und Masterarbeit) deutlich

erkennen. Prüfungen haben festgesetzte Termine, so dass die StudentInnen wissen, dass sie nach der Anmeldung einen begrenzten Zeitraum zur Vorbereitung haben. Am Prüfungstermin ist man entweder vorbereitet oder nicht, es gibt keinen Mittelweg. Im Gegensatz dazu gibt es für die Abschlussarbeit, die normalerweise gegen Ende des Studiums geschrieben wird, keine feste Frist. Die StudentInnen können mit der Arbeit beginnen, wenn sie sich bereit fühlen, und sich Zeit nehmen, um diese bestmöglich abzuschließen. Diese „Freiheit“ erlaubt es ihnen zwar, die Arbeit mit weniger Druck zu bewältigen, kann aber auch zu Prokrastination führen. Es ist zwar möglich, sich Zwischenziele zu setzen, z. B. eine bestimmte Anzahl von Kapiteln oder Seiten bis zu einem bestimmten Datum abzuschließen, aber das Nichterreichen dieser Ziele hat keine unmittelbaren Konsequenzen. Das Fehlen eines bestimmten Abgabetermins kann den Druck verringern, erfordert aber gleichzeitig eine größere Selbstdisziplin und ein besseres Zeitmanagement, was jenen, die zur Prokrastination neigen, meist fehlt.

Um den Unterschied zwischen aktiver und passiver Prokrastination besser zu verstehen, kann man die Illustrationen von Tim Urban, einem bekannten Webautor, heranziehen, die die Denkmechanismen hinter der Prokrastination wirkungsvoll und visuell darstellen.

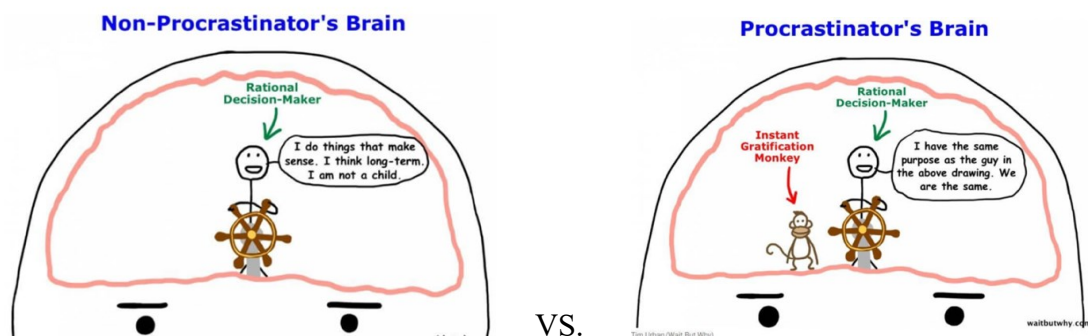


Abb. 7: Nicht-Aufschieber vs. Aufschieber (adaptiert nach Urban 2016)

In den beiden Illustrationen (s. Abb. 7) wird Prokrastination als ein Konflikt zwischen zwei Figuren im Kopf des Prokrastinators dargestellt: dem „*Rational Decision-Maker*“ und dem „*Instant Gratification Monkey*“. Der „*Rational Decision-Maker*“ ist für rationale, langfristige, zukunftsorientierte Entscheidungen zuständig. Im Gehirn von Prokrastinierenden ist jedoch auch der „*Instant Gratification Monkey*“ präsent und übernimmt häufig die Kontrolle, indem er zu sofortigen, angenehmen und stressfreien Aktivitäten drängt (vgl. Urban 2016). Die kognitive Neurowissenschaft bestätigt, dass bestimmte Neurotransmitter (Dopamin z.B.) eine wichtige Rolle bei der Prokrastination spielen (vgl. Gura 2008: 35). Das Gehirn bewertet ständig, ob es sich lohnt, eine Aufgabe sofort zu erledigen oder diese aufzuschieben. Menschen neigen dazu,

Dinge aufzuschieben, wenn eine Aufgabe, wie z. B. eine Hausaufgabe, keine unmittelbare Befriedigung bietet (vgl. Zhang et al. 2019: 1944f.). Auch wenn das Erledigen einer Aufgabe befriedigend sein kann, ist dieses Gefühl weder so unmittelbar noch so intensiv wie jenes, welches z. B. durch das Scrollen auf den sozialen Medien erzeugt wird. Tatsächlich ist das Gehirn von Natur aus eher von unmittelbaren Belohnungen als von langfristigen Belohnungen angezogen, selbst wenn letztere vorteilhafter oder gesünder für das Individuum sind (vgl. Zhang et al. 2019: 1492ff.). Verwendet man die Metapher von Tim Urban so interessiert sich der „*Instant Gratification Monkey*“ im Gegensatz zum „*Rational Decision-Maker*“ weder für die Vergangenheit noch für die Zukunft, sondern konzentriert sich darauf, im Hier und Jetzt zu leben und sucht nur das Vergnügen. Wenn der Affe zu lange die Kontrolle übernimmt, fallen die AufschieberInnen in den sogenannten „*Dark Playground*“ (s. Abb. 8), einen mentalen Ort, an dem das Vergnügen von starken Schuldgefühlen, Angst und Stress begleitet wird, weil man sich bewusst ist, dass man eigentlich etwas anderes tun müsste (vgl. Urban 2016).

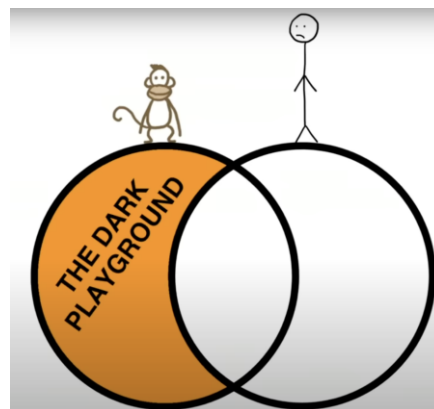


Abb. 8: The Dark Playground (adaptiert nach Urban 2016)

Wie die Studie von Yin et al. (2025) zeigt, liefern auch hier die kognitiven Neurowissenschaften Beweise für diese Theorie. Denn die AutorInnen weisen auf einen positiven Zusammenhang zwischen Prokrastination und der Aktivität des Default Mode Network (DMN) hin, einem neuronalen Netzwerk, das bei Ablenkung oder bei fehlender anhaltender Aufmerksamkeit aktiviert wird (vgl. Yin et al. 2025: 1). Im Gegensatz dazu besteht eine negative Korrelation zwischen Prokrastination und dem Dorsal Attention Network (DAN), das für die bewusste, anhaltende Konzentration zuständig ist, sowie dem Ventral Attention Network (VAN), das automatisch auf plötzliche oder auffällige Reize reagiert (vgl. Yin et al. 2025: 1). Dieser Forschung zufolge schwanken Prokrastinierende zwischen dem Streben nach sofortiger Befriedigung und dem Schuldgefühl, die Aufgabe aufgeschoben zu haben, wodurch sie im

sogenannten „*Dark Playground*“ von Urban verweilen. Dieses Ungleichgewicht führt zu einer übermäßigen Aktivierung des DMN, was ablenkende Gedanken begünstigt und zum Nachteil der DAN und VAN führt, die stattdessen für die Aufrechterhaltung der Konzentration von grundlegender Bedeutung sind (vgl. Yin et al. 2025: 2).



Dieser Prozess findet nur statt, wenn es fremdbestimmte Fristen oder konkrete Bedrohungen gibt. Bei passiver Prokrastination gibt es keine Fristen und das Panikmonster wird nicht aktiviert, so dass der Affe das Ruder weiter in der Hand behält. Dadurch bleiben die AufschieberInnen in einem Zustand der Inaktivität, denn ohne den Druck einer Frist fehlt der Antrieb, die Situation in die Hand zu nehmen (vgl. Buchenau und Lehmann 2021: 17). Wie Tim Urban betont, wird der Prokrastinierende so zum Zuschauer des eigenen Lebens, unfähig zu handeln (vgl. Urban 2016).

Die Suche nach dem wichtigsten Faktor erweist sich als schwierig, da Prokrastination, wie von Hussain und Sultan (2010) dargestellt, eine Folge verschiedenster Ursachen ist. Die Bekämpfung ist daher schwierig, da sie auf vielen Ebenen stattfinden muss. Wenn diese Bewältigung nicht stattfindet, resultiert dies in schädlichen Coping-Mechanismen, wie zum Beispiel dem übermäßigen Konsum von Alkohol, Zigaretten und Koffein (vgl. Hussain und Sultan 2010: 1898). Der mit Prokrastination zusammenhängende Stress mag kurzfristig durch Coping-Mechanismen ignoriert und scheinbar gelöst zu sein, aber dadurch, dass die verschobenen Aufgaben nicht erledigt sind, verschlimmert sich das Problem auf lange Sicht nur (vgl. Klingenberg 2022: 46). Dazu später mehr (s. Kap. 2.4).

Es ist jedoch schwierig festzustellen, ob Stress eine Ursache oder eine Folge von Prokrastination ist, da die beiden Phänomene eng miteinander verbunden sind und sich gegenseitig beeinflussen (vgl. Sirois 2023: 5032). Einerseits verursacht Prokrastination Stress, da sich der Einzelne bewusst ist, dass er oder sie unvollständige Aufgaben zu bewältigen hat; andererseits können die verschiedenen Formen von Stress im Zusammenhang mit dem akademischen Umfeld dazu führen, dass die StudentInnen Aktivitäten aufschieben, wodurch ein Teufelskreis entsteht, der die Situation weiter verschlimmert.

2.3 Burnout

Prokrastination scheint eng mit emotionaler Erschöpfung verbunden zu sein, insbesondere bei Studierenden (vgl. Balkis 2013: 69f.). Wenn StudentInnen eine besonders stressige Phase durchlaufen, kann dieser Zustand zu einer emotionalen Erschöpfung führen, die den Energiehaushalt leert (vgl. Kaluza 2007: 48). Für die Bewältigung des Studiums und die Fortsetzung der akademischen Laufbahn braucht man jedoch viel Energie. Der Energiemangel veranlasst die Studierenden dazu, wichtige Aktivitäten wie das Lernen oder die Hausaufgaben aufzuschieben und somit zu prokrastinieren (vgl. Balkis 2013: 69f.).

Laut Yang (2004: 287) kann die emotionale Erschöpfung zusammen mit Depersonalisierung und verminderter Selbstverwirklichung zur Entwicklung von Burnout führen. Emotionale Erschöpfung entspricht einem Gefühl der inneren Leere und chronischer arbeitsbedingter Müdigkeit (vgl. Klingenberg 2022: 30). Depersonalisierung äußert sich in einer distanzierten, apathischen oder sogar zynischen Haltung gegenüber Menschen, während reduzierte Selbstverwirklichung dazu führt, die eigene Leistung als unzureichend oder unbefriedigend wahrzunehmen (vgl. Reif et al. 2018: 91). Diese Symptome führen zu einem Gesamtzustand, der als Burnout bezeichnet wird. Dieser wird durch einen totalen Verlust an

Energie, mangelndem Interesse und der Unfähigkeit, effektiv zu arbeiten, gekennzeichnet (vgl. Kaluza 2007: 48).

Burnout tritt nicht plötzlich auf, sondern ist das Ergebnis eines allmählichen Prozesses (vgl. Kaluza 2007: 49). Es entwickelt sich als Folge von hohen Anforderungen und übermäßiger Arbeitsbelastung, die die Person über einen längeren Zeitraum unter Druck setzen (vgl. Rusch 2019: 55). Zunächst fühlt sich die Person müde und macht Fehler, was dazu führt, dass mehr Zeit für die Korrektur von Aufgaben benötigt wird, anstatt die Arbeitszeit zu verkürzen. Trotz der körperlichen und geistigen Anzeichen der Erschöpfung neigt die Person dazu, über ihre Grenzen hinauszugehen und zu versuchen, die Aufgabe unter Einsatz aller verbleibenden Ressourcen zu erledigen (vgl. Kaluza 2007: 49f.). Diese kontinuierliche Anstrengung ohne die notwendige Erholung führt schließlich zur völligen Erschöpfung: „die Batterien sind leer“ (Kaluza 2007: 49), und das Ergebnis ist der Burnout.

Die Burnout-Forschung begann in den 1970er Jahren und konzentrierte sich zunächst hauptsächlich auf die Arbeitswelt und erst später auf das akademische Umfeld (vgl. Capri et al. 2012: 969). Der Grund dafür war, dass man davon ausging, dass der Arbeitsstress, d.h. hohe Arbeitsanforderungen, Projekte, Deadlines und KollegInnen, nicht mit dem Stress vergleichbar ist, den StudentInnen während ihres Studiums erleben (vgl. Reddy et al. 531). Obwohl viele Menschen auch heute noch dazu neigen, ein Studium nicht als echte Arbeit zu betrachten, weisen die von StudentInnen ausgeübten Tätigkeiten in Wirklichkeit viele der typischen Merkmale der Arbeitswelt auf (vgl. Capri et al. 2012: 969). Auch im akademischen Bereich müssen sich die StudentInnen an bestimmte Regeln, Fristen und Ziele halten und dabei ein konstantes Leistungs- und Qualitätsniveau aufrechterhalten.

Der Burnout-Prozess beginnt oft mit dem Wunsch, hervorragende Ergebnisse zu erzielen, ein typischer Aspekt des Perfektionismus (vgl. DeCaro und Lopina 2023: 182). Im akademischen Bereich sind die Studierenden zu Beginn des Semesters besonders motiviert, da sie andere beeindrucken und gute Ergebnisse erzielen wollen. Aufgrund dieses Enthusiasmus widmen sie dem Studium viel Energie. Wenn diese Energie intensiv genutzt wird, wird sie zu „*Striving*“ und „*Concerns*“ (vgl. DeCaro und Lopina 2023: 182f.). „*Striving*“ ist der Impuls, über die eigenen Grenzen hinauszugehen, um anspruchsvolle Ziele zu erreichen. In diesem Zusammenhang ist das Streben nach Perfektionismus positiv besetzt, da es den Einzelnen motiviert, nach sinnvollen Ergebnissen zu streben (vgl. DeCaro und Lopina 2023: 182). Für StudentInnen bedeutet dies ein ständiges Engagement beim Lernen, bei der Vorbereitung auf Prüfungen und bei der Erledigung von Aufgaben, die alle auf das gewünschte Endergebnis ausgerichtet sind. „*Concerns*“ hingegen spiegeln die Sorge, von anderen beurteilt zu werden,

und ein geringes Selbstwertgefühl wider. In dieser Situation wirkt sich die Tendenz zum Perfektionismus negativ aus und erzeugt Angst, Stress und Unzufriedenheit, was zu Burnout führen kann (vgl. DeCaro und Lopina 2023 182). Studierende, die sich übermäßig auf das Urteil anderer konzentrieren oder befürchten, den Erwartungen nicht gerecht zu werden, laufen Gefahr, ihr eigenes psycho-physisches Wohlbefinden zu vernachlässigen, indem sie persönliche Aktivitäten und Beziehungen opfern, um sich ausschließlich ihrem Studium zu widmen (vgl. Buchenau und Lehmann 2021: 13). Wird dieses Stadium erreicht, besteht das einzige Ziel darin, die Arbeit zu Ende zu bringen, wobei die verbleibende Energie aufgebraucht wird (vgl. Kaluza 2007: 49f.). Die StudentInnen werden intolerant gegenüber sich selbst, machen deshalb keine Pausen und verbringen ihre ganze Zeit mit der Arbeit. Sie haben das Gefühl, dass ihre Bemühungen nie ausreichen oder, dass die Arbeit nicht vollständig abgeschlossen ist. Dies führt zu einem Zustand der Gleichgültigkeit, nicht nur gegenüber dem eigenen Wohlbefinden, sondern auch gegenüber anderen, was eben zu Burnout führen kann (vgl. Reif et al. 2018: 92f.).

In diesem Zusammenhang ist es von Bedeutung, nicht nur die charakteristischen Anzeichen des Burnouts zu erkennen, sondern auch die verschiedenen Bewältigungs- bzw. Coping-Strategien zu untersuchen, die StudentInnen anwenden können. Denn diese Strategien können sich als entscheidend erweisen, wenn es darum geht, ihre akademischen Leistungen zu optimieren und Stress und das Auftreten von Burnout zu verhindern.

2.4 Coping-Strategien

Zur Bewältigung verschiedener stressauslösender Probleme werden Bewältigungsstrategien eingesetzt. Sie variieren je nach Art des Problems bzw. anhand Stressors sowie den individuellen Charakteristiken einer Person (vgl. Fullerton et al. 2021: 5), wie z.B. Persönlichkeit, Geschlecht, Alter sowie soziale und kulturelle Faktoren (vgl. Klingenberg 2022: 52ff.). Menschen reagieren auf Stress auf der Grundlage der ihnen zur Verfügung stehenden Ressourcen und ihrer Überzeugungen mit spezifischen, individuell angepassten Bewältigungsstrategien (vgl. Rusch 2019: 8). Dies gilt auch für den akademischen Kontext, in dem Studierende unterschiedliche Bewältigungsstrategien anwenden, die sowohl ihr Wohlbefinden als auch ihre akademische Leistung auf unterschiedliche Weise beeinflussen (vgl. Meneghel et al. 2019: 876).

Im Rahmen dieser Untersuchung wird zwischen adaptiver Bewältigung (oder *Engagement-Coping*) und maladaptiver Bewältigung (oder *Disengagement-Coping*) unterschieden (vgl. Klingenberg 2022: 46). *Engagement-Coping* wird eingesetzt, wenn das

Individuum aktiv versucht, das Problem zu lösen, mit dem Ziel, die Stressquelle zu reduzieren oder zu beseitigen (vgl. Klingenberg 2022: 46). Im Gegensatz dazu versucht man beim *Disengagement-Coping*, das Problem zu vermeiden, anstatt es konstruktiv zu bewältigen (vgl. Klingenberg 2022: 46). Diese Strategie ist nur selten wirksam: sie kann nur dann sinnvoll sein, wenn der Stressor vorübergehend ist und sich von selbst auflöst, was einen natürlichen Stressabbau ermöglicht (vgl. Klingenberg 2022: 46). Bei anhaltendem Stress ist das Vermeiden der Stresssituation jedoch keine Lösung. Im Gegenteil, es kann die Situation sogar verschlimmern, indem es das Stressniveau weiter erhöht (vgl. Klingenberg 2022: 46).

Diese Unterscheidung zwischen Bewältigungsstrategien zeigt sich auch im akademischen Bereich. Einige StudentInnen gehen direkt mit Stress um, indem sie Unterstützung suchen und Ressourcen bereitstellen. Viele wenden Techniken an wie das Erstellen von Studienplänen, das Bilden von Studiengruppen, oder verlassen sich auf die Unterstützung von Familie und FreundInnen, die sie beraten und emotional unterstützen (vgl. Krüger et al. 1986: 39). Für diejenigen, die weitere Unterstützung benötigen, bieten viele Universitäten, wie z. B. die Universität Wien, Unterstützung durch spezialisierte PsychologInnen und TutorInnen an. An dieser Universität haben die Studierenden Zugang zu Tutorenprogrammen für schwierigere Fächer sowie zu Begleit- und Beratungsdiensten, die nützlich sind, um die emotionale Belastung zu verringern und die Studienorganisation zu verbessern (vgl. Universität Wien o.J.d). Das Sprachzentrum der Universität bietet auch Sprachkurse an, um den Sprachbedarf der Studierenden in einem internationalen akademischen Umfeld zu decken (vgl. Universität Wien o.J.b).

Andere StudentInnen hingegen neigen dazu, Stress zu vermeiden, indem sie Studien- oder Universitätsaufgaben aufschieben, oft aus Zeit- oder aus Motivationsmangel, weil sie ein Problem für unwichtig halten (vgl. Krüger et al. 1986: 40). In manchen Fällen kann diese Strategie sinnvoll sein, beispielsweise wenn es sich um eine Aufgabe handelt, die wenig Vorbereitung erfordert (vgl. Krüger et al. 1986: 40). Bei komplexeren Aufgaben oder Prüfungen, die mehr Aufwand erfordern, löst das Vermeiden jedoch nicht nur das Problem nicht, sondern birgt auch die Gefahr, dass die Situation noch komplizierter wird: die StudentInnen sehen sich dann mit mehreren Aufgaben gleichzeitig konfrontiert, was den Stress erhöht und die Qualität der Vorbereitung verringert (vgl. Klingenberg 2022: 46). Manche StudentInnen greifen als Reaktion auf Stress zu dysfunktionalen Bewältigungsmethoden wie dem Trinken oder dem Rauchen (vgl. Krüger et al. 1986: 40). Diese Verhaltensweisen können zwar vorübergehend den Stress reduzieren, langfristig verschlimmern sie aber die Situation, indem sie das psychische und physische Wohlbefinden und die Konzentrationsfähigkeit

beeinträchtigen. Dadurch wird es noch schwieriger, die akademischen Verpflichtungen effektiv zu bewältigen (vgl. Klingenberg 2022: 46).

Es ist daher von besonderer Bedeutung, das Vorhandensein dieses Stresses zu erkennen, seine Ursachen zu verstehen und wirksame Bewältigungsstrategien zu entwickeln, um das psychische und physische Wohlbefinden der Studierenden zu verbessern (vgl. Stallman 2010: 249). Die Universität ist zwar ein entscheidender Bestandteil im Leben derjenigen, die sich für ein Studium entscheiden, doch sollte sie niemals zu einem Hindernis für die Zukunft werden. Die StudentInnen sollten sich innerhalb der akademischen Mauern willkommen und sicher fühlen, in einem Umfeld, das ihre persönliche und berufliche Entwicklung fördert. Ein gewisses Maß an Stress ist normal und in manchen Situationen sogar hilfreich, aber wenn er übermäßig wird, kann er Gesundheit und Leistung beeinträchtigen (vgl. Stallman und Hurst 2016: 128). In solchen Fällen ist es wichtig, das Problem zu erkennen und die notwendigen Strategien zu entwickeln, um es wirksam zu bewältigen (vgl. Stallman und Hurst 2016: 133).

Das nächste Kapitel befasst sich mit der Analyse des Stresses im Translationsbereich zunächst in der Arbeitswelt und dann im akademischen Umfeld, insbesondere im Zusammenhang mit dem Studiengang Translationswissenschaft an der Universität Wien. Es wird eine Analyse der vier verschiedenen Schwerpunkte durchgeführt, die von der Universität angeboten werden, wobei die Unterschiede im akademischen Werdegang je nach Wahl zwischen Übersetzen und Dolmetschen hervorgehoben werden.

3. Stress in der Ausbildung von ÜbersetzerInnen und DolmetscherInnen

Da der Gegenstand dieser wissenschaftlichen Forschung den akademischen Bereich, insbesondere die Translationswissenschaft, betrifft, ist es wichtig, darauf hinzuweisen, dass die Ausbildung von ÜbersetzerInnen und DolmetscherInnen ebenfalls einem hohen Stressniveau unterliegt (vgl. Blumenthal et al. 2006: 477). Dieser Stress kann verschiedene Ursachen haben, wie etwa die Komplexität der geforderten Sprachaufgaben und die Herausforderungen im Zusammenhang mit den Arbeitsbedingungen (vgl. Blumenthal et al. 2006: 477). Dies sind nur einige Beispiele von Stressoren, die im Laufe dieses Kapitels genauer analysiert werden. Es ist wichtig, zuerst die akademische Ausbildung von ÜbersetzerInnen und DolmetscherInnen und ihre Entwicklung im Laufe der Jahre vorzustellen.

Der Bedarf an hochqualifizierten DolmetscherInnen und ÜbersetzerInnen ist in den vergangenen Jahren trotz der Entwicklungen in der künstlichen Intelligenz kontinuierlich gestiegen (vgl. Li und Chen 2022: 43). Man denke nur an die entscheidende Rolle, die diese ExpertInnen im Europäischen Parlament oder in internationalen Unternehmen spielen, wo maschinelle Übersetzungsfehler, wie z.B. jene von Google Translate, das Unternehmensimage beeinträchtigen könnten. Aus diesem Grund ist es heutzutage unverzichtbar, Fachleute mit einem soliden akademischen Hintergrund zu beschäftigen. Die Ausbildung von ÜbersetzerInnen und DolmetscherInnen hat sich aufgrund der Entwicklung der künstlichen Intelligenz ebenfalls verändert: beide Gruppen lernen, wie sie künstliche Intelligenz in ihre Arbeit integrieren können, um die Effizienz zu steigern (vgl. Li und Chen 2022: 45f.). Ein Beispiel für diese Entwicklung ist der Masterstudiengang Translation an der Universität Wien, der Gegenstand der vorliegenden empirischen Untersuchung ist und vier verschiedene Schwerpunkte anbietet. Die StudentInnen im Bereich Übersetzungswissenschaft können sich für die Schwerpunkte *Fachübersetzen und Sprachindustrie* und *Übersetzen in Literatur, Medien und Kunst* entscheiden. Jene, die sich für die Dolmetschwissenschaft interessieren, können zwischen *Dialogdolmetschen* und *Konferenzdolmetschen* wählen (vgl. Zentrum für Translationswissenschaft 2017: 1).

Bevor jedoch die Stressoren behandelt werden können, ist es wichtig zu untersuchen, wie sich Stress in dem jeweiligen Berufsfeld manifestiert und wie er je nach professionellem Kontext variiert. Diese Analyse ermöglicht ein besseres Verständnis dafür, welche Stressoren im akademischen Bereich auftreten könnten, und kann künftige Herausforderungen besser vorhersehen.

3.1 Häufigste Stressoren im Translationsbereich

Um die Intensität des Stresses in den verschiedenen Studienrichtungen des Masters Translation an der Universität Wien zu verstehen, ist es wichtig zuerst zu erklären, wie sich diese Stressfaktoren in den jeweiligen beruflichen Kontexten manifestieren und, ob sie auch im akademischen Bereich der Translation auftreten. UniversitätsstudentInnen sind oft mit einem erheblichen Stressniveau konfrontiert, sobald sie während ihrer akademischen Laufbahn beginnen, sich mit den spezifischen Herausforderungen der Arbeitswelt auseinanderzusetzen (vgl. Herring und Walczyński 2024: 18). Auch im Translationsbereich haben UniversitätsstudentInnen die Möglichkeit, sich mit den typischen Stressoren der Branche auseinanderzusetzen und so die notwendigen Kompetenzen zu erwerben, um diese in späteren Berufsleben als „Bilingual language professional“ (Blumenthal et al. 2006: 477) effektiv zu bewältigen.

The work of bilingual language professionals (e.g., translators, diplomats, intelligence analysts) involves substantial use of two or more languages, and often, as well, substantial amounts of stress. This stress can come from many sources, including the language tasks themselves and difficult working conditions. Yet, little is known about how the stressors that bilingual language professionals (BLPs) face, influence their language performance or affect their daily lives. (Blumenthal et al. 2006: 477)

Der Bereich der Übersetzung und des Dolmetschens ist bekanntlich sehr stressig, nicht nur wegen der Arbeitsbelastung, der engen Fristen, der Arbeitsbedingungen oder der technologischen Probleme, sondern auch wegen der hohen Verantwortung, die auf ÜbersetzerInnen und DolmetscherInnen lastet (vgl. Blumenthal et al. 2006: 478). Diese Fachleute müssen nicht nur die Ausgangs- und Zielsprache beherrschen, sondern auch ein tiefes Verständnis für die beteiligten Kulturen haben und in der Lage sein, selbst feinste kulturelle Nuancen zu erfassen (vgl. Blumenthal et al. 2006: 478f.). Ihre Aufgabe geht über die reine sprachliche Übertragung hinaus: sie müssen eine kommunikative Brücke zwischen zwei unterschiedlichen Kulturen bauen (vgl. Buzarna-Tihenea und Nadrag 2016: 193). Für eine umfassendere Darstellung bieten Blumenthal et al. (2006) eine Liste von Stressoren, die aus der Erfahrung von professionellen SprachexpertInnen berichtet werden:

Table 1**Stressors Reported by BLPs**

-
- High stakes tasks
 - Concern over missing critical information
 - Concern over falsely concluding a threat exists (e.g., consular officers who deny applicant visas)
 - Fatigue, sleep deprivation
 - Physical stress, exertion
 - Heavy workload
 - Unexpected assignments, performing on short-notice
 - Insufficient training or insufficient language proficiency to perform a given task
 - Difficult or degraded input (e.g., fast speech, unfamiliar accents, noisy speech)

 - Language interference, language attrition
 - Particularly difficult aspects of particular languages
 - Boredom from lack of variety in the workload
 - Multitasking, or sometimes too much variety in the workload
 - Demanding shift schedules (e.g., midnight shifts, rotating shift schedules)
 - Need to cover co-workers' workloads
 - Lack of professional status
 - Frequent changes in subject matter
 - Limited preparation, limited or no background material provided in advance to the BLP
 - Poor working environment (e.g., cramped, noisy offices)
 - Extended periods of concentration
 - Emotionally disturbing content
 - Taking regular tests (hearing, language proficiency) to continue in job
 - Conducting one's job in a chaotic and/or dangerous situation
 - Working with people who do not understand the BLP's value and/or role (e.g., translator more of a minor administrative assistant than a critical conduit)
 - Determining how much one takes into account cultural meaning when translating
 - Awareness that one side is missing unique cultural communication devices used by the other side
 - Audience may possess both languages and may be judging BLP's translation efforts
 - Need to maintain secrecy
 - Need to provide cultural explanation so consumers will understand
 - Feeling need to go beyond text to help conflicting parties, facilitating resolution

The International Journal of Bilingualism

Abb. 10: Stressors Reported by BLPs (Blumenthal et al. 2006: 479)

Die Liste zeigt die zahlreichen Herausforderungen auf, denen sich ÜbersetzerInnen und DolmetscherInnen tagtäglich stellen müssen. Diese Arbeit erfordert nicht nur technische Fähigkeiten, sondern auch eine hohe emotionale und mentale Belastbarkeit. Der Druck ergibt sich aus Aufträgen mit hohem Risikopotential, komplexen oder mangelhaften Sprachinhalten und der Notwendigkeit, schnell kritische Entscheidungen zu treffen (vgl. Blumenthal et al.

2006: 479). Hinzu kommen Probleme wie eine hohe Arbeitsbelastung, schwierige Arbeitsbedingungen und eine oft unzureichende Wertschätzung ihrer Rolle (vgl. Blumenthal et al. 2006: 479). Wichtig ist, dass diese Faktoren, die zum Alltag eines „bilingual language professional“ gehören, je nach Art des Übersetzens oder des Dolmetschens variieren.

3.1.1 Fachbereich Übersetzen

Im Bereich der Übersetzung ist es wichtig, zwischen nicht-fachspezifischer Übersetzung und Fachübersetzung zu unterscheiden. „The former involves non-specific terminology, non-metalinguistic vocabulary and knowledge. The latter implies specialty knowledge in specific fields (such as law, finance, medicine, IT, science) and specialized terminology“ (Buzarna-Tihenea und Nadrag 2016: 193). Die Fachübersetzung erfordert eine umfassende Beherrschung der Terminologie und ein breites technisches Vokabular (vgl. Kadrić et al. 2019: 170), denn sie ist hauptsächlich für ein Publikum mit fachspezifischen Kenntnissen bestimmt (vgl. Kadrić et al. 2019: 176). Bei der nicht-fachspezifischen Übersetzung ist sprachliche und kulturelle Sensibilität gefragt. Da sich der Inhalt an ein breites Publikum richtet, muss er allgemein verständlich sein (vgl. Kadrić et al. 2019: 176f.).

Bei der Fachübersetzung stellt der Umgang mit komplexer und spezifischer Terminologie eine große Herausforderung dar. Dies liegt nicht nur daran, dass es sich um Fachsprachen handelt, die oft schwer zu verstehen sind (wie bei juristischen Verträgen oder Maschinenhandbüchern), sondern auch daran, dass einige Begriffe in der Ausgangssprache möglicherweise keine direkte Entsprechung in der Zielsprache haben (vgl. Costeleanu 2021: 52f.). Dies kann zu Schwierigkeiten und Stress für die ÜbersetzerInnen führen, da sie sich in die Perspektive des Zielpublikums versetzen und angemessene Lösungen finden müssen, die die Bedeutung des Ausgangstextes genau wiedergeben (vgl. Costeleanu 2021: 53). Hier ist die Genauigkeit von größerer Bedeutung als die Flüssigkeit des Zieltextes (vgl. Costeleanu 2021: 53). Im Gegensatz dazu, ist bei der nicht-fachspezifischen Übersetzung die Sprachflüssigkeit und Sprachsensibilität wichtiger als die Genauigkeit (vgl. Poyatos 1997: 18).

A translated text, whether prose or poetry, fiction or nonfiction, is judged acceptable by most publishers, reviewers and readers when it reads fluently, when the absence of any linguistic or stylistic peculiarities makes it seem transparent, giving the appearance that it reflects the foreign writer's personality or intention or the essential meaning of the foreign text—the appearance, in other words, that the translation is not in fact a translation, but the “original”. (Venuti 2018: 1)

Venuti (2018) argumentiert hier, dass ein Text dann fließend ist, wenn er nicht als Übersetzung, sondern als Original wahrgenommen wird. In diesem Fall hat man den Eindruck, dass der Text

vom Autor direkt in der Zielsprache verfasst wurde. Elemente wie soziale und kulturelle Stereotypen, Redewendungen, Metaphern, humoristische Elemente wie Ironie, Satire usw., rhetorische Figuren und Charakterbeschreibungen in Büchern oder Witze in Filmen können bedeutende Stressquellen für die ÜbersetzerInnen darstellen (vgl. Stein 2018: 66), da sie diese Aspekte in die Zielsprache übertragen müssen, ohne deren ursprüngliche Bedeutung und Wirkung zu verlieren (vgl. Stein 2018: 48). Der Prozess erfordert zunächst ein tiefes Verständnis des Ausgangstextes, der sorgfältig analysiert werden muss, um diese Signale erkennen und korrekt interpretieren zu können (vgl. Stein 2018: 48). Nur so können die ÜbersetzerInnen den Ausgangstext erfolgreich in die Zielkultur übertragen und dabei die Kohärenz und die kommunikativen Absichten beibehalten (vgl. Santana 2004: 48). Im Bereich der audiovisuellen Übersetzung wird die Komplexität durch die technologische Komponente, die mit der Verwendung spezieller Übersetzungs- und Untertitelungssoftware verbunden ist, noch verstärkt (vgl. Blumenthal et al. 2006: 480). Bei dieser Art der Übersetzung geht es nicht nur darum, den Text in einer anderen Sprache wiederzugeben, sondern auch darum, ihn an den visuellen Kontext und das Tempo der Szene anzupassen. Dazu gehört auch das Kürzen von Sätzen (vgl. Jüngst 2008: 51). Bei einigen Sprachen, wie z. B. dem Deutschen (das viel mit Wortkomposita arbeitet), ist es besonders schwierig, den Text klar und effektiv zu gestalten.

3.1.2 Fachbereich Dolmetschen

Das Dolmetschen, ob konsekutiv oder simultan, stellt eine erhebliche kognitive Herausforderung dar:

It is striking that virtually no other profession undergoes a similar cognitive load: no physical activity is involved or need be accomplished, no instruments can be of help, everything goes on in the mind. The technical equipment is used to carry the acoustic signal directly to the ears and not to help the interpreter in difficult circumstances. The interpreter is in a position where any decision taken is the consequence of what somebody else does or says. (Riccardi et al. 1998: 97)

Beim Konsekutivdolmetschen werden nachträglich, mit Hilfe von Notizen, Redeabschnitte (die zwischen wenigen Sekunden und mehreren Minuten dauern können) aus der Ausgangssprache in der Zielsprache wiedergegeben. Dieser Prozess umfasst sowohl das Verstehen der Ausgangssprache und die Fähigkeit, sich in Kürze Notizen zu machen, als auch die Reproduktion der Rede in der Zielsprache (vgl. Kadrić et al. 2019: 65). Dabei müssen auch die sozialen und kulturellen Unterschiede zwischen den beiden Sprachen berücksichtigt werden (vgl. Andres 2015: 85). Diese Art des Dolmetschens ist besonders für den dialogischen Bereich charakteristisch. In diesem Kontext werden DolmetscherInnen mit der zusätzlichen

Herausforderung konfrontiert, die Rede in beiden beteiligten Sprachen wiederzugeben vgl. Kadrić et al. 2019: 67f.). Diese Situation kann sehr anstrengend sein, nicht nur wegen der Notwendigkeit, Notizen in beiden Sprachen zu verfassen, sondern auch wegen des oft komplexen und sensiblen Kontexts, in dem der/die DolmetscherIn arbeitet (vgl. Merlini 2015: 102). Konsekutivdolmetschen ist in den kommunalen Diensten weit verbreitet (vgl. Merlini 2015: 102), z. B. bei Gerichten, Krankenhäusern, Sozialdiensten, Antigewaltzentren usw. Bei Verhandlungen über kontroverse Themen zum Beispiel kann der Tonfall der Parteien konfrontativ werden. Ebenso kann es dem Opfer in einem Anti-Gewalt-Zentrum aufgrund des erlittenen Traumas schwerfallen, das Erlittene klar zu rekonstruieren. In solchen Situationen ist es wichtig, Haltung zu bewahren, nicht zu emotional zu reagieren und die Kommunikation zwischen den Parteien bestmöglich zu unterstützen, um einen effektiven und professionellen Prozessablauf zu gewährleisten (vgl. Merlini 2015: 102ff.). Konsekutivdolmetschen kann auch bei Konferenzen eingesetzt werden, auch wenn die heute am weitesten verbreitete Technik in diesem Zusammenhang das Simultandolmetschen ist, ein Verfahren, das z.B. bei den Nürnberger Prozessen großen Erfolg hatte (vgl. Andres 2015: 84).

Die Simultandolmetschtechnik stellt eine besondere Herausforderung dar, da die Rede gleichzeitig in der Ausgangssprache angehört und in die Zielsprache übertragen werden muss. Der/die DolmetscherIn muss also einerseits den Input in der Ausgangssprache verarbeiten und andererseits einen Output in der Zielsprache produzieren, wobei die sozialen und kulturellen Unterschiede zwischen den beiden Sprachen berücksichtigt werden müssen (vgl. Diriker 2015: 382f.). Dabei muss die Konzentration maximal sein: die kleinste Ablenkung könnte zum Verlust des Redeflusses führen, und selbst ein einfaches Husten oder das kleinste Geräusch kann die Qualität des Dolmetschens beeinträchtigen (vgl. Riccardi et al. 1998: 97). Darüber hinaus kann der Gebrauch des Dialekts eine große Herausforderung für die DolmetscherInnen darstellen, da er oft durch Faktoren wie Alter, geografische Lage und Art der Ausbildung beeinflusst wird und aus diesem Grund je nach Person sehr unterschiedlich sein kann (vgl. Hale 2015: 339). Jeder Dialekt zeichnet sich durch Wörter und idiomatische Ausdrücke aus, die der Standardsprache völlig fremd sein können, was das Verständnis der Botschaft erschwert. Beim Simultandolmetschen, bei dem die Übertragung in Echtzeit erfolgt, kann die fehlende Vertrautheit mit bestimmten Ausdrücken ein besonderes Problem darstellen (vgl. Riccardi et al. 1998: 97). Dies kann zu Missverständnissen führen und die kognitive Belastung erhöhen, was die Genauigkeit und Flüssigkeit der Dolmetschung beeinträchtigt und ein erhebliches Maß an Stress verursacht (vgl. Riccardi 2015: 406). Eine zusätzliche Herausforderung für das Konferenzdolmetschen ist die Geschwindigkeit, mit der die Rede gehalten wird (vgl. Riccardi

et al. 1998: 97). Reden, die bereits zuvor verfasst wurden, sind in der Regel komplexer und informationsreicher als improvisierte Reden. Obwohl sie kohärenter und kohäsiver sind, erfordern sie vom DolmetscherInnen eine höhere Konzentration. In diesen Fällen ist auch die Geschwindigkeit, mit der die Rede gehalten wird, höher und schwieriger zu reproduzieren (vgl. Riccardi 2015: 398f.).

Aus dieser Analyse geht klar hervor, dass beide Berufsfelder, also das Übersetzen und das Dolmetschen, erhebliche Stressquellen darstellen können. Sieht man sich den akademischen Bereich genauer an, so fallen einem die gleichen Schwierigkeiten auf. Die größten Herausforderungen im Bereich der Übersetzung betreffen hauptsächlich die Terminologierecherche, eine Tätigkeit, die unabhängig vom Fachgebiet (ob Recht, Wissenschaft, Literatur usw.) sehr zeitaufwändig sein kann. Der/die ÜbersetzerIn muss sich an verschiedene Textsorten anpassen und durch die zeitlich flexible Verfügbarkeit wird eine besonders hohe Qualität der Übersetzung erwartet (vgl. Kadrić et al. 2019: 20). Der/die DolmetscherIn hingegen konzentriert sich nicht so sehr auf die Qualität der Übersetzung im engeren Sinne, sondern auf eine möglichst hohe Qualität gegeben des Umstandes des Zeitdrucks. In diesem Zusammenhang sind die DolmetscherInnen einem erheblichen kognitiven Stress ausgesetzt, da sie die Inhalte sofort bzw. zeitlich nah verarbeiten und übermitteln müssen (vgl. Abl-Mikasa und Tiselius 2022: 2). Obwohl die beiden Studiengänge Ähnlichkeiten aufweisen, da sie sich beide auf die Forschung und auf die Geschichte der Übersetzung und des Dolmetschens konzentrieren, unterscheiden sich die Unterrichtsmethoden. StudentInnen, die professionelle ÜbersetzerInnen werden möchten, lernen den Umgang mit Technologien, achten auf die Qualität der schriftlichen Übersetzung und erhalten eine fachrichtungsspezifischere Ausbildung (zum Beispiel juristische oder wirtschaftliche Texte), da sie sich während ihrer Laufbahn auf einen bestimmten Bereich spezialisieren werden. StudentInnen, die DolmetscherInnen werden möchten hingegen, absolvieren einen interaktiveren und intensiveren Studiengang mit zahlreichen praktischen Simulationen (vgl. Li 2024: 538f.).

Es folgt eine Analyse der vier Schwerpunkte des Masterstudiengangs Translation an der Universität Wien, wobei das Hauptaugenmerk auf den potenziellen Stressfaktoren liegt, die im Laufe des jeweiligen Curriculums auftreten können. Dieser Master-Studiengang richtet sich an Studierende, die bereits ein Bachelorstudium im selben Bereich abgeschlossen haben und sich als professionelle ÜbersetzerInnen oder DolmetscherInnen spezialisieren wollen. Alle Studierenden müssen Deutsch als A-Sprache (erste Sprache) oder als B-Sprache (zweite

Sprache) haben. Je nach Schwerpunktsetzung können eine oder mehrere Sprachen hinzugefügt werden (vgl. Zentrum für Translationswissenschaft 2017: 1).

3.2 Schwerpunkte des Masterstudiums Translation der Universität Wien

Für diese wissenschaftliche Untersuchung wird das 2017 überarbeitete Curriculum¹ für das Masterstudium Translation der Universität Wien herangezogen (vgl. Zentrum für Translationswissenschaft 2017: 1). Diesem Curriculum zufolge soll der Masterstudiengang Translation die AbsolventInnen auf die Arbeit in der Translationsbranche vorbereiten und sie zu Fachleuten ausbilden, die in der Lage sind, kulturelle, sprachliche und berufliche Barrieren zu überwinden. Der Ausbildungsansatz kombiniert akademische und praktische Methoden, die für die „transkulturelle Kommunikation und Translation“ (Zentrum für Translationswissenschaft 2017: 1) grundlegend sind. Durch ein ausgewogenes Verhältnis von Theorie, Praxis und wissenschaftlicher Forschung sollen die AbsolventInnen die Möglichkeit bekommen, das Gebiet der Translation in all seinen Aspekten zu erkunden. Wie zuvor bereits besprochen, bietet dieser Masterstudiengang eine Auswahl von vier verschiedenen Schwerpunkten mit jeweils verschiedenen Sprachkombinationen:

3.2.1 *Fachübersetzen und Sprachindustrie*

Im Schwerpunkt Fachübersetzen und Sprachindustrie erwerben die Studierenden professionelle Kompetenzen insbesondere im Übersetzen von Fachtexten aus Wirtschaft, Recht, Wissenschaften, Technik usw. und in Methoden und Prozessen der internationalen Sprachindustrie. Sie erwerben darüber hinaus vertiefte Kenntnisse in Bereichen wie Translationstechnologien, Terminologie- und Sprachressourcenmanagement, Technologiegestütztes Medienübersetzen und Lokalisierung, Transkulturelle Fachkommunikation, Mehrsprachige Technische Dokumentation sowie die Kompetenz der wissenschaftlichen Reflexion und Analyse all dieser Arbeitsbereiche mit ihren Prozessen und Methoden. (Zentrum für Translationswissenschaft 2017: 2)

Dieser Studiengang bietet den Studierenden die Möglichkeit, Kompetenzen in der Übersetzung technischer, wissenschaftlicher, geisteswissenschaftlicher, wirtschaftlicher und rechtlicher Texte zu entwickeln. Darüber hinaus haben die Studierenden die Möglichkeit, sich mit Bereichen wie Lokalisierung und technologiegestützter Übersetzung zu beschäftigen. Die StudentInnen erwerben Kenntnisse über verschiedene Übersetzungssoftware, die für das Arbeiten im Berufsfeld grundlegend sind (vgl. Zentrum für Translationswissenschaft 2017: 2). Für die Zulassung zum Studiengang sind Kenntnisse in mindestens zwei Sprachen erforderlich,

¹ Anmerkung: Seit 2024 gilt für das Masterstudium „Translation“ der Universität Wien ein neues Curriculum. Dieses ist für die vorliegende Arbeit jedoch nicht relevant.

von denen eine Deutsch (die Hauptsprache der Universität), zu sein hat. Es gibt auch die Möglichkeit, sich mit einer Kombination von drei Sprachen für diesen Studiengang einzuschreiben: in diesem Fall werden dann einige der Module in der dritten Sprache belegt, was eine vielfältigere Sprachausbildung ermöglicht (vgl. Zentrum für Translationswissenschaft 2017: 2f.).

3.2.2 *Übersetzen in Literatur, Medien und Kunst*

Im Schwerpunkt Übersetzen in Literatur – Medien – Kunst erwerben die Studierenden die wissenschaftlichen Kenntnisse, Methoden und praktischen Fertigkeiten, um auf translatorische Anforderungen aus den genannten Bereichen flexibel und nuancenreich zu reagieren. Der sprachübergreifend, mit Deutsch als Zielsprache organisierte Schwerpunkt befähigt Studierende, verschiedene Übersetzungspoetiken und ihre Auswirkungen einzuschätzen, die Spezifik künstlerischer Texte zu erkennen und entsprechende Stilmittel und Sprachregister in der Übersetzung anzuwenden, die eigenen übersetzerischen Entscheidungen zu begründen sowie die berufspraktischen Aspekte in einem übergeordneten institutionellen Rahmen zu begreifen. (Zentrum für Translationswissenschaft 2017: 2)

In diesem Schwerpunkt erwerben die AbsolventInnen spezifische Fähigkeiten in verschiedenen Übersetzungsbereichen: angefangen bei der audiovisuellen Übersetzung, wie z.B. der Untertitelung oder der Audiodeskription, über die Übersetzung Kunstbezogener Texte, z.B. für Museumsbeschreibungen, bis hin zur literarischen Übersetzung (vgl. Zentrum für Translationswissenschaft 2017: 2). Dieser Schwerpunkt setzt Deutsch als Muttersprache voraus (vgl. Zentrum für Translationswissenschaft 2017: 2f.), weil die sprachlichen Nuancen ein vollständiges Verständnis nicht nur der Grammatik, sondern auch der Kultur verlangen. Aus diesem Grund wird internationalen Studierenden im Allgemeinen davon abgeraten, diesen Studiengang zu belegen. Auch im Medienbereich werden die StudentInnen mit professioneller Software vertraut gemacht, vor allem im Bereich der Untertitelung oder Audiodeskription.

Für beide Übersetzungsschwerpunkte gilt es ein Pflichtpraktikum während des Studiums zu absolvieren. Dieses Praktikum, das in Österreich oder im Ausland absolviert werden kann, muss mit der gewählten Spezialisierung übereinstimmen. Es wird mit acht ECTS angerechnet und erfordert einen Arbeitsaufwand von insgesamt 200 Stunden (vgl. Universität Wien o.J.a). Alternativ können die StudentInnen das Praktikum durch zwei zusätzliche Kurse im Bereich Übersetzen ersetzen, die mit jeweils vier ECTS bewertet werden (vgl. Zentrum für Translationswissenschaft 2017: 10).

3.2.3 Dialogdolmetschen

Im Schwerpunkt Dialogdolmetschen erwerben die Studierenden professionelle Kompetenz im Gesprächs- und Verhandlungsdolmetschen in verschiedenen Einsatzbereichen wie Gericht und Behörden (Gerichtsdolmetschen, Polizeidolmetschen, Asyldolmetschen) sowie medizinischen und sozialen Einrichtungen. Neben der Dolmetschkompetenz und der Kompetenz zur Aneignung der erforderlichen fachlichen und terminologischen Voraussetzungen umfasst dies vor allem das geeignete Rollenverhalten unter situationsspezifischen Bedingungen sowie die Kompetenz, institutionell geprägte Interaktionsprozesse wissenschaftlich zu reflektieren und zu analysieren. (Zentrum für Translationswissenschaft 2017: 2)

Dieser Studienschwerpunkt vermittelt nicht nur die für das Dialogdolmetschen spezifischen terminologischen und fachlichen Kenntnisse, sondern auch grundlegende Verhaltenskompetenzen (vgl. Zentrum für Translationswissenschaft 2017: 2). DialogdolmetscherInnen arbeiten nämlich oft in sensiblen Kontexten, wie z.B. in Krankenhäusern, wo ein Fehler schwerwiegende Folgen haben kann, oder im sozialen Bereich, z.B. als DolmetscherInnen in Asylzentren oder in Einrichtungen für Opfer häuslicher Gewalt, wo sie ein Höchstmaß an emotionaler Kontrolle wahren müssen, um die Professionalität nicht zu beeinträchtigen. Aufgrund der Komplexität dieser Spezialisierung sind Kenntnisse in zwei Sprachen erforderlich, von denen eine Deutsch ist, ergänzt durch eine zweite Sprache nach Wahl, die am Zentrum für Translationswissenschaft angeboten wird (vgl. Zentrum für Translationswissenschaft 2017: 2f.). Wie bei den anderen Schwerpunkten gibt es auch beim Dialogdolmetschen ein Pflichtpraktikum, das in Österreich oder im Ausland absolviert werden kann. Dieses Praktikum im Ausmaß von acht ECTS erfordert 200 Arbeitsstunden und kann bei Bedarf durch zwei alternative Dolmetschkurse zu je vier ECTS ersetzt werden (vgl. Zentrum für Translationswissenschaft 2017: 10).

3.2.4 Konferenzdolmetschen

Im Schwerpunkt Konferenzdolmetschen erwerben die Studierenden professionelle Kompetenz im Konsekutiv- und Simultandolmetschen bei Fachkonferenzen und Verhandlungen aus Politik, Wirtschaft, Recht, Wissenschaften, Medizin, Technik usw. sowie die Kompetenz zur Aneignung der dafür erforderlichen fachlichen und terminologischen Voraussetzungen unter dem in der Praxis üblichen Zeitdruck. Sie erwerben ebenfalls die Kompetenz zu wissenschaftlicher Reflexion und Analyse dieser Prozesse und Methoden. (Zentrum für Translationswissenschaft 2017:2)

Dieser Schwerpunkt bereitet die StudentInnen der Universität Wien auf fortgeschrittene Techniken des Konferenzdolmetschens vor. Sein Programm umfasst sowohl das Konsekutivdolmetschen, einschließlich der Notizentechnik, als auch das Simultandolmetschen, wobei der Schwerpunkt auf Zuhör- und Kabinenstrategien liegt. Durch realitätsnahe

Simulationen von Konferenzsituationen erwerben die AbsolventInnen Terminologie- und Fachkenntnisse in verschiedenen Bereichen wie Politik, Wirtschaft, Wissenschaft usw. (Zentrum für Translationswissenschaft 2017: 2). Für diese Studienrichtung sind obligatorische Kenntnisse in mindestens drei Sprachen bis maximal vier Sprachen erforderlich, Deutsch als A oder B Sprache, ergänzt durch zwei weitere Sprachen nach Wahl (vgl. Zentrum für Translationswissenschaft 2017: 2f.). Im Gegensatz zu anderen Fachrichtungen ist bei Konferenzdolmetschen kein Pflichtpraktikum vorgesehen (vgl. Zentrum für Translationswissenschaft 2017: 14f.), was wahrscheinlich darauf zurückzuführen ist, dass es in diesem Bereich schwierig ist, spezifische Praktikumsmöglichkeiten zu finden.

3.3 Analyse des Curriculums und dessen wichtigsten Stressoren

Das Universitätsgesetz sieht vor, dass Studierende² das Studium bis zu vier Semestern, plus zwei Toleranzsemester, ohne zusätzliche Kosten absolvieren können (vgl. österreich.gv.at 2023). Nach diesen Semestern fällt eine Gebühr von 300-400 € pro Semester an (vgl. Universität Wien o.J.c). Dieses Curriculum bietet die Möglichkeit, Prüfungen und Praktika zu planen, wobei die Kurse je nach Verfügbarkeit der DozentInnen im Winter- oder Sommersemester organisiert werden. Gemäß diesem Curriculum (2017) ist die empfohlene Verteilung der ECTS-Punkte in alle vier Schwerpunkte wie folgt:

- **Erstes Semester:** 24 ECTS (ca. 600 Arbeitsstunden).
- **Zweites Semester:** 32-36 ECTS (800-900 Arbeitsstunden).
- **Drittes Semester:** 36-38 ECTS (ca. 900 Arbeitsstunden).
- **Viertes Semester:** 26 ECTS (ca. 600 Arbeitsstunden).

Darin enthalten sind die Stunden, die für das Pflichtpraktikum und die Verfassung der Masterarbeit aufgewendet werden. Obwohl die Regelstudienzeit vier Semester beträgt, liegt die durchschnittliche Studiendauer nach den statistischen Angaben der Universität bei 7,3 Semestern, also bei fast vier Jahren (vgl. Universität Wien o.J.e). Für internationale StudentInnen und für jene, die das Bachelorstudium Transkulturelle Kommunikation nicht in Wien abgeschlossen haben, gibt es Ergänzungsprüfungen im Ausmaß von maximal 30 zusätzlichen ECTS-Punkten (vgl. Universität Wien o.J.f). Diese dienen dem Erwerb der im Bachelorstudium vorgesehenen Schlüsselkompetenzen und müssen während des Masterstudiums absolviert werden. Es wird empfohlen, dies so früh wie möglich zu tun, da sie

² Anmerkung: Diese Regelung gilt ausschließlich für Staatsangehörige eines EU- oder EWR-Staates. Aufgrund des Umfangs der Arbeit wird hier nicht weiter differenziert.

die notwendige Grundlage für das Masterstudium bilden (vgl. Universität Wien o.J.f). Für diese StudentInnen ist jedoch kein zusätzliches Toleranzsemester vorgesehen.

Nach den bisherigen Daten weist der Masterstudiengang Translation an der Universität Wien mehrere Elemente auf, die zur Stressbelastung der Studierenden beitragen können. Einerseits bietet das österreichische Studiensystem ein hohes Maß an Flexibilität, was hilfreich sein kann, wenn es darum geht, das Studium mit Arbeit oder anderen Verpflichtungen in Einklang zu bringen. Auf der anderen Seite erfordert das Curriculum eine beträchtliche Anzahl von Lernstunden, die sich auf die vier Semester konzentrieren, die für den Abschluss des Studiums erforderlich sind. Nach den von der Universität Wien vorgegebenen Richtlinien entsprechen vier ECTS etwa 100 Arbeitsstunden (vgl. Universität Wien o.J.a), was bedeutet, dass sich die Studierenden im Durchschnitt etwa 38 Stunden pro Woche dem Studium widmen müssen, um den viersemestrigen Standardzeitplan einzuhalten. Dieses Engagement ist mit einer Vollzeitbeschäftigung vergleichbar, wobei häufig zusätzliche Verpflichtungen hinzukommen, wie z.B. der typische Wunsch, ein soziales Leben aufrechtzuerhalten, oder die Notwendigkeit, während des Studiums Berufserfahrung zu sammeln, die auf dem Arbeitsmarkt häufig verlangt wird. Berücksichtigt man zusätzlich etwa zwei Wochen Feiertage pro Jahr, erhöht sich die durchschnittliche Wochenstundenzahl auf etwa 42 Stunden und liegt damit über der einer Vollzeitbeschäftigung.

Obwohl die Universität Wien zwei Toleranzsemester gewährt (vgl. österreich.gv.at 2023), wodurch sich die Gesamtdauer des Masterstudiums auf sechs Semester verlängert und die wöchentliche Belastung auf etwa 28 Stunden reduziert, bleibt ein erheblicher Arbeitsaufwand übrig. Dies ist vor allem für StudentInnen belastend, die neben dem Studium arbeiten müssen oder Berufserfahrung sammeln wollen. In diesem Zusammenhang stellt das Praktikum einen zusätzlichen Stressfaktor dar (vgl. Bloch 2007: 89). Das Praktikum erfordert eine gründliche Vorbereitung und viel Engagement: oft geht es dabei um Vollzeitstellen, die schlecht bezahlt sind. Daher können sich viele finanziell bedürftige Studierende schlecht bezahlte Praktika nicht leisten und verpassen so die Möglichkeit, Erfahrungen in einem bestimmten Bereich der Translation zu sammeln. Hinzu kommt, dass diejenigen, die ihr Bachelor-Studium nicht in Wien absolviert haben, Ergänzungsprüfungen bestehen müssen, was eine zusätzliche Anforderung von etwa 20-30 ECTS mit sich bringt (vgl. Universität Wien o.J.f). Dies entspricht mindestens einem zusätzlichen Studiensemester, was die Zeit bis zum Masterabschluss weiter verlängert und die Stressfaktoren im Zusammenhang mit akademischem Druck und externen Verpflichtungen potenziell erhöht.

Ein zusätzlicher Stressfaktor, der im Masterstudiengang Translation an der Universität Wien nicht zu unterschätzen ist, ist der Wettbewerb unter den StudentInnen. Stand Wintersemester 2024 sind es 724 StudentInnen, die im Masterstudium „Translation“ eingeschrieben sind (vgl. Universität Wien o.J.e). Obwohl die Universität Wien vier verschiedene Schwerpunkte anbietet, ist die Zahl der Studierenden, die innerhalb dieser Schwerpunkte das gleiche Ziel verfolgen, hoch, da die Anzahl der infrage kommenden Berufe begrenzt ist. Im Gegensatz zu anderen Universitäten und Fakultäten, an denen die Lehrveranstaltungen größer sind und das Verhältnis zwischen ProfessorInnen und StudentInnen oft distanziert ist, sind die Klassen in diesem Masterstudiengang verhältnismäßig klein und können zwischen 15 und 20 StudentInnen umfassen, mit Ausnahme der Englischkurse, die eine größere Anzahl von StudentInnen anziehen. Diese Dynamik hat sowohl Vor- als auch Nachteile: einerseits können die ProfessorInnen eine individuellere Betreuung und detaillierte Feedbacks anbieten, andererseits führen die relativ kleinen Kursgruppen zu einer ständigen Konfrontation zwischen den StudentInnen, mit ständigen Übungen und öffentlichen Bewertungen. Die Angst, vor den KollegInnen Fehler zu machen und von ihnen beurteilt zu werden, kann dazu führen, dass sich manche Studierende zurückhalten und ihre Beteiligung einschränken (vgl. Hussain und Sultan 2010: 1903). Während dieses anregende Umfeld für einige Studierende ein Anreiz ist, ihr Bestes zu geben und ihre Fähigkeiten zu verbessern, kann es für andere zu einer Quelle erheblichen Stresses werden.

Nach der Analyse der allgemeinen Stressfaktoren dieses Masterstudiengangs sollten die spezifischen Herausforderungen jedes Schwerpunkts im Detail untersucht werden. Zu diesem Zweck wird im nächsten Kapitel der für diese Untersuchung gewählte qualitative Ansatz vorgestellt, der auf zehn qualitativen Interviews mit MasterabsolventInnen basiert. Dazu gehören zwei Studierende aus jedem der vier Schwerpunkte sowie zwei StudentInnen, die ihre akademische Laufbahn aufgrund des erlebten Stresses unterbrochen haben. Das Ziel dieser Interviews ist zweierlei: zum einen soll ermittelt werden, wie sich Stress äußert und wie er je nach Studienschwerpunkt variieren kann; zum anderen soll analysiert werden, ob und wie sich Stress auf das Leben der Studierenden auswirkt, wobei sowohl seine negativen Auswirkungen als auch mögliche motivierende Effekte untersucht werden sollen.

4. Methode und Vorgehensweise der Untersuchung

Da das Ziel dieser Arbeit darin besteht, die Hauptstressoren im Bereich des universitären Translationsstudiums zu analysieren und schwerpunktspezifische Unterschiede festzustellen, ist es vorteilhaft, einen qualitativen Ansatz für die Datenerhebung zu wählen. Diese Methode ermöglicht es, tiefer in die persönlichen Erfahrungen, Gedanken und Wahrnehmungen der Befragten einzutauchen (vgl. Litosseliti 2018: 197f.). Da der Schwerpunkt auf Stress im akademischen Kontext liegt, sind qualitative Interviews mit StudentInnen ein geeignetes Instrument, um die notwendigen Informationen zu sammeln und eine direkte und authentische Perspektive (vgl. Litosseliti 2018: 197f.) auf die erlebte Stressdynamik zu erhalten. Die in den Interviews gesammelten Daten werden anschließend durch qualitativen Inhaltsanalysen ausgewertet. Dieser Ansatz ermöglicht eine eingehende Untersuchung von Informationen aus verschiedenen Kommunikationsformen (vgl. Mayring 2022: 18) und erlaubt es, wiederkehrende Themen und emotionale Aspekte in den Aussagen der Befragten zu erkennen. Die qualitative Inhaltsanalyse ist für diese Art von Forschung besonders geeignet, da sie die Möglichkeit bietet, auf die Komplexität individueller Erfahrungen hinzuweisen, sie mit allgemeinen Phänomenen des akademischen Stresses zu verknüpfen und sie auf der Grundlage verschiedener Schwerpunkte zu differenzieren.

4.1 Qualitative Interviews

Qualitative Interviews sind eine Methode der qualitativen Forschung. Sie werden eingesetzt, um Phänomene zu untersuchen, die nicht quantitativ „gemessen“ werden können (vgl. Helfferich 2009: 21), wie z. B. Gedanken, Gefühle, Erfahrungen usw. Qualitative Interviews werden von Hatch (2023) folgendermaßen beschrieben:

[They] are administered face-to-face, over the phone, or online, then analyzed using statistical procedures. Qualitative interviewers create a special kind of speech event during which they ask open-ended questions, encourage informants to explain their unique perspectives on the issues at hand, and listen intently for special language and other clues that reveal meaning structures that informants use to understand their worlds. (Hatch 2023: 28)

Qualitative Interviews erweisen sich im Rahmen dieser Untersuchung als die geeignetste Methode zur Datenerhebung. Aus den Erfahrungen der Studierenden lassen sich Informationen über die Stressfaktoren gewinnen, die in den vier Schwerpunkten des Masterstudiengangs Translation in Wien am häufigsten auftreten.

Ein quantitativer Ansatz wäre hingegen für diese Arbeit nicht angemessen. Ein Fragebogen hätte zwar die Analyse einer größeren Datenmenge ermöglicht, aber nicht die persönliche und spontane Dimension der TeilnehmerInnen erfasst (vgl. Denny und Weckesser 2022: 1116). Obwohl Fragebögen nützlich sind, um numerische Daten zu sammeln, bieten sie keine Möglichkeit, feinere Aspekte in die Forschung miteinzubeziehen, wie z. B. das nonverbale Verhalten der Befragten (vgl. Helfferich 2009: 21). Beispielsweise können im Rahmen eines Interviews Signale wie Anspannung oder Nervosität bei der Beantwortung einer bestimmten Frage erfasst werden – Informationen, die ein Fragebogen nicht vermitteln kann. Die Körpersprache ist in diesen Fällen entscheidend, da sie es ermöglicht, die Gefühle der befragten Person zu einem bestimmten Thema wahrzunehmen (vgl. Lamnek 2010: 366). Der direkte Kontakt, der durch das Interview entsteht, ermöglicht es, ein Vertrauensverhältnis zwischen ForscherIn und der befragten Person aufzubauen und erleichtert den Erfahrungsaustausch (vgl. Helfferich 2009: 130). Es kann nämlich sein, dass das, was in einem anonymen Fragebogen schwer auszudrücken ist, in einem Interview spontaner zum Vorschein kommt, da sich die befragte Person gehört und verstanden fühlt (vgl. Lamnek 2010: 322). Um dieses Vertrauensverhältnis zu fördern, sollte der/die ForscherIn ein Umfeld schaffen, in dem sich die Befragten wohlfühlen (vgl. Lamnek 2010: 322f.). Zum Beispiel sollte klar gemacht werden, dass es bei der Beantwortung der Fragen keine richtigen oder falschen Antworten gibt, sondern dass es ausschließlich um persönliche Erfahrungen geht, und dass man frei ist, zu sagen, wie man sich fühlt. Diese Art der Forschung zielt darauf ab, die Gedanken und Erfahrungen der Befragten ohne jegliche Wertung tiefgründig zu verstehen. Nur durch die Weitergabe dieser Informationen können die Befragten tatsächlich zum Fortschritt der Forschung beitragen.

4.1.1 Durchführung der Interviews

Für diese Arbeit wurden zehn Interviews durchgeführt: zwei für jeden Schwerpunktbereich und zwei weitere Interviews mit Studierenden, die sich aufgrund von Stress dazu entschieden haben, ihr Studium abubrechen. Dadurch werden nicht nur genauere Daten gewonnen, sondern es wird auch deutlich, welche Auswirkungen Stress, wenn er nicht richtig bewältigt wird, auf das Leben der Studierenden haben kann, und zwar nicht nur auf mentaler, sondern auch auf körperlicher Ebene. Für diese beiden Interviews wurde jeweils ein/e StudentIn mit dem Schwerpunkt Übersetzung und ein/e StudentIn mit dem Schwerpunkt Dolmetschen ausgewählt. Um eine möglichst ausgewogene Datenerhebung zu gewährleisten, wurden für die anderen Interviews Studierende ausgewählt, die fast am Ende ihres akademischen Werdegangs stehen.

Da diese Studierenden kurz vor dem Abschluss ihres Studiums stehen, haben sie die häufigsten Stressursachen bereits selbst erlebt und können wichtige Erfahrungen in diesem Zusammenhang teilen. Um die Privatsphäre der Befragten zu schützen und ein offenes Umfeld zu fördern, bleiben ihre Namen anonym. Um Unannehmlichkeiten jeglicher Art zu vermeiden, werden Namen von ProfessorInnen oder anderen akademischen Persönlichkeiten niemals direkt genannt. Da es sich um persönliche Meinungen handelt und Abschlussarbeiten veröffentlicht werden können, ist es wichtig, dass die Gedanken der Befragten vertraulich bleiben. Obwohl aus den Transkripten einige personenbezogene Daten wie Geschlecht und Herkunft hervorgehen, beeinträchtigen diese keineswegs die Privatsphäre oder die akademische Laufbahn der Studierenden.

Da die Mehrheit der Studierenden im Masterstudium Translation Wien weiblich (vgl. Universität Wien 2020) ist, handelt es sich bei den Befragten ausschließlich um Frauen. Darüber hinaus wurde, wie sich aus den Interviews hervorgeht, eine Stichprobe ausgewählt, die sowohl berufstätige als auch nicht berufstätige Studierende umfasst. Dies wurde getan, um zu analysieren, wie und ob sich die Arbeit auf das Leben der Studierenden auswirkt und um zu überprüfen, ob Studierende, die nicht berufstätig sind, tatsächlich mehr Zeit für das Studium haben oder ob es Unterschiede in der Zeitplanung gibt.

Der Großteil der Interviews wurde persönlich durchgeführt, um eine vertrauensvolle Atmosphäre zu schaffen, die offene und ehrliche Gespräche fördert. Mit denjenigen, die sich zum Zeitpunkt der Befragung nicht in Österreich befanden, wurden die Interviews telefonisch durchgeführt. In diesen Fällen wurde versucht, vor Beginn der Interviews einen informellen Kontakt mit der Befragten herzustellen, um eine offene und vertrauensvolle Atmosphäre zu schaffen. Jedes Interview wurde mit vorheriger Genehmigung der Befragten aufgezeichnet.

4.1.2 Interviewleitfaden

Ein Leitfaden hilft dabei, ein Interview mit einem kohärenten logischen Aufbau zu führen. Es handelt sich dabei um eine Anleitung, die der/die ForscherIn vor dem Interview erstellt, um festzulegen, welche Fragen gestellt werden sollen, wie sie gestellt werden sollen und in welcher Reihenfolge. Dieses Instrument dient als Orientierung während des Gesprächs (vgl. Bogner et al. 2014: 27).

Der Leitfaden, der für diese wissenschaftliche Untersuchung verwendet wird, ist teilstandardisiert. Das bedeutet, dass die zu behandelnden Themen bereits in Form von Fragen formuliert sind (vgl. Bogner et al. 2014: 28). Die Fragen müssen jedoch nicht unbedingt für jedes Interview gleich formuliert werden. Obwohl in allen Interviews die gleichen Themen

behandelt werden müssen, ist es wichtig, dass die befragte Person ihre Erfahrungen frei äußern kann. Daher kann die Art der Fragen variieren, solange die Themen trotzdem behandelt werden (vgl. Bogner et al. 2014: 28).

Mithilfe des Leitfadens kann der/die ForscherIn einem logischen Ablauf während des Gesprächs bzw. Interviews folgen. Wenn jedoch wichtige Informationen auftauchen, die vertieft werden sollten, kann der/die ForscherIn entscheiden, zusätzliche Fragen zu stellen, die nicht im Leitfaden vorgesehen sind (vgl. Bogner et al. 2014: 29). Die im Rahmen dieser Forschung durchgeführten Interviews sind daher halbstrukturiert, da sie einer Grundstruktur folgen, aber die Erforschung neuer Themen ermöglichen, die sich aus den Antworten des Befragten ergeben (vgl. Flick 2004: 282).

Der für diese wissenschaftliche Arbeit erstellte Leitfaden besteht aus drei Hauptteilen. Der erste ist die Einleitung, in der das Ziel der Forschung erläutert wird. In der zweiten, zentralen Phase werden die wichtigsten und relevantesten Fragen gestellt. Hierbei handelt es sich um den aussagekräftigsten Teil der Interviews, der in drei Blöcke unterteilt ist: Im ersten Block geht es um das Studium und den Schwerpunkt, im zweiten werden die Erfahrungen der Studierenden an der Universität untersucht und im dritten, dem wichtigsten Block, werden die Schwierigkeiten und Stressfaktoren während des Universitätsstudiums behandelt. In dieser Phase hat die befragte Person die Möglichkeit, persönliche Erfahrungen und Überlegungen mitzuteilen. Das Interview endet mit einer Reihe von Fragen zu den Erwartungen der Studierenden für die Zukunft im Translationsbereich. Für die Interviews mit Studierenden, die ihr Studium abgebrochen haben, wird der Leitfaden leicht angepasst. Es gibt weiterhin eine Einleitung und einen Hauptteil, der in drei Blöcke unterteilt ist: Der erste befasst sich mit dem Studium und dem Schwerpunkt, der zweite mit den Erfahrungen während des Studiums und der dritte mit dem Studienabbruch. Beispielsweise wird nach den Faktoren gefragt, die zur Entscheidung geführt haben, das Studium abzubrechen. Auch in diesem Fall endet das Interview mit einem Fragenblock zum Leben nach dem Studienabbruch, in dem untersucht wird, welchen Weg die Befragten gewählt haben und welche Erwartungen sie für die Zukunft haben.

Qualitative Interviews werden normalerweise in der Muttersprache der Befragten durchgeführt, um eine angenehme Atmosphäre zu schaffen und sprachliche Einschränkungen zu vermeiden, die den Ausdruck der eigenen Gedanken beeinträchtigen könnten (vgl. Bogner et al. 2014: 44f.). Von zehn befragten Personen haben drei Deutsch als Muttersprache, während die anderen Italienisch als Muttersprache haben. Da die Untersuchung vollständig auf Deutsch durchgeführt wurde und alle Befragten über gute Deutschkenntnisse verfügen, haben alle

zugestimmt, das Interview auf Deutsch durchzuführen, obwohl ihnen die Möglichkeit geboten wurde, die Sprache der Antwort zu wählen. Die Transkriptionen der Interviews sind im Anhang verfügbar.

4.1.3 Transkription

Die Interviews wurden mit Zustimmung der Befragten aufgezeichnet und anschließend transkribiert. Die Transkription besteht darin, das aufgezeichnete Material in eine schriftliche Form zu übertragen (vgl. Bogner et al. 2014: 41), was den Vorteil hat, dass die Daten zu den Erfahrungen der Studierenden in schriftlicher Form vorliegen, wodurch ein Vergleich der verschiedenen Erfahrungen ermöglicht wird. Dieser Prozess führt allerdings auch zum Verlust einiger wichtiger Signale: während des Interviews treten Nuancen oder Betonungen auf, die im geschriebenen Text nicht vollständig wiedergegeben werden können (vgl. Bogner et al. 2014: 41f.). Um diese Informationsverluste zu begrenzen, kann der/die ForscherIn während der Interviews Notizen machen, um wichtige Details in Bezug auf die Körpersprache oder die Reaktionen auf bestimmte Fragen nicht zu vernachlässigen.

Die Transkription wurde mit einem Spracherkennungsprogramm (Diktierfunktion von Microsoft Word) durchgeführt, und anschließend wurde der Inhalt korrigiert und angepasst, indem die Aufnahmen erneut angehört wurden. Da es sich um mündliche Interviews handelt, können diese Grammatik- und Syntaxfehler aufweisen. Hierbei ist es wichtig, dass der/die ForscherIn sich für eine einheitliche Vorgehensweise bei der Transkription entscheidet, damit diese konsistent sind. Wie Bogner et al. (2014: 42) betonen, sollten in den Transkriptionen wichtige Pausen oder besondere Betonungen der behandelten Themen dokumentiert werden, da diese für das Verständnis der Daten entscheidend sind. Es ist jedoch nicht notwendig, „jede hörbare Nuance der Audioaufnahme irgendwie in Schriftform zu bringen“ (Bogner et al. 2014: 42) wie beispielsweise Füllwörter oder bestimmte Wiederholungen, sondern nur das, was für das Verständnis des Inhalts relevant ist. Falls einige Wörter oder Ausdrücke unvollständig sind, sollten sie „korrigiert“ und in ihrer vollständigen Form transkribiert werden (vgl. Bogner et al. 2014: 43). Sollten in den Interviews Ausdrücke im Dialekt vorkommen, sind diese ins Hochdeutsche zu übertragen (vgl. Fuß und Karbach 2019: 30). Schließlich sollten in den Transkriptionen nicht nur die Antworten der interviewten Personen, sondern auch die Fragen des/der Forschers/Forscherin wiedergegeben werden (vgl. Bogner et al. 2014: 42). Da es sich um einen Dialog zwischen zwei Personen handelt, ist es wichtig, alles, was gesagt wird, vollständig zu transkribieren, damit das gesamte Gespräch korrekt dokumentiert wird.

Zu den wichtigsten Transkriptionsregeln, die für diese wissenschaftliche Forschung verwendet werden, zählen vor allem die Abkürzungen, mit denen angegeben wird, wer spricht. Die Aussagen der Forscherin werden mit „I“ gekennzeichnet, das für „Interviewerin“ steht, während die Worte der befragten Person mit „Fü-N“/„LMü-N“/„Dd-N“/„Kd-N“ gekennzeichnet werden. Die ersten Buchstaben stehen für den gewählten Schwerpunkt: Fü Fachübersetzen, LMü Literatur- und Medienübersetzen, Dd Dialogdolmetschen und Kd Konferenzdolmetschen. N steht für das Referenzinterview bzw. die interviewte Person. Was die Interviews mit Studierenden betrifft, die das Studium abgebrochen haben, werden diese mit den folgenden Abkürzungen bezeichnet: SaKd-N und SaFü-N, wobei die ersten beiden Buchstaben für Studienabbruch und die anderen für den gewählten Schwerpunkt stehen. Darüber hinaus werden gemäß den Transkriptionsregeln von Kuckartz (2014) längere Pausen durch drei Auslassungspunkte in Klammern und kürzere Pausen durch drei Auslassungspunkte gekennzeichnet. Unklare Ausdrücke oder Wörter werden nach Möglichkeit korrigiert; wenn sie unverständlich sind, werden sie in Klammern als unverständlich (unv.) angegeben. Lachen werden nur transkribiert, wenn sie von Bedeutung sind oder das Gesagte betonen. Schließlich werden Lautäußerungen wie „mhm“ oder „ähm“ weggelassen, sofern sie keinen Einfluss auf den Inhalt der Rede haben (vgl. Fuß und Karbach 2019: 30).

4.2 Qualitative Inhaltsanalyse

In diesem Kapitel wird die Datenanalyse genauer erläutert. In der wissenschaftlichen Forschung kann sie nach zwei Hauptansätzen durchgeführt werden: quantitativ oder qualitativ. Beide umfassen eine systematische Analyse, unterscheiden sich jedoch in der Art der untersuchten Daten. Die quantitative Analyse konzentriert sich auf numerische Daten, während die qualitative Analyse auf der Interpretation von Wörtern, Sätzen und Texten basiert (vgl. Mayring 2022: 18).

Die vorliegende wissenschaftliche Untersuchung ist qualitativ ausgerichtet. Ziel ist es, anhand von Interviews zu analysieren, ob und wie sich der Stress je nach den verschiedenen Studienrichtungen des Masterstudiums Translation an der Universität Wien unterscheidet. Die gesammelten Daten sind in diesem Fall nicht numerisch, sondern textbasiert und erfordern einen Prozess des Verstehens, Analysierens und Interpretierens durch den/die ForscherIn.

In Bezug auf die qualitativen Inhaltsanalyse ist vor allem Philipp Mayring zu nennen, dessen Arbeit maßgeblich zur Entwicklung und Weiterentwicklung dieser Analysemethode beigetragen hat (vgl. Kuckartz und Rädiker 2022: 37). Mayring (2022: 11) argumentiert, dass viele der bestehenden Definitionen für die qualitative Inhaltsanalyse „zu speziell“ sind und sich

an den eigenen Interessen der AutorInnen orientieren. Als Fazit seines Beitrags stellt er fest, dass der genauere Begriff nicht qualitative Inhaltsanalyse, sondern „kategoriegeleitete Textanalyse“ ist (Mayring 2022: 13).

Die qualitative Inhaltsanalyse wurde nicht nur von Mayring erforscht. Kuckartz und Rädiker (2022) bieten eine detaillierte Erörterung zum Thema und definieren die qualitative Inhaltsanalyse wie folgt:

Unter qualitativer Inhaltsanalyse wird die systematische und methodisch kontrollierte wissenschaftliche Analyse von Texten, Bildern, Filmen und anderen Inhalten von Kommunikation verstanden. Es werden nicht nur manifeste, sondern auch latente Inhalte analysiert. Im Zentrum der qualitativen Analyse stehen Kategorien, mit denen das gesamte für die Forschungsfrage(n) bedeutsame Material codiert wird. (Kuckartz und Rädiker 2022: 39)

Dieser Definition zufolge beschränkt sich die Analyse des Textinhalts nicht nur auf den manifesten Inhalt, also das, was im Text explizit angegeben ist, sondern berücksichtigt auch den latenten Inhalt, also die impliziten Aspekte. Beide Arten von Inhalten sind für die Analyse von Interviews, die im Rahmen dieser wissenschaftlichen Arbeit durchgeführt wurden, von grundlegender Bedeutung. Ziel dieser wissenschaftlichen Forschung ist es, durch Inhaltsanalyse zu verstehen, ob und inwieweit Studierende des Masterstudiengangs Translation an der Universität Wien Stress erleben, welche Stressoren dafür verantwortlich sind und wie diese je nach gewähltem Schwerpunkt variieren können. Die Interviewanalyse beschränkt sich nicht auf das, was explizit gesagt und in den Transkripten berichtet wird, sondern umfasst auch die latente bzw. implizite Information. Es wird versucht, mögliche Anzeichen von Zufriedenheit oder Unzufriedenheit mit dem akademischen Werdegang zu erfassen.

4.2.1 Kategorisierung

Sowohl im Beitrag von Mayring (2022) als auch in jenem von Kuckartz und Rädiker (2022) spielt die Kategorisierung eine zentrale Rolle. Die Kategorisierung ist ein wesentlicher Prozess in der qualitativen Inhaltsanalyse, da sie es ermöglicht, das Textmaterial in verschiedene Kategorien zu unterteilen, was die Analyse strukturierter und systematischer macht (vgl. Kuckartz und Rädiker 2022: 53f.). Diese Vorgehensweise ermöglicht es, sowohl Ähnlichkeiten als auch Unterschiede zwischen den verschiedenen Textsegmenten oder, wie im Fall dieser Untersuchung, zwischen den verschiedenen Interviews zu erkennen, indem Textteile mit ähnlichen Merkmalen innerhalb derselben Kategorie zusammengefasst werden (vgl. Kuckartz und Rädiker 2022: 54). Durch die Kategorisierung werden die Textabschnitte auf der Grundlage der subjektiven Interpretation des/der Forschers/Forscherin organisiert und analysiert, indem

ihnen eine Bedeutung zugeschrieben wird. Die Kategorien lassen sich entweder induktiv, deduktiv oder deduktiv-induktiv bilden (vgl. Kuckartz und Rädiker 2022: 39). Das deduktive Vorgehen (*Top-down*) setzt voraus, dass die Kategorien bereits im Voraus definiert und an die Untersuchung angepasst werden. Das induktive Vorgehen (*Bottom-up*) hingegen setzt voraus, dass die Kategorien entsprechend den Ergebnissen der Datenanalyse entwickelt werden (vgl. Mayring 2022: 84).

Der Begriff Kategoriensystem bezieht sich auf die Gesamtheit der Kategorien, die bei der Datenanalyse verwendet werden, und weist drei verschiedene Strukturen auf: lineare Liste, Hierarchie oder Netzwerk (vgl. Kuckartz und Rädiker 2022: 61). Lineare Liste bedeutet, dass die Kategorien auf derselben Ebene zu finden sind, ohne dass es hierarchische Beziehungen gibt. Durch das hierarchische System werden die Kategorien in einer hierarchischen Struktur organisiert, wobei je nach Grad der Spezifität zwischen Haupt- und Subkategorien unterschieden wird. Im Netzwerksystem haben die Kategorien keine Hierarchie, sondern sind flexibel und miteinander verbunden (vgl. Kuckartz und Rädiker 2022: 61f.). Laut Kuckartz und Rädiker wird das hierarchische Kategoriensystem am häufigsten im Rahmen der qualitativen Datenanalyse verwendet:

Gegenüber linearen Listen besitzen hierarchische Kategoriensysteme den Vorteil, dass sie hervorragend strukturiert werden können. Dies kommt einer mehrstufigen Arbeitsweise entgegen, die ins Detail gehen und durch die Analyse Dimensionen und Spezifika entdecken will. Gegenüber netzwerkartigen Kategoriensystemen sind hierarchische Kategoriensysteme weitaus übersichtlicher und sie ermöglichen, nach Zusammenhängen auf verschiedenen Ebenen zu suchen. (Kuckartz und Rädiker 2022: 62f.)

Wie im nächsten Kapitel genauer beschrieben wird, wird für diese wissenschaftliche Arbeit eine lineare Liste verwendet. Dies liegt daran, dass die Kategorien nicht hierarchisch angeordnet sind, sondern auf derselben Ebene liegen, da es sich bei allen um Faktoren handelt, die je nach individueller Erfahrung Stress verursachen können oder auch nicht.

4.2.2 Allgemeines Modell der qualitativen Inhaltsanalysen

Laut Kuckartz und Rädiker (2022) gibt es drei Methoden zur Durchführung einer qualitativen Datenanalyse: die inhaltlich strukturierende qualitative Inhaltsanalyse, die evaluative Inhaltsanalyse und die typenbildende qualitative Inhaltsanalyse (2022: 104). Bei der inhaltlich strukturierenden qualitativen Inhaltsanalyse wird das Material entweder deduktiv (basierend auf bestehenden Theorien) oder induktiv (basierend auf den gesammelten Daten) in Kategorien kodiert. Dieser Prozess wird am häufigsten bei der qualitativen Datenanalyse angewendet. Bei der evaluativen Inhaltsanalyse wird das Material kategorisiert und bewertet und somit einer subjektiven Interpretation des/der Forschers/Forscherin unterzogen. Die typenbildende qualitative Inhaltsanalyse konzentriert sich auf die Gemeinsamkeiten der Daten, um Typologien zu erstellen (vgl. Kuckartz und Rädiker 2022: 104).

Je nach Forschungsfrage können diese verschiedenen Ansätze einzeln oder kombiniert angewendet werden (vgl. Kuckartz und Rädiker 2022: 175). Die Kombination mehrerer Ansätze ermöglicht eine tiefere Datenanalyse und genauere und vollständigere Ergebnisse. Je mehr das Material analysiert wird, desto spezifischer werden die Schlussfolgerungen. Trotz der unterschiedlichen Ansätze zur qualitativen Datenanalyse ist der Prozess, der zu Ergebnissen führt, in allen drei Fällen derselbe. Daher wird ein allgemeines Modell berücksichtigt, das die notwendigen Arbeitsschritte beschreibt, die zur Darstellung der Forschungsergebnisse durchgeführt werden (vgl. Kuckartz und Rädiker 2022: 106). Dieses allgemeine Modell der qualitativen Analyse wird durch das folgende Bild dargestellt:

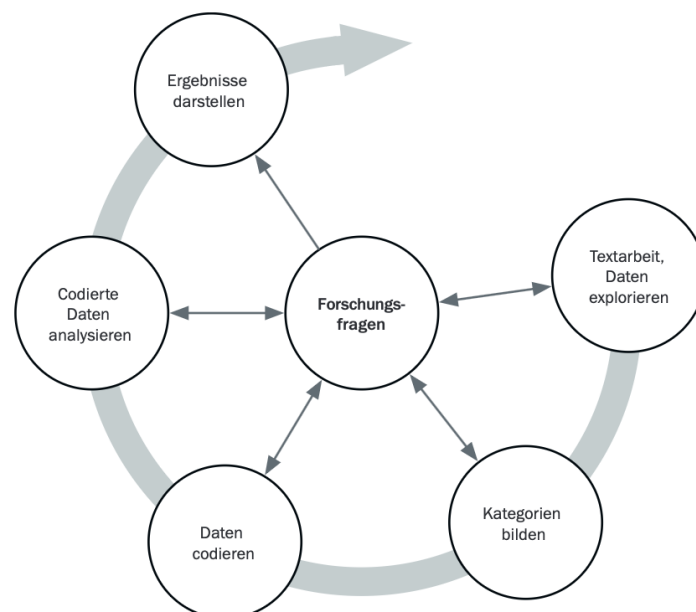


Abb. 11: Allgemeines Ablaufmodell qualitativer Inhaltsanalyse (Kuckartz und Rädiker 2022: 106)

Wie aus der Abbildung ersichtlich ist, steht die Forschungsfrage im Mittelpunkt jeder qualitativen Analyse. Der gesamte Forschungsprozess beginnt mit der Forschungsfrage und endet mit ihrer Beantwortung. Jede Phase dieses Prozesses der Datenerhebung und -analyse ist eng mit der Forschungsfrage verbunden. Nach diesem von Kuckartz und Rädiker (2022) vorgestellten allgemeinen Modell ist die Analyse qualitativer Daten durch die folgenden grundlegenden fünf Schritte gekennzeichnet:

- **Textarbeit, Daten explorieren:** In dieser Phase wird der Text (in diesem Fall die Interviews) mehrfach gelesen, um die Schlüsselemente zu identifizieren.
- **Kategorien bilden:** Nach der Begutachtung der Daten werden die gesammelten Informationen zusammengefasst und Kategorien erstellt. Dies kann entweder induktiv oder deduktiv erfolgen.
- **Daten kodieren:** Anschließend werden die überprüften Daten den erstellten Kategorien zugeordnet.
- **Codierte Daten analysieren:** Es folgt die Datenanalyse, bei der man versucht, Beziehungen zwischen den Daten herzustellen.
- **Ergebnisse darstellen:** In der letzten Phase werden die Ergebnisse zusammengefasst.

Dieses Verfahren stellt die wichtigsten Schritte der qualitativen Datenanalyse dar. Allerdings kann die Art und Weise der Kategorisierung oder die Analyse der Daten je nach verwendetem Ansatz variieren.

Im Rahmen dieser wissenschaftlichen Untersuchung basiert die qualitative Datenanalyse auf einer Kombination zweier Ansätze: der inhaltlich strukturierenden qualitativen Inhaltsanalyse und der evaluativen Inhaltsanalyse. Nach einer umfassenden inhaltlichen Analyse des Textes werden die Daten induktiv erhoben, in lineare Kategorien organisiert und anschließend kodiert. Der Fokus liegt dabei auf Gemeinsamkeiten und Unterschieden in den Erfahrungen der Studierenden. Das kodierte Material wird anschließend anhand einer Ordinalskala bewertet, um das Stressniveau der TeilnehmerInnen zu bestimmen (von niedrig bis hoch). Während der Analyse werden die Daten kommentiert, erklärt und verglichen, um Ähnlichkeiten und Unterschiede zwischen den Interviews bzw. den Erfahrungen der Studierenden sichtbar zu machen.

Das folgende Kapitel, das sich mit den Ergebnissen befasst, ist in zwei Teile gegliedert. Im ersten Teil wird das Verfahren sowie die Darstellung der Ergebnisse ausführlich beschrieben. Der zweite, kürzere Teil besteht aus einer Interpretation der Ergebnisse.

5. Ergebnisse

In diesem Kapitel werden die Ergebnisse der Untersuchung vorgestellt, bei der ermittelt werden soll, ob und in welcher Form StudentInnen des Masterstudiengangs Translation in Wien Stress erleben und wie dieser je nach Schwerpunkt variiert.

Die Datenanalyse wurde induktiv durchgeführt: Nach der Transkription und wiederholtem Durchlesen der Interviews wurden die Informationen zusammengefasst, thematisiert und in linearen Kategorien zugeordnet, die den von den Studierenden identifizierten Stressfaktoren entsprechen.

Für jedes Interviews wird eine Tabelle erstellt, in der für jede lineare Kategorie (Inhaltlich strukturierende qualitative Inhaltsanalyse, s. Kap. 4.2.2) festgehalten wird, ob dieser Stressor laut den Erfahrungen der befragten Person vorhanden ist oder nicht. Darüber hinaus wird angegeben, ob es sich um emotionalen oder physischen Stress handelt. Außerdem wird der Stress einem Intensitätsgrad zugeordnet, der von gering über mittel bis hoch reichen kann, wobei ein Studienabbruch als mögliche Konsequenz angegeben wird (evaluative qualitative Inhaltsanalyse, s. Kap. 4.2.2). Schließlich wird anhand des empfundenen Stressniveaus und dessen Einfluss angegeben, ob die befragte Person ihr Studium fortsetzt oder abbricht.

Vor der Analyse der einzelnen Interviews ist es wichtig, eine thematische Analyse der Daten durchzuführen, um die Kategorien systematisch zu klassifizieren. Dabei werden Schlüsselwörter oder -sätze in den Interviews identifiziert, die relevante Themen darstellen. Aus diesen Schlüsselementen ergeben sich wiederkehrende Muster, die wiederum zur Bildung thematischer Kategorien führen.

Die Tabelle 1 zeigt die Kategorien, ihre jeweilige Definition, die entsprechenden Themen und ihre Häufigkeit in den Interviews:

Kategorie	Definition	Themen	Häufigkeit
Arbeitsaufwand	Bezeichnet die Menge an Arbeit in Zusammenhang mit Aufgaben, die in Lehrveranstaltungen gestellt werden und außerhalb des Unterrichts bearbeitet werden müssen, um eine Lehrveranstaltung erfolgreich abzuschließen.	Hausaufgaben, Gruppenarbeit, Vorbereitung, Arbeitsbelastung	10/10

Modulprüfung	Bezeichnet die abschließenden Prüfungen für den Abschluss eines Moduls und den mir ihnen verbundenen Aufwand.	Prüfungen, Modulprüfung, Ergänzungsprüfungen	7/10
Anwesenheitspflicht	Bezeichnet die physische oder digitale Anwesenheit, die für einen positiven Abschluss der Lehrveranstaltung nötig ist.	Anwesenheitspflicht, Übungen: 2 Abwesenheiten sind erlaubt, bei einer dritten Abwesenheit ohne triftigen Grund wird der Kurs nicht bestanden	6/10
Sprachniveau	Bezeichnet das Beherrschen einer Sprache auf einem bestimmten Niveau (je nach Anforderung meist C2/C1-Niveau)	B und C-Sprache als Hindernis	7/10
Leistungsdruck	Bezeichnet bestehenden oder wahrgenommenen Zwang eine gewisse Leistung zu erbringen. Dieser kann ex- oder intrinsisch geschehen.	Angst, von anderen beurteilt zu werden, Angst, den Erwartungen nicht gerecht zu werden	6/10
Organisation im Universitätsalltag	Bezeichnet die Tätigkeiten, die einen reibungslosen Ablauf des studentischen Alltags gewährleisten.	Arbeit und andere Verpflichtungen, Prokrastination	9/10
Interaktion und Feedback	Bezeichnet den zwischenmenschlichen Umgang mit höhergestellten und gleichgestellten Personen im universitären Kontext.	Umgang mit KollegInnen und ProfessorInnen + Feedbacks	7/10
Mangelnde Unterstützung im Studium	Bezeichnet die fehlende oder mangelnde Unterstützung von Studierenden durch andere Personen.	Keine Unterstützung seitens Universität, FreundInnen, Familie, ProfessorInnen	3/10

Tabelle 1: In den Interviews genannte Kategorien, nach Themen gruppiert.

Nach der thematischen Analyse der Daten lassen sich die in den Interviews behandelten Hauptthemen erkennen. Als relevant wurden diejenigen Themen angesehen, die in den Antworten der Studentinnen³ am häufigsten vorkamen. Wie in der obenstehenden Tabelle dargestellt, lassen sich aus der thematischen Analyse der Interviews folgende Kategorien ableiten: Arbeitsaufwand, Modulprüfung, Anwesenheitspflicht, Sprachniveau, Leistungsdruck, Organisation im Universitätsalltag, Interaktion und Feedback sowie mangelnde Unterstützung im Studium.

Wie bereits erwähnt folgt auf die thematische Analyse eine qualitative Analyse der einzelnen Interviews und eine übergreifende Analyse des gesamten Untersuchungsmaterial. Zu diesem Zweck wird für jede Teilnehmerin ein zusammenfassendes Profil erstellt, in dem anhand konkreter Beispiele dargestellt wird, wie und in welchem Maße jede Stressquelle den akademischen Werdegang der jeweiligen Studentin beeinflusst. Zu den in diesen Profilen analysierten Aspekten gehört der Unterschied im empfundenen Stress zwischen DolmetscherInnen und ÜbersetzerInnen und die Bewältigungsstrategien, die im Studium eingesetzt werden. Die Wirksamkeit dieser Strategien im Umgang mit Stress wird in einer kurzen explorativen Analyse untersucht. Diese Überlegungen sind wichtig, um zukünftigen StudentInnen, die sich möglicherweise mit ähnlichen Situationen konfrontiert sehen, hilfreiche Anregungen zu geben.

5.1 Ergebnisse nach Schwerpunkten

Im Folgenden werden die zehn Profile vorgestellt, jeweils gefolgt von einem kurzen ergänzenden Kommentar.

5.1.1 LMü-1: Übersetzen in Literatur Medien und Kunst

	Zutreffend Ja Nein	Emotionaler körperlicher Stress	Stressniveau niedrig, mittel, hoch	Bewältigungs- strategie	Auswirkungen auf den Studienverlauf
Arbeitsaufwand	Ja	Emotionaler	Mittel	Vorbereitung, Übung, Organisation	Regelstudienzeit schwer einhaltbar
Modulprüfung	X	X	X	X	X

³ von nun an wird die weibliche Form verwendet, da es sich bei den genannten Personen ausschließlich um Frauen handelt.

Anwesenheitspflicht	Ja	Emotionaler	Niedrig	Organisation	Zeitaufwändige Anreise zur Universität
Sprachniveau	Nein	X	X	X	Keine wesentlichen Auswirkungen
Leistungsdruck	Ja	Emotionaler	Niedrig	Sich sicherer fühlen, sich trotz Angst vor Fehlern etwas zutrauen	Stress bewältigt, aber vorhanden
Organisation im Universitäts- alltag	Ja	Emotionaler	Hoch	Vereinbarkeit von Studium und familiären Verpflichtungen	Prokrastination, Aufschieben wegen anderen Prioritäten
Interaktion und Feedback	Ja	Emotionaler	Niedrig	Konstruktive Kritik geben	Leichtes Konkurrenzgefühl in Dolmetschkurs
Mangelnde Unterstützung im Studium	Nein	X	X	Fragen, wenn man etwas nicht versteht.	Keine wesentlichen Auswirkungen
					Fortsetzung des Studiums

Tabelle 2: LMü-1 Übersetzen in Literatur Medien und Kunst

Die Studentin hat sich für den Schwerpunkt „Übersetzen in Literatur Medien und Kunst“ entschieden. Vor der Analyse der häufigsten Stressoren werden zunächst jene Bereiche beleuchtet, die von der befragten Person als besonders herausfordernd (und demnach stressig) empfunden werden. Aus dem Interview geht hervor, dass die Hauptstressfaktoren im Zusammenhang mit literarischem und medialem Übersetzen den Einsatz von Technologien betreffen (s. LMü-1 09: 23), insbesondere von Software für das mediale Übersetzen, wie z. B. für die Untertitelung und Synchronisation. Im Bereich der Audiodeskription stellt die Lippenbewegung einen weiteren Stressfaktor dar: Es ist nämlich schwierig, in der Zielsprache ein Wort zu finden, das den Mundbewegungen in der Ausgangssprache entspricht. Ein weiterer Faktor, der zu Beginn des Studiums besonderen Stress verursacht hat, sind die

Ergänzungsprüfungen (s. LMü-1 07: 26), d. h. Prüfungen, die Studierende mit einem Bachelorabschluss einer anderen Universität ablegen müssen. Die befragte Studentin hat versucht, diese Prüfungen bereits im ersten Semester zu bestehen, um keine Verzögerungen zu riskieren und keine zusätzlichen Studiengebühren zahlen zu müssen. Wie sie jedoch erzählt hat, ist sie derzeit im Studienrückstand und zahlt Studiengebühren für ihre Abschlussarbeit, was einen weiteren Stressfaktor darstellt, da diese viel Zeit und Engagement erfordert. Darüber hinaus muss die Studentin, wie im Interview berichtet, ihre universitären und familiären Verpflichtungen miteinander vereinbaren, da sie Angehörige pflege (s. LMü-1 19: 02). Dies hat oft dazu geführt, dass sie das Schreiben ihrer Abschlussarbeit aufgeschoben hat, auch weil es ihr schwerfällt, nach einer Pause wieder in den Rhythmus zu kommen. Wie sie selbst gesagt hat: „wenn du dann mal vielleicht schon einen Monat draußen bist... ist es wahnsinnig schwer, wieder reinzukommen“ (s. LMü-1 21: 29).

Aus dem Profil geht hervor, dass die Studentin häufig Schwierigkeiten aufgrund der hohen Arbeitsbelastung an der Universität hat, die sie als „schulisch“ bezeichnet (s. LMü-1 24: 34). Sie fühlt sich häufig wie in der Oberschule, als jedes Fach Hausaufgaben, Gruppenarbeiten und knappe Abgabefristen mit sich brachte. Auch die Anwesenheitspflicht stellt ein Hindernis dar, vor allem weil die Studentin weit von der Universität entfernt wohnt. In diesem Zusammenhang hat sie betont, dass sie zu Beginn ihres Studiums während des Distance-Learning aufgrund der Corona-Pandemie besser arbeiten und effizienter lernen konnte, da sie sich mehr als eineinhalb Stunden Fahrzeit ersparte. Positiv ist, dass ihr Studiengang keine Modulprüfung vorsieht, wodurch eine weitere Stressquelle vermieden wird. Da sie in der Schweiz zweisprachig (Deutsch und Italienisch) aufgewachsen ist, hatte sie keine Schwierigkeiten mit dem erforderlichen Sprachniveau in der zweiten Sprache. Positiv wurde die Unterstützung durch Mitarbeitende der Universität, insbesondere der DozentInnen bewertet (s. LMü-1 22: 56). Sie hat verstanden, wie wichtig es ist, bei Bedarf um Hilfe zu bitten, und hat immer die gewünschte Unterstützung erhalten (s. LMü-1 15: 13). Auch die Beziehungen zu KollegInnen und ProfessorInnen haben ihren akademischen Werdegang positiv beeinflusst. Sie hat ein angenehmes Umfeld vorgefunden. Der einzige Bereich, in dem sie einen gewissen Wettbewerb empfand, war das Dolmetschen, wo eine gewisse Neigung besteht, miteinander zu konkurrieren (s. LMü-1 03: 07).

Aus dem Interview geht hervor, dass die Studentin insgesamt mit ihrem Studium zufrieden ist. Trotz der Schwierigkeiten im Zusammenhang mit der Arbeitsbelastung, der Verteilung der ECTS auf die verschiedenen Semester und folglich der individuellen Organisation sowie der noch in Arbeit befindlichen Masterarbeit bestätigt sie, dass sie sich

erneut für diesen Studiengang entscheiden würde, den sie selbst als „fordernd“ bezeichnet (s. LMü-1 08: 10).

5.1.2 LMü-2: Übersetzen in Literatur Medien und Kunst

	Zutreffend Ja Nein	Emotionaler körperlicher Stress	Stressniveau niedrig, mittel, hoch	Bewältigungs- strategie	Auswirkungen auf den Studienverlauf
Arbeitsaufwand	Ja	Emotionaler und körperlicher	Mittel	Ein bisschen Vorbereitung aber keine echte Bewältigungsstrategie gegen Stress	Einige intensive Semester und Prüfungstress besonders hoch (Nerven-Zusammenbruch)
Modulprüfung	X	X	X	X	X
Anwesenheitspflicht	Nein	X	X	X	Keine wesentlichen Auswirkungen
Sprachniveau	Ja	Emotionaler	Niedrig	Viel Übung (allein und mit ProfessorInnen)	Anfangs Überforderung mit Spanisch-niveau, dann Verbesserung
Leistungsdruck	Ja	Emotionaler	Niedrig	Sich weniger Kopf zu machen	Unsicherheit am Anfang, dann weniger Selbstkritik
Organisation im Universitätsalltag	Ja	Emotionaler	Niedrig	Vereinbarkeit von Studium und Arbeit	Durch Arbeit weniger Stress im Studium
Interaktion und Feedback	Nein	X	X	X	Keine wesentlichen Auswirkungen
Mangelnde Unterstützung im Studium	Nein	X	X	X	Keine wesentlichen Auswirkungen

					Fortsetzung des Studiums
--	--	--	--	--	---------------------------------

Tabelle 3: LMü-2 Übersetzen in Literatur Medien und Kunst

Die befragte Person hat sich für den Schwerpunkt „Übersetzen in Literatur Medien und Kunst“ entschieden. Aus dem Interview geht hervor, dass die Studentin selten in Stresssituationen gerät. Wie bereits im vorherigen Interview erwähnt, ist in diesem Schwerpunkt keine Modulprüfung im Curriculum vorgesehen. Obwohl die Modulprüfung kein Bestandteil des Studiums war, waren für die Studentin Prüfungen allgemein ein Stressfaktor (s. LMü-2 10: 38). Wie sie selbst berichtet, hat sie unter starken Ängsten und Sorgen gelitten, die sie als kleine Nervenzusammenbrüche bezeichnet (s. LMü-2 15: 33). Mit der Zeit und dank ihrer gesammelten Erfahrungen ist ihr jedoch klar geworden, dass diese Krisen hauptsächlich auf ihre persönliche Unsicherheit zurückzuführen waren, d. h. auf die Überzeugung, nicht gut genug zu sein. Sie hat erkannt, dass es sich um unbegründete Sorgen handelt, die von zu hohen Erwartungen an sich selbst genährt wurde. Dies trifft auch auf die Entwicklung sprachlicher Kompetenzen in der B-Sprache, in ihrem Fall Spanisch, sowie auf das Management des Arbeitspensums zu. Auch die alltägliche Organisation stellte anfangs eine Herausforderung dar. Insbesondere die Vereinbarkeit von Studium und Arbeit war schwierig. Paradoxerweise hat ihr die Arbeit jedoch sehr dabei geholfen, mit Stress umzugehen, gerade weil sie anfangs davon überzeugt war, dass sie in Zukunft keinen Job finden würde. Ihr Job als Verkäuferin hat ihr Selbstvertrauen gestärkt und sie dazu motiviert, ihre Fähigkeiten neu zu bewerten (s. LMü-2 15: 09). In schwierigen Zeiten, insbesondere in der Zeit vor Prüfungen, konnte sie auf die Unterstützung ihrer Familie zählen, die ihr half, Krisen zu überwinden und wieder Selbstvertrauen zu gewinnen (s. LMü-2 12: 59).

Was die Beziehungen zu den StudienkollegInnen angeht, zeichnet das Interview ein sehr positives Bild. Das Umfeld wird als freundlich und wettbewerbsfrei beschrieben, ist von konstruktivem Feedback geprägt und wird nie als übermäßig kritisch empfunden (s. LMü-2 04: 30). Wie andere StudentInnen musste sie Ergänzungsprüfungen ablegen. Die Studentin räumt zwar ein, dass diese zusätzlichen Prüfungen den Fortschritt ihrer Abschlussarbeit verzögert haben, hält sie jedoch für interessant und relevant für ihren Studiengang (s. LMü-2 06: 17).

Insgesamt fällt das Interview sehr positiv aus. Die Studentin zeigt sich zufrieden mit ihrem bisherigen Studienverlauf und hebt die Unterschiede zum Bachelorstudium hervor, das sie als negativere Erfahrung mit mehr Wettbewerb und weniger zufriedenstellenden Beziehungen zu den DozentInnen beschreibt (s. LMü-2 04: 30; 07: 27). Die Frage „Wenn du

zurückgehen könntest, würdest du dieselbe Wahl treffen?“ bejahte sie (s. LMü-2 13: 31). Sie würde sich wieder für diesen Studienschwerpunkt entscheiden, den sie mit einem einzigen Wort beschreibt: professionell (s. LMü-2 07: 08).

5.1.3 FÜ-1: Fachübersetzen und Sprachindustrie

	Zutreffend Ja Nein	Emotionaler körperlicher Stress	Stressniveau niedrig, mittel, hoch	Bewältigungs- strategie	Auswirkungen auf den Studienverlauf
Arbeitsaufwand	Ja	Emotionaler	Hoch	Gemeinschaftliches Lernen und gegenseitige Unterstützung	Regelstudienzeit schwer einhaltbar
Modulprüfung	Ja	Emotionaler	Niedrig	Glossare erstellen, Vorbereitung, Übung	Aufwendige Vorbereitung
Anwesenheitspflicht	Ja	Emotionaler	Niedrig	Arbeits- und Studienorganisation	Schwer mit der Arbeit bzw. mit anderen Verpflichtungen vereinbar
Sprachniveau	Nein	X	X	X	Keine wesentlichen Auswirkungen
Leistungsdruck	Nein	X	X	X	Keine wesentlichen Auswirkungen
Organisation im Universitätsalltag	Ja	Emotionaler	Hoch	Effizientere Selbstorganisation unter Stress	Stress durch Aufschieben bzw. Prokrastinieren
Interaktion und Feedback	Ja	Emotionaler	Niedrig	Konstruktive Kritik geben; Initiative zur Zusammenarbeit im Studium	Leichtes Konkurrenzgefühl in Dolmetschkurs; schwieriger mit den Leuten auszukommen

Mangelnde Unterstützung im Studium	Nein	X	X	X	Keine wesentlichen Auswirkungen
					Fortsetzung des Studiums

Tabelle 4: FÜ-1 Fachübersetzen und Sprachindustrie

Die interviewte Person hat sich für den Schwerpunkt „Fachübersetzen und Sprachindustrie“ entschieden. Aus dem Interview geht hervor, dass die Studentin zwar keine besonderen Schwierigkeiten während ihres Studiums gehabt hat, jedoch mit ihrer Wahl nicht ganz zufrieden ist. Sie erzählt, dass sie sich für diesen Masterstudiengang eher aus Mangel an Alternativen entschieden hat, da sie bereits ihren Bachelor (Transkulturelle Kommunikation) in Wien abgeschlossen hatte (s. FÜ-1 01: 16). Aufgrund ihres dreijährigen Studiums hat sie keine größeren Schwierigkeiten gehabt, sich in Deutsch, ihrer zweiten Sprache, Fachkenntnisse anzueignen. Diese Sprachsicherheit hat ihr auch geholfen, sich im Umgang mit anderen wohler zu fühlen und selbstbewusster an die Universität heranzugehen. In ihrem Studiengang empfindet sie keinen Wettbewerb unter den StudienkollegInnen. Allerdings hat sie festgestellt, dass dieser in den Dolmetschkursen, die sie als Fachvertiefung besucht hat, deutlich spürbar ist (s. FÜ-1 06: 31). Als Hauptstressfaktoren nennt die Studentin vor allem die Organisation des Studiums und die Arbeitsbelastung (s. FÜ-1 07: 59). Das Curriculum 2017 sieht vor allem in der Mitte des Studiums eine hohe Anzahl an ECTS-Punkten vor, was es schwierig macht, nicht in Rückstand zu geraten. Hinzu kommen das Zusammenleben mit ihrem Freund und ein Teilzeitjob, die Zeit und Aufmerksamkeit erfordern. In stressigen Zeiten neigt sie oft dazu, Dinge aufzuschieben, weil sie glaubt, unter Druck besser arbeiten zu können. Dies ist besonders häufig bei langfristig geplanten Terminen der Fall, bei denen sie Schwierigkeiten hat, sich effektiv zu organisieren (s. FÜ-1 12: 05). Zum Stress durch Lehrveranstaltungen, Hausaufgaben und Gruppenarbeiten kommt noch zusätzlicher Druck durch die Modulprüfung und die Masterarbeit hinzu. Bei der Modulprüfung ist die Studentin auf eine konkrete Schwierigkeit gestoßen. Sie hat die Prüfung in der Sprachkombination Deutsch-Englisch und umgekehrt (B- und C-Sprache) beim ersten Versuch nicht bestanden (s. FÜ-1 02: 38). Auch die Masterarbeit ist eine Stressquelle, vor allem wegen der ungenauen Fristen. Hinzu kommt noch ein weiterer Aspekt: der Umgang mit den StudienkollegInnen. Die Studentin betont, dass es während des Bachelorstudiums einfacher war, FreundInnen zu finden als im Masterstudium. Trotz Gruppenarbeiten sind die KollegInnen eher zurückhaltend, wahrscheinlich auch aufgrund ihrer

altersbedingten höheren persönlichen Verpflichtungen (s. FÜ-1 05: 18). Derzeit arbeitet sie etwa 24 Stunden pro Woche in einem Hotel. Obwohl sie der Meinung ist, dass die Arbeit keinen direkten Einfluss auf ihr Studium hat, beeinträchtigt es dennoch ihre Konzentration und macht sie müde, insbesondere wenn Vorlesungen auf lange Arbeitsschichten folgen und sie aufgrund der Anwesenheitspflicht nicht fehlen darf (s. FÜ-1 12: 59).

Grundsätzlich ist der Eindruck zweigeteilt. Einerseits hat die Studentin keine unüberwindbaren Schwierigkeiten gehabt, andererseits ist sie mit ihrer Wahl nicht zufrieden. Die Frage „Wenn du zurückgehen könntest, würdest du dich wieder für dieses Studium entscheiden?“ verneinte sie. Ihre Interessen haben sich im Laufe der Zeit verändert, sie fühlt sich nun mehr zur Kunst hingezogen und empfindet das derzeitige universitäre Umfeld als wenig fortschrittlich (s. FÜ-1 21: 34). Sie kritisiert beispielsweise, dass einige Prüfungen noch immer nur mit Hilfe eines analogen Wörterbuchs durchgeführt werden und dass das Studienangebot nur wenige Kurse zum Thema maschinelle Übersetzung umfasst, die ihrer Meinung nach die Zukunft der Branche darstellt. Sie fügt hinzu, dass die wenigen Kurse, die sich mit Übersetzungssoftware befassen, recht oberflächlich sind oder nicht so ins Detail gehen, wie sie sollten. Dadurch wird es noch schwieriger, die Inhalte zu verstehen (s. FÜ-1 23: 19).

5.1.4 FÜ-2: Fachübersetzen und Sprachindustrie

	Zutreffend Ja Nein	Emotionaler körperlicher Stress	Stressniveau niedrig, mittel, hoch	Bewältigungs- strategie	Auswirkungen auf den Studienverlauf
Arbeitsaufwand	Ja	Körperlicher	Hoch	Organisation, Übung, Pflanzliches Ergänzungsmittel (z.B. Melatonin)	Einige intensive Semester und Prüfungstress besonders hoch
Modulprüfung	Ja	Emotionaler	Hoch	Individuelle Vorbereitung und Pausenstrategie	Studienzeit- verlängerung (sie ist jetzt im 12. Semester)
Anwesenheits- pflcht	Ja	Emotionaler	Mittel	Arbeits- und Studienorgani- sation	Schwer mit der Arbeit bzw. mit anderen

					Verpflichtungen vereinbar
Sprachniveau	Ja	Emotionaler	Hoch	Übung, Kommunikation mit den Uni- und ArbeitskollegInnen	Wiederholte Kritik am Sprachniveau führte zu Selbstzweifeln und dem Gedanken an eine Studienpause
Leistungsdruck	Ja	Emotionaler	Niedrig	Sich weniger Kopf zu machen	Unsicherheit am Anfang, dann weniger Selbstkritik
Organisation im Universitätsalltag	Ja	Körperlicher	Hoch	Organisation, Pflanzliches Mittel	Zeitmanagementprobleme als Grund für verlängertes Studium
Interaktion und Feedback	Ja	Emotionaler	Niedrig	Strategien im Umgang mit Wettbewerbsdruck entwickelt	Geringe Hilfsbereitschaft im kompetitiven Umfeld
Mangelnde Unterstützung im Studium	Ja	Emotionaler	Hoch	Aktive Hilfesuche bei Universität und ProfessorInnen	Studienpause wegen fehlender Unterstützung
					Fortsetzung des Studiums

Tabelle 5: FÜ-2 Fachübersetzen und Sprachindustrie

Die befragte Person hat sich für den Schwerpunkt „Fachübersetzen und Sprachindustrie“ entschieden. Aus dem Interview geht hervor, dass die Studentin während ihres Studiums insbesondere in der Anfangsphase zahlreiche Schwierigkeiten hatte. Die größte Herausforderung war die Sprache. Es wurde ihr von verschiedenen ProfessorInnen und dem StudienServiceCenter (SSC), an das sie sich um Unterstützung gewandt hatte, mitgeteilt, dass ihre Deutschkenntnisse für ein Studium in Österreich nicht ausreichten (s. FÜ-2 06: 08). Hinzu

kamen eine hohe Arbeitsbelastung sowie zahlreiche organisatorische Herausforderungen: Als berufstätige Studentin war es für sie schwierig, Studium und Arbeit miteinander zu vereinbaren (s. FÜ-2 13: 47). Zwischen Anwesenheitspflicht, Hausaufgaben, Gruppenarbeiten, Ergänzungsprüfungen, der Vorbereitung auf die Modulprüfung und dem Selbststudium stieg der Stress so stark an, dass sie sogar körperliche Symptome entwickelte. Um damit fertig zu werden, hat sie begonnen, Medikamente einzunehmen, die ihr insbesondere nachts helfen, Stress abzubauen und somit besser zu schlafen (s. FÜ-2 12: 23).

Besonders stressig war die Modulprüfung, die sie dreimal nicht bestanden hat. Ein weiterer Fehlversuch hätte den Ausschluss von der Universität bedeutet. In dieser Phase hat sie Unterstützung bei den ProfessorInnen gesucht und um Übungen und Empfehlungen für eine bessere Vorbereitung gebeten. Ihr wurde jedoch mitgeteilt, dass Übungen außerhalb der offiziellen Lehrveranstaltungen nicht korrigiert werden und die einzige Möglichkeit, Unterstützung zu erhalten, darin besteht, die Kurse zu wiederholen, was für sie aufgrund ihrer beruflichen Verpflichtungen unmöglich war (s. FÜ-2 09: 53; 11: 33).

Nach diesen Erfahrungen hat die Studentin beschlossen, ihr Studium zu pausieren, da sie das akademische Umfeld als feindselig empfindet und es ihrer Meinung nach zu sehr dem Schulsystem ähnelt (s. FÜ-2 08: 17). Feindselig ist es für sie aufgrund der mangelnden Unterstützung in kritischen Momenten und aufgrund des Wettbewerbs zwischen den StudentInnen, die ihrer Meinung nach lieber individuell arbeiten als sich gegenseitig zu helfen (s. FÜ-2 04: 30). Hinzu kommt die Wahrnehmung, dass einige ProfessorInnen deutsche MuttersprachlerInnen favorisieren und anders behandeln als diejenigen mit anderen Muttersprachen (s. FÜ-2 07: 05). An die Schule erinnert sie vor allem der Unterrichtsstil: zahlreiche wöchentliche Hausaufgaben, Anwesenheitspflicht, viele Gruppenarbeiten und Prüfungen – Elemente, die das Studium ihrer Meinung nach unflexibel machen. Nach einer langen Pause (die Studentin befindet sich nun im zwölften Semester) hat sie beschlossen, ihr Studium abzuschließen. Dank ihrer Berufserfahrung, durch die sie ihre Deutschkenntnisse verbessern konnte, hat sie die Modulprüfung bestanden und arbeitet derzeit an ihrer Masterarbeit (s. FÜ-2 03: 43).

Die Frage „Wenn du zurückgehen könntest, würdest du denselben Schwerpunkt wählen?“ verneint sie. Der Grund für diese Antwort ist nicht, dass ihr ihr Studienfach nicht gefällt, sondern dass sie sich im universitären Umfeld nicht wohlfühlt hat. Sie hat zugegeben, dass sie aufgrund des Stresses und des Drucks öfters darüber nachgedacht hat, ihr Studium abubrechen, um sich ganz ihrer Arbeit zu widmen (s. FÜ-2 15: 46). Da sie jedoch Interesse für

den Bereich Übersetzung hat, hat sie beschlossen, nicht aufzugeben und ihr Studium abzuschließen.

5.1.5 Kd-1: Konferenzdolmetschen

	Zutreffend Ja Nein	Emotionaler körperlicher Stress	Stressniveau niedrig, mittel, hoch	Bewältigungs- strategie	Auswirkungen auf den Studienverlauf
Arbeitsaufwand	Ja	Emotionaler	Mittel	Organisation, Übung, Gemeinschaft- liches Lernen	Regelstudienzeit schwer einhaltbar, weniger sozialer Kontakt mit FreundInnen bzw. KollegInnen
Modulprüfung	Ja	Emotionaler	Mittel	Übung, individuelle und gemeinschaft- liche Vorbereitung	Aufwendige Vorbereitung
Anwesenheits- pflcht	Ja	Emotionaler	Niedrig	Organisation	Schwer mit der Arbeit bzw. mit anderen Verpflichtungen vereinbar
Sprachniveau	Ja	Emotionaler	Mittel	Übung, Kommunikation mit den Uni- und ArbeitskollegIn nen	Am Anfang Selbstzweifel, jetzt besser
Leistungsdruck	Ja	Emotionaler	Hoch	Sich weniger Kopf zu machen	Ständige Bewertung seitens KollegInnen, Selbstzweifel
Organisation im Universitäts- alltag	Ja	Emotionaler	Mittel	Vereinbarkeit von Studium und Arbeit	Zeitkonflikt zwischen Studium, Arbeit und Privatleben

Interaktion und Feedback	Ja	Emotionaler	Hoch	Konstruktive Kritik geben, sich weniger Kopf zu machen	Ständige Bewertung seitens KollegInnen, Konkurrenzgefühl
Mangelnde Unterstützung im Studium	Nein	X	X	X	Keine wesentlichen Auswirkungen
					Fortsetzung des Studiums

Tabelle 6: Kd-1: Konferenzdolmetschen

Die befragte Studentin hat sich für den Schwerpunkt „Konferenzdolmetschen“ entschieden. Wie aus dem Interview hervorgeht, hat sie während ihres Studiums Höhen und Tiefen durchlebt. Trotz verschiedener Schwierigkeiten ist sie mit ihren Fortschritten zufrieden.

Als größte Herausforderungen werden der hohe Arbeitsaufwand sowie die Koordination der universitären und außeruniversitären Verpflichtungen genannt. Die Vereinbarkeit von Hausaufgaben, Gruppenarbeiten, Ergänzungsprüfungen, ständigem Lernen, Anwesenheitspflicht und Prüfungsvorbereitungen mit dem Arbeits- und Privatleben erwies sich als besonders anspruchsvoll (s. Kd-1 06: 03; 12: 18). Erschwerend kam noch das von ihr als sehr wettbewerbsorientiert beschriebene Universitätsumfeld hinzu. Die StudentInnen werden nämlich nicht nur von den ProfessorInnen, sondern auch von ihren StudienkollegInnen „ständig bewertet“. Allerdings ist das Feedback unter den KollegInnen laut der Studentin oft eher negativ als konstruktiv, was mit der Zeit ihr Selbstvertrauen beeinträchtigt und ihre mentale Einstellung negativ verändert hat (s. Kd-1 04: 13). Die deutsche Sprache stellte eine weitere Herausforderung dar, die ständige Anstrengung erforderte. In diesem Zusammenhang empfand die Studentin auch eine gewisse Ungleichbehandlung von erst- und zweitsprachig deutschsprechenden StudentInnen durch die ProfessorInnen. Wie sie berichtet, wird eine italienische Studentin, die nur über geringe Deutschkenntnisse verfügt, aufgefordert, den Kurs zu wiederholen. Eine österreichische Studentin mit geringen Italienischkenntnissen erwartet hingegen keine entsprechenden Konsequenzen (s. Kd-1 06: 03). Die Studentin stellt fest, dass die ProfessorInnen bei der Modulprüfung tendenziell etwas nachsichtiger sind, insbesondere in der dritten Sprache (in ihrem Fall Englisch). Da ihre Muttersprache Italienisch ist und sie nicht mit der Sprachkombination Deutsch-Englisch arbeiten wird, scheinen die ProfessorInnen diesen Aspekt bei der Bewertung zu berücksichtigen (s. Kd-1 20: 49). Was jedoch die Vorbereitung auf die Modulprüfung angeht, ist der Ansatz strenger: Die DozentInnen sind der

Meinung, dass die einzige effektive Vorbereitung darin besteht, den Kurs mehrmals zu wiederholen, was für diejenigen, die Studium, Arbeit und andere Verpflichtungen miteinander vereinbaren müssen, kaum möglich ist (s. Kd-1 09: 48).

Nichtdestotrotz ist die Studentin stolz auf die Erfolge, die sie durch die Überwindung ihrer Schwierigkeiten erzielt hat. Auf die Frage „Wenn du zurückgehen könntest, würdest du denselben Schwerpunkt wählen?“ antwortet sie mit Nein und erklärt, dass sie sich wahrscheinlich für eine Spezialisierung im Marketing oder in einem Bereich entscheiden würde, der in der Arbeitswelt „nützlicher“ und lukrativer ist (s. Kd-1 16: 05). Auf die Frage, ob sie jemals daran gedacht habe, ihr Studium abzubrechen, antwortet sie mit Nein: nicht wegen einer starken Leidenschaft für ihr Studium, sondern weil es keinen Sinn hätte, die bereits investierten Jahre zu verschwenden, und weil heutzutage ein Abschluss oft unverzichtbar ist, um in die Arbeitswelt einzusteigen (s. Kd-1 15: 40).

5.1.6 Kd-2: Konferenzdolmetschen

	Zutreffend Ja Nein	Emotionaler körperlicher Stress	Stressniveau niedrig, mittel, hoch	Bewältigungs- strategie	Auswirkungen auf den Studienverlauf
Arbeitsaufwand	Ja	Emotionaler	Niedrig	Übung, Gemeinschaft- liches Lernen	Regelstudienzeit schwer einhaltbar
Modulprüfung	Ja	Emotionaler	Hoch	Akademische und mentale Vorbereitung	Aufwendige Vorbereitung
Anwesenheits- pflcht	Nein	X	X	X	Keine wesentlichen Auswirkungen
Sprachniveau	Ja	Emotionaler	Hoch	Übung, Tandem	Am Anfang Deutsch als Feind gesehen, jetzt besser
Leistungsdruck	Ja	Emotionaler	Mittel	Sich weniger Kopf zu machen, sich eine zweite Chance geben	Angst beurteilt zu werden, Selbstzweifel

Organisation im Universitätsalltag	Nein	X	X	X	Keine wesentlichen Auswirkungen
Interaktion und Feedback	Ja	Emotionaler	Hoch	Konstruktive Kritiken geben	Ständige Bewertung seitens KollegInnen, Konkurrenzgefühl Negatives Arbeitsklima
Mangelnde Unterstützung im Studium	Nein	X	X	X	Keine wesentlichen Auswirkungen
					Fortsetzung des Studiums

Tabelle 7: Kd-2 Konferenzdolmetschen

Die interviewte Person hat sich für den Schwerpunkt „Konferenzdolmetschen“ entschieden. Wie die Studentin erklärt, ist sie mit dem, was sie bisher erreicht hat, zufrieden – vor allem angesichts der zahlreichen Schwierigkeiten, denen sie während ihres Studiums begegnet ist. Sie selbst bezeichnet ihr Studium als stressig und sieht die Ursache dieser Schwierigkeiten weniger in der Arbeitsbelastung (sie ist nicht berufstätig), sondern vielmehr im stark wettbewerbsorientierten Umfeld, das ein hohes Maß an Selbstbewusstsein und Verständnisfähigkeit erfordert (s. Kd-2 06: 46). Sie beobachtete, dass MuttersprachlerInnen sich allein aufgrund ihrer höheren Sprachkompetenzen im Deutschen als etwas Besseres wahrnahmen. Gerade Studierende, die sich ihrer Fähigkeiten bewusst waren, neigten dazu, anderen hauptsächlich negatives Feedback zu geben. Diese Kritik war zwar wichtig, aber oft unausgewogen, da positive Aspekte unberücksichtigt blieben. In diesem Zusammenhang erzählt die Studentin, dass viele eine wachsende Unsicherheit und Angst vor Fehlern entwickelt haben, aus Angst, beurteilt zu werden (s. Kd-2 04: 05). In diesem Umfeld fühlte sich die Studentin oft überfordert. Die ständigen Hinweise auf ihre Fehler trotz ihrer sorgfältigen Vorbereitung auf die Übungen gaben ihr das Gefühl, dass ihre Bemühungen unbemerkt blieben (s. Kd-2 10: 49). Wie sie jedoch betont, hat sich diese Situation im Laufe der Zeit verbessert. Teilweise wird den ProfessorInnen die Verantwortung für dieses negative Klima

zugeschrieben. Sie sollen solche Einstellungen indirekt gefördert haben, indem sie die besten Studierenden besonders belohnt haben (s. Kd-2 17: 17).

Weitere Aspekte, die die Studentin in ihrem Studium als besonders stressig empfindet, sind das Sprechtempo (die Geschwindigkeit, mit der man etwas in der Zielsprache wiedergeben muss) und die erforderliche Konzentration in der Kabine (s. Kd-2 07: 48; 08: 43). Das Sprechtempo wird vor allem dann zum Problem, wenn die RederInnen beim Simultandolmetschen sehr schnell sprechen oder wenn sich die Rede beim Konsekutivdolmetschen übermäßig verlängert. In beiden Fällen ist eine hohe Konzentration erforderlich, denn selbst das geringste Geräusch kann die Dolmetschleistung beeinträchtigen. Es ist daher wichtig zu lernen, in solchen Situationen ruhig zu bleiben und Selbstvertrauen zu entwickeln. Eine weitere Herausforderung für die Studentin war die deutsche Sprache, die sie anfangs als ihren „größten Feind“ bezeichnete. Trotz intensiver Vorbereitung auf Prüfungen und Vorlesungen stieß sie auf verschiedene Schwierigkeiten, insbesondere bei wichtigen Prüfungen wie der Modulprüfung, die sie noch nicht vollständig bestanden hat. Ihre Beziehung zur deutschen Sprache hat sich jedoch verändert: Während anfangs eine starke Abneigung überwog, ist ihre Sichtweise nach mehreren Semestern Übung und Tandem-Sprachaktivitäten nun positiver (s. Kd-2 18: 19).

Auf die Frage, ob sie jemals daran gedacht habe, ihr Studium abzubrechen, antwortet sie mit Ja (s. Kd-2 12: 05), und zwar mehrmals, aufgrund der Herausforderungen und des Wettbewerbssumfelds. Sie hat es jedoch nie getan, weil sie ihr Studium einerseits schätzt und weil es sich andererseits nicht lohnen würde, auf das bisher Erreichte zu verzichten. In den schwierigsten Momenten hat sie sich immer dafür entschieden, sich eine zweite Chance zu geben (s. Kd-2 12: 40).

5.1.7 Dd-1: Dialogdolmetschen

	Zutreffend Ja Nein	Emotionaler körperlicher Stress	Stressniveau niedrig, mittel, hoch	Bewältigungs- strategie	Auswirkungen auf den Studienverlauf
Arbeitsaufwand	Ja	Emotionaler	Mittel	Übung, gemeinsames Lernen und gegenseitige Unterstützung	Einige intensive Semester, Überforderung

Modulprüfung	Nein	X	X	X	Keine wesentlichen Auswirkungen
Anwesenheitspflicht	Nein	X	X	X	Keine wesentlichen Auswirkungen
Sprachniveau	Ja	Emotionaler	Mittel	Übung, Aufnahme der Vorlesungen	Am Anfang viel Stress, aber jetzt besser
Leistungsdruck	Ja	Emotionaler	Mittel	Sich weniger Kopf zu machen	Am Anfang Angst vor Feedbacks, Angst, beurteilt zu werden, jetzt nicht mehr
Organisation im Uni-Alltag	Ja	Emotionaler	Mittel	Vereinbarkeit von Studium und Arbeit	Zeitkonflikt zwischen Studium, Arbeit und Privatleben
Interaktion und Feedback	Ja	Emotionaler	Mittel	Objektivität: heute nicht gut, morgen besser	Am Anfang Selbstzweifel, jetzt besser
Mangelnde Unterstützung im Studium	Nein	X	X	X	Keine wesentlichen Auswirkungen
					Fortsetzung des Studiums

Tabelle 8: Dd-1 Dialogdolmetschen

Die befragte Person hat sich für den Schwerpunkt „Dialogdolmetschen“ entschieden. Wie aus ihrer Erzählung hervorgeht, war das bisherige Studium von verschiedenen Schwierigkeiten geprägt. Eine dieser Schwierigkeiten war beispielweise die Sprache. Als Italienerin hatte sie vor allem zu Beginn große Probleme mit der deutschen Sprache. Mittlerweile fühlt sie sich dank viel Übung und Engagement jedoch sicherer in ihren deutschen Sprachkenntnissen (s. Dd-1 15: 44). Auch der Austausch mit anderen StudentInnen und deren Feedback haben eine wichtige Rolle gespielt. Sie betont, dass es ein wettbewerbsorientiertes Umfeld gibt, wenn auch

nicht so stark ausgeprägt wie während ihres Bachelorstudiums in Italien. Ihre Wahrnehmung deckt sich mit den Aussagen ihrer StudienkollegInnen, wonach das Feedback fast ausschließlich negative Aspekte betrifft, während positive Aspekte praktisch ignoriert werden (s. Dd-1 08: 01). Heute fühlt sie sich dank einer positiveren Einstellung, die sie im Laufe der Zeit entwickelt hat, selbstbewusster: „Wenn etwas heute nicht gut gelaufen ist, wird es morgen besser“ (Dd-1 13: 38). Es gab jedoch auch Schwierigkeiten, insbesondere bei der Bewältigung des Arbeitspensums und der täglichen Organisation. In den intensivsten Semestern fühlte sie sich bei der Koordination von Studium, Arbeit und privaten Verpflichtungen oft überfordert (s. Dd-1 21: 00). Auch die Wahl des Schwerpunkts war aus zwei Gründen mit erheblichem Stress verbunden: der Unvorhersehbarkeit und der emotionalen Komponente (s. Dd-1 11: 12; 12: 15). Der Bereich des Dialogdolmetschens ist vielfältig. Zu den möglichen Einsatzorten zählen Geschäftsverhandlungen, Krankenhäuser, Gerichte, Frauenhäuser oder Einwanderungsbehörden. Daher ist es schwierig, sich spezifisch und umfassend auf jede Situation vorzubereiten. Hinzu kommt die emotionale Komponente, die die Leistung stark beeinflussen kann. Dabei geht es nicht nur um die emotionale Wirkung der Inhalte (wie im Fall von Geschichten über Gewalt oder Krankheit), sondern auch um den Umgang mit den eigenen Emotionen. Dies ist insbesondere in Momenten sprachlicher Unsicherheit oder wenn man das passende Wort nicht finden kann, von Bedeutung. Die Studentin hat außerdem Kritik daran geäußert, dass es nicht möglich ist, während des Studiums den Schwerpunkt zu wechseln (s. Dd-1 22: 53). Sie hält diese starre Regelung für problematisch: Wenn man merkt, dass ein bestimmter Schwerpunkt nicht passt, hat man keine Möglichkeit zu wechseln, sondern muss entweder mit Schwierigkeiten weitermachen, ganz aufgeben oder von vorne anfangen. In ihrem Fall hätte sie gerne Konferenzdolmetschen gewählt, da sie die Anforderung von drei Sprachen attraktiv fand. Da sie jedoch Russisch als dritte Sprache hat, hätte sie die Kombination Deutsch-Russisch haben müssen, was sie dazu „zwang“ nur mit Italienisch und Deutsch zu arbeiten (s. Dd-1 23: 56).

Die Studentin ist grundsätzlich mit ihrer bisherigen Laufbahn zufrieden. An der Universität schätzt sie vor allem die Vielfalt. Sie betrachtet ein Umfeld, das reich an Sprachen, Kulturen und unterschiedlichen Perspektiven ist, als Mehrwert ihrer Ausbildung (s. Dd-1 10: 17). Die Frage, ob sie jemals darüber nachgedacht hat, ihr Studium abzubrechen, verneint sie und betont, dass es schade wäre, die bisherigen Anstrengungen zu verschwenden (s. Dd-1 22: 12). Auf die Frage, ob sie wieder denselben Studienschwerpunkt wählen würde, antwortet sie unsicher. Sie weiß nicht, ob sie sich wieder für Dialogdolmetschen oder Konferenzdolmetschen

entscheiden würde, da sie das Gefühl hat, für Letzteres nicht ausreichend qualifiziert zu sein (s-Dd-1 23: 56).

5.1.8 Dd-2: Dialogdolmetschen

	Zutreffend Ja Nein	Emotionaler körperlicher Stress	Stressniveau niedrig, mittel, hoch	Bewältigungs- strategie	Auswirkungen auf den Studienverlauf
Arbeitsaufwand	Ja	Emotionaler	Mittel	Gute Organisation und einen kühlen Kopf bewahren	Einige intensive Semester, Überforderung
Modulprüfung	Ja	Emotionaler	Niedrig	Positives Mindset: wenn ich die Kurse bestehe, warum nicht die Modulprüfung?	Etwas Angst, aber positive Einstellung
Anwesenheitspflicht	Nein	X	X	X	Keine wesentlichen Auswirkungen
Sprachniveau	Ja	Emotionaler	Mittel	Viel Sprachpraxis durch Austausch mit italienischen KollegInnen	Am Anfang Selbstzweifel, jetzt besser
Leistungsdruck	Nein	X	X	X	Keine wesentlichen Auswirkungen
Organisation im Universitätsalltag	Ja	Emotionaler	Mittel	Vereinbarkeit von Studium, Arbeit und Verpflichtungen	Zeitkonflikt zwischen Studium, Arbeit und Privatleben
Interaktion und Feedback	Ja	Emotionaler	Hoch	Nicht sehr extrovertiert,	Am Anfang sehr schwierig (weil

				aber bemüht um Anschluss	introvertiert) aber jetzt besser
Mangelnde Unterstützung im Studium	Nein	X	X	X	Keine wesentlichen Auswirkungen
					Fortsetzung des Studiums

Tabelle 9: Dd-2 Dialogdolmetschen

Die interviewte Person hat sich für den Schwerpunkt „Dialogdolmetschen“ entschieden. Wie aus dem Interview hervorgeht, ist die Studentin trotz anfänglicher Unsicherheiten mit ihrem Studiengang zufrieden. Da sie aus einem anderen Studienbereich kam, hatte sie befürchtet, die falsche Wahl getroffen zu haben. Sie fragte sich, ob sie wirklich für das Übersetzen oder Dolmetschen geeignet war. Schließlich entschied sie sich für eine pragmatische Herangehensweise: Probieren wir es aus und sehen wir, wie es läuft. Im schlimmsten Fall kann man immer noch wechseln (s. Dd-2 17: 56). Die größte Schwierigkeit bestand für sie in der Interaktion mit KollegInnen und ProfessorInnen. Da es sich um einen sehr kommunikationsorientierten Studiengang mit viel Austausch handelt, musste sie sich mit ihrer introvertierten Art auseinandersetzen (s. Dd-2 07: 09). Genau dieser Weg hat ihr jedoch geholfen, aus sich herauszukommen und ihre sozialen Kompetenzen zu verbessern. Auch der Schwerpunkt selbst hat zu dieser persönlichen Entwicklung beigetragen. In jeder Unterrichtseinheit müssen die StudentInnen des Dialogdolmetschens je nach Thema verschiedene Rollen übernehmen (Dd-2 16: 03). Sie müssen sich also in die Rolle hineinversetzen, dabei aber professionell bleiben, insbesondere in sensiblen Kontexten, die zum Beispiel mit Gewalt oder Krankheit zu tun haben. In solchen Situationen muss der/die DolmetscherIn mit Emotionen umgehen können und einen klaren Kopf bewahren. Ein weiterer interessanter Aspekt betrifft die linguistische Trennung zwischen den StudentInnen des Studiengangs Translation. Die Studentin betont, dass die Interaktion zwischen StudentInnen verschiedener Sprachen (z. B. zwischen Italienisch- und Russisch- oder Spanischlernenden) zwar begrenzt ist, aber dass diese Trennung für sie einen Vorteil dargestellt hat. Da sie Italienisch als zweite Sprache studiert, konnte sie dank der ständigen Anwesenheit von italienischen MuttersprachlerInnen in den Kursen regelmäßig üben und so ihre Sprachkenntnisse erheblich verbessern (s. Dd-2 06: 10). Wie viele KollegInnen musste auch sie stressige Phasen durchstehen, in denen sie Studium, Nebenjob und Fernbeziehung miteinander

vereinbaren musste (s. Dd-2 16: 03). Manchmal fühlte sich überfordert, aber trotz aller Schwierigkeiten schaffte sie es, in der Regelstudienzeit zu bleiben. Jetzt fehlen ihr nur noch einige Ergänzungsprüfungen, die Modulprüfung und die Masterarbeit. Sie betrachtet die Modulprüfung als eine wichtige Prüfung wie viele andere auch, und obwohl sie Angst hat, sie nicht beim ersten Versuch zu bestehen, geht sie die Herausforderung mit einer positiven Einstellung an: Wenn ich die Kurse geschafft habe, warum sollte ich dann nicht auch die Modulprüfung bestehen? (s. Dd-2 10: 19).

Generell fühlt sich die Studentin durch ihr Studium bereichert. Neben dem Fachwissen im Bereich Linguistik und Translation, hat das Studium ihr Allgemeinwissen auch in anderen fachlichen Bereichen gestärkt (s. Dd-2 21: 54). Sie gibt zu, dass sie manchmal daran gedacht hat, ihr Studium abzubrechen, zunächst wegen Zweifeln an ihrer Wahl, dann wegen der Schwierigkeiten beim Verfassen ihrer Masterarbeit, die ihrer Meinung nach viel strenger beurteilt wird als die Bachelorarbeit (s. Dd-2 17: 56). Dennoch beschreibt sie das Universitätsumfeld als anregend und herausfordernd. Dies motiviert sie, sich einzubringen und ihre Komfortzone zu verlassen (s. Dd-2 07: 09).

5.1.9 Sa-1: Konferenzdolmetschen

	Zutreffend Ja Nein	Emotionaler körperlicher Stress	Stressniveau niedrig, mittel, hoch	Bewältigungs- strategie	Auswirkungen auf den Studienverlauf
Arbeitsaufwand	Ja	Emotionaler	Mittel	Organisation, gemeinsames Lernen	Intensive Semester, Überforderung, hohe Präzision erfordert
Modulprüfung	Ja	Emotionaler	Hoch	Übung, Vorbereitung, Versuch mit Sorgen umzugehen (nicht geschafft)	Konstante Druck seitens ProfessorInnen
Anwesenheits- pflcht	Ja	Emotionaler	Mittel	Arbeits- und Studienorgani- sation	Schwer mit der Arbeit bzw. mit anderen

					Verpflichtungen vereinbar
Sprachniveau	Ja	Emotionaler	Mittel	Viel Sprachpraxis durch Austausch mit Uni- und ArbeitskollegInnen	Selbstzweifel, Unsicherheit in der Kommunikation mit KollegInnen
Leistungsdruck	Ja	Emotionaler	Hoch	Versuch mit Erwartungsdruck umzugehen (nicht geschafft)	Unsicherheit, Selbstzweifel, Angst beurteilt zu werden, konstante Druck
Organisation im Universitätsalltag	Ja	Emotionaler	Hoch	Vereinbarkeit von Studium, Arbeit und Verpflichtungen	Zeitkonflikt zwischen Studium, Arbeit und Privatleben
Interaktion und Feedback	Ja	Emotionaler	Hoch	Konstruktive Kritik geben, Versuch mit Erwartungsdruck umzugehen	Angst Fehler zu machen, Angst beurteilt zu werden, Selbstzweifel, Überforderung
Mangelnde Unterstützung im Studium	Ja	Emotionaler	Hoch	Nach Hilfe/Unterstützung gefragt	Fehlende Hilfe im Studium
					Studien-Abbruch

Tabelle 10: Sa-1 Konferenzdolmetschen

Die befragte Person hat sich für den Schwerpunkt „Konferenzdolmetschen“ entschieden. Im Gegensatz zu den vorherigen Interviews hat die Studentin nach einigen Semestern beschlossen, das Studium abubrechen. Es war das Ergebnis eines langen, von hohem Stress geprägten Prozesses, der sich über mehrere Semester erstreckte. Zu den Schwierigkeiten, mit denen sie zu kämpfen hatte, gehörte vor allem die deutsche Sprache (s. SaKd-1 18: 01). Diese hat nicht nur ihre Interaktion mit KollegInnen und ProfessorInnen beeinträchtigt, sondern auch tiefe Zweifel

an ihren Sprachkenntnissen geweckt. In einem als sehr wettbewerbsorientiert empfundenen Umfeld wurde diese Unsicherheit noch verstärkt. Sie fühlte sich durch das Feedback von KollegInnen und ProfessorInnen oft minderwertig oder den Erwartungen nicht gewachsen. Darüber hinaus hatte sie das Gefühl, dass StudentInnen mit anderer Muttersprache anders behandelt werden als deutsche MuttersprachlerInnen (s. SaKd-1 05: 16). Hinzu kam die hohe Arbeitsbelastung an der Universität, die es ihr schwer machte, Studium, Privatleben und später auch Arbeit miteinander zu vereinbaren. Zunächst hatte die Studentin beschlossen, nicht zu arbeiten, um sich ganz dem Studium widmen zu können. Auf Empfehlung einiger ProfessorInnen begann sie dann, in der Gastronomie zu arbeiten, in der Hoffnung, dass der tägliche Umgang mit ArbeitskollegInnen und KundInnen ihr Deutsch verbessern würde. Dies half ihr zwar, ihre Angst vor einem Gespräch zu überwinden, trug aber auch zu ihrem Stress bei, da sie weniger Zeit zum Lernen und zur Vorbereitung auf Lehrveranstaltungen und Prüfungen hatte (s. SaKd-1 14: 09; 18: 01). Auch der Druck durch ihre Familie war ein schwerwiegender Faktor. Sie wurde häufig gefragt, wann sie ihr Studium beenden würde oder wie weit sie in ihrem Studium sei, was zu einem ständigen Gefühl der Dringlichkeit und Frustration beitrug (s. SaKd-1 15: 41). Ein weiterer Stressfaktor stellte die Struktur der Modulprüfung dar, die vier Versuche zum Bestehen der Prüfung vorsieht. Sie empfand diese Begrenzung als fehlenden Spielraum für Fehler. Schon der bloße Gedanke an die Prüfung löste starke Angst aus. Mit der Zeit wurde die Studentin immer frustrierter. Ihre Bemühungen und Fortschritte schienen nicht anerkannt zu werden (s. SaKd-1 05: 16). Die anfängliche Leidenschaft für das Dolmetschen, die sie zu dieser Studienwahl geführt hatte, schwand unter dem ständigen Druck zunehmend. Aus Angst vor einem Burnout traf sie die bewusste Entscheidung, ihr Studium abubrechen (s. SaKd-1 10: 31). Heute steht sie zu ihrer Entscheidung. Sie hat erkannt, dass dieser Weg nicht der richtige für sie war und sich negativ auf ihr psychisches Wohlbefinden ausgewirkt hat. Sie fügt hinzu, dass es nicht immer notwendig ist, einen akademischen Weg zu Ende zu gehen, um sich selbst wertzuschätzen, und, dass diese Entscheidung ihr geholfen hat, sich um ihre psychische Gesundheit zu kümmern (s. SaKd-1 20: 38).

Auf die Frage, ob sie sich rückblickend wieder für das Konferenzdolmetschen entscheiden würde, antwortet sie, dass sie sich wahrscheinlich für das Fachübersetzen entscheiden würde. Dieser Schwerpunkt gibt ihr mehr Zeit zum Nachdenken, bevor sie einen Text produziert. Im Gegensatz dazu erfordert das Dolmetschen Unmittelbarkeit. Sie betont jedoch, dass die Unmöglichkeit, innerhalb ihres Studiums den Schwerpunkt zu wechseln, ein zusätzliches Hindernis dargestellt hat (s. SaKd-1 19: 42). Auf die Frage, ob sie in Zukunft

wieder studieren würde, antwortet sie mit einem „vielleicht“. Im Moment ist sie glücklich und erleichtert über ihre Entscheidung, die ihr geholfen hat, sich aus einer Situation mit übermäßigem Stress zu befreien (s. SaKd-1 20: 38).

5.1.10 Sa-2: Fachübersetzen

	Zutreffend Ja Nein	Emotionaler körperlicher Stress	Stressniveau niedrig, mittel, hoch	Bewältigungs- strategie	Auswirkungen auf den Studienverlauf
Arbeitsaufwand	Ja	Körperlich	Hoch	Gemeinsames Lernen, Organisation	Einige intensive Semester, Überforderung, Regelstudienzeit schwer einhaltbar
Modulprüfung	Ja	Emotionaler	Mittel	Übung, Vorbereitung, gemeinsames Lernen, sich weniger Kopf zu machen	Ständiger Druck (das ganze Studium fokussiert auf diese Prüfung)
Anwesenheitspflicht	Ja	Emotionaler und körperlich	Mittel	Arbeits- und Studienorganisation	Schwer mit der Arbeit bzw. mit anderen Verpflichtungen vereinbar
Sprachniveau	Nein	X	X	X	Keine wesentliche Auswirkung
Leistungsdruck	Nein	X	X	X	Keine wesentliche Auswirkung
Organisation im Universitätsalltag	Ja	Körperlich	Hoch	Vereinbarkeit von Studium, Arbeit und Verpflichtungen	Zeitkonflikt zwischen Studium, Arbeit und Privatleben

Interaktion und Feedback	Nein	X	X	X	Keine wesentliche Auswirkung
Mangelnde Unterstützung im Studium	Ja	Emotionaler und körperlicher	Hoch	Nach Hilfe/ Unterstützung gefragt	Fehlende Hilfe im Studium
					Studien-Abbruch

Tabelle 11: Sa-2 Fachübersetzen

Die interviewte Person hat sich für den Schwerpunkt „Fachübersetzen“ entschieden. Wie aus dem Interview hervorgeht, hat auch diese Studentin beschlossen, ihr Studium hauptsächlich aufgrund eines sehr hohen Stressniveaus abubrechen. Im Gegensatz zum vorherigen Fall, wo der Stress überwiegend psychologischer Natur war, äußerte sich der Stress vor allem körperlich (s. SaFü-2 04: 01). Die hohe Arbeitsbelastung, die Vorbereitung auf die Prüfungen (darunter auch die Modulprüfung), die beruflichen und persönlichen Verpflichtungen und die Anwesenheitspflicht führten zu einer erheblichen Stressbelastung. Die Studentin hat immer zwischen 30 und 40 Stunden pro Woche gearbeitet und hatte daher während des Semesters nur wenig Zeit zum Lernen. Dies machte es sehr schwierig, sich zu organisieren und den im Curriculum (2017) vorgesehenen Studienplan einzuhalten (s. SaFü-2 06: 37; 14: 50). Um diese Schwierigkeiten zu bewältigen, hat sie die Unterstützung von FreundInnen, Familie und vor allem KollegInnen gesucht. Diese Bemühungen reichten jedoch nicht aus. Was die Situation noch verschlimmerte, war die mangelnde Unterstützung durch die Universität (s. SaFü-2 09: 55). Obwohl sie die Matura in Italien abgelegt hatte, wurde ihr das für die Zulassung zu den Sprachkursen erforderliche Italienisch-Niveau C2 nicht automatisch anerkannt. Daher musste sie auf eigene Kosten eine zusätzliche Prüfung ablegen, obwohl sie italienische Muttersprachlerin ist. Diese Voraussetzung hat ihr den Zugang zu Übersetzungskursen verwehrt, wodurch sich ihr Studium weiter verzögert hat. Außerdem stellte dies eine erhebliche finanzielle Belastung dar, die sie allein tragen musste. Die Studentin hat sich an die Universität gewandt, um Unterstützung zu erhalten, aber keine Hilfe bekommen: weder finanzielle Unterstützung noch Alternativen zur Prüfung. Ihr wurde lediglich mitgeteilt, dass sie diese Italienischprüfung ablegen müsse. Der Stress, der durch diese Situation entstand, zusammen mit dem Stress durch ihre Arbeit (die aufgrund ihrer Tätigkeit in einem Hotel manchmal mehr als 40 Stunden pro Woche betrug) führte zu starken Panikattacken (s. SaFü-2 04: 01). Die

täglichen Aktivitäten wie Schlafen, die Anfahrt zur Universität oder zum Arbeitsplatz usw. waren ihr plötzlich nicht mehr möglich. Sie hat sich daher entschlossen, ihr Studium für eine Weile zu unterbrechen, um sich auf ihre berufliche Laufbahn zu konzentrieren und zu versuchen, den Stress abzubauen. Nach mehreren Monate Pause wurde ihr klar, dass sie ihr Studium nicht wieder aufnehmen wollte. Sie hat sich daher entschlossen, ihr Studium endgültig abubrechen, um weitere Panikattacken zu vermeiden (s. SaFü-2 06: 37).

Die Frage, ob sie sich rückblickend wieder für denselben Ausbildungsweg entscheiden würde, verneinte sie. Heute würde sie sich wahrscheinlich für einen Studiengang im Bereich Tourismus oder Human Resources entscheiden, da sie sich dadurch Karrieremöglichkeiten in der Hotellerie erhofft. Sie hat außerdem erklärt, dass sie darüber nachgedacht hat, in Zukunft wieder zu studieren, vielleicht einen Masterstudiengang in Hotelmanagement oder im Bereich Personalwesen (HR), aber Fachübersetzen würde sie definitiv nicht wieder studieren (s SaFü-2 11: 08; 11: 49).

5.2 Zusammenfassung der Daten

Die Tabelle (s. Tabelle 12) fasst die erhobenen Daten zusammen. Es wurde für jeden Stressor bzw. jede Kategorie angegeben, ob dieser bei beiden, einer oder keiner Studentin desselben Studienschwerpunkts vorhanden war. Wie in der Legende angegeben, wird der Stressor, wenn er sich auf die akademische Laufbahn beider Studentinnen auswirkt, rot dargestellt, wenn er nur eine der beiden betrifft, gelb und wenn er bei beiden nicht vorhanden ist, grün. Damit soll deutlich gemacht werden, welcher Stressor in welchem Fachbereich am häufigsten auftritt, und es soll ein sofortiger und zusammenfassender Überblick über die Daten gegeben werden. Als Darstellungsform wurde eine mithilfe von Matlab erstellte Heatmap gewählt.

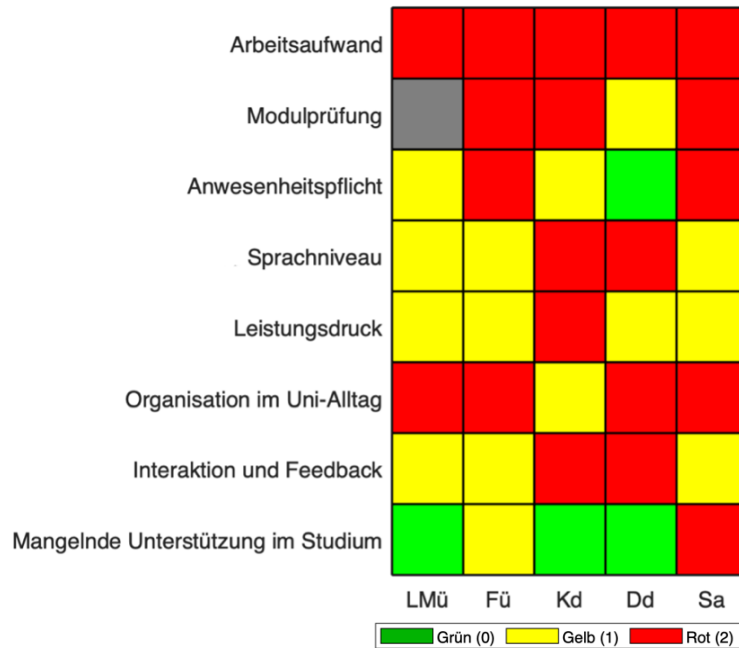


Tabelle 12: Heatmap und Legende

Als weitere Darstellungsform wurden Netzdiagramme gewählt. Diese enthalten gegenüber der Heatmap keine zusätzlichen Informationen, ermöglichen aber eine für den/die LeserIn einfachere isolierte Interpretation der einzelnen Studienschwerpunkte. Dies ermöglicht es, anhand der einzelnen Erfahrungen zu erkennen, welche Stressoren weniger belastend sind (näher am Zentrum) und welche stärker belastend sind (weiter außen). Auch diese wurden mithilfe von Matlab erstellt.

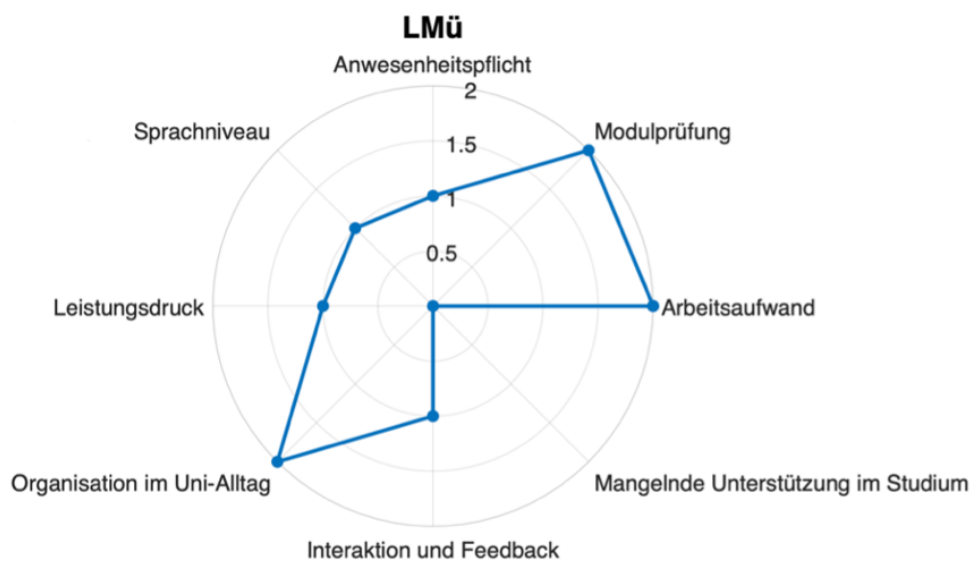


Abb. 12: Netzdiagramm Stressoren literarisches und mediales Übersetzen

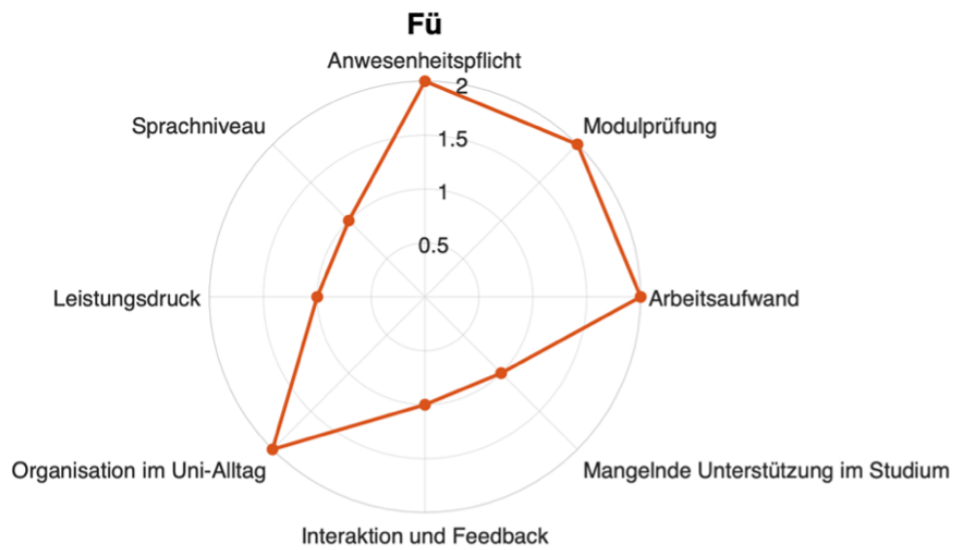


Abb. 13: Netzdiagramm Stressoren Fachübersetzen und Sprachindustrie

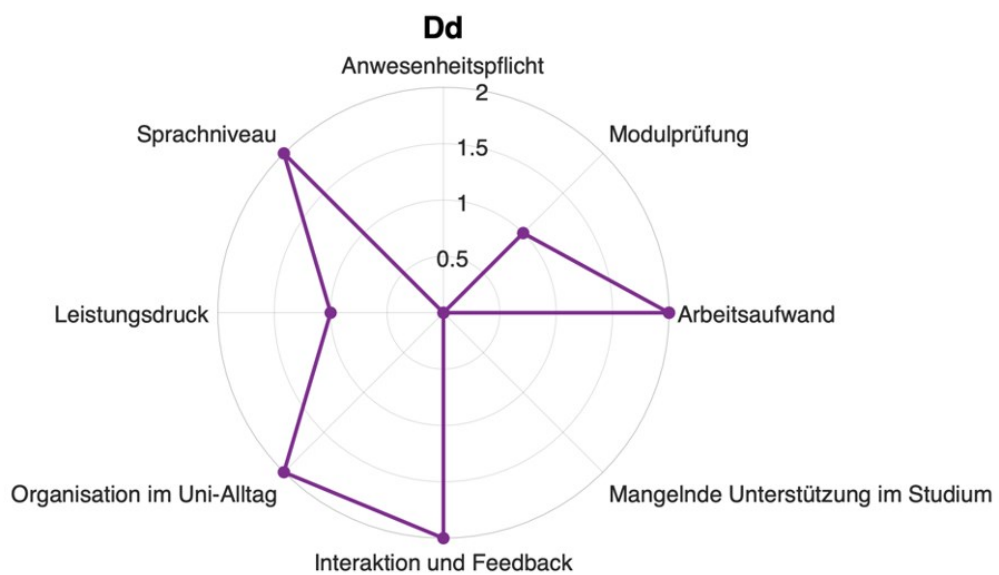


Abb. 14: Netzdiagramm Stressoren Dialogdolmetschen

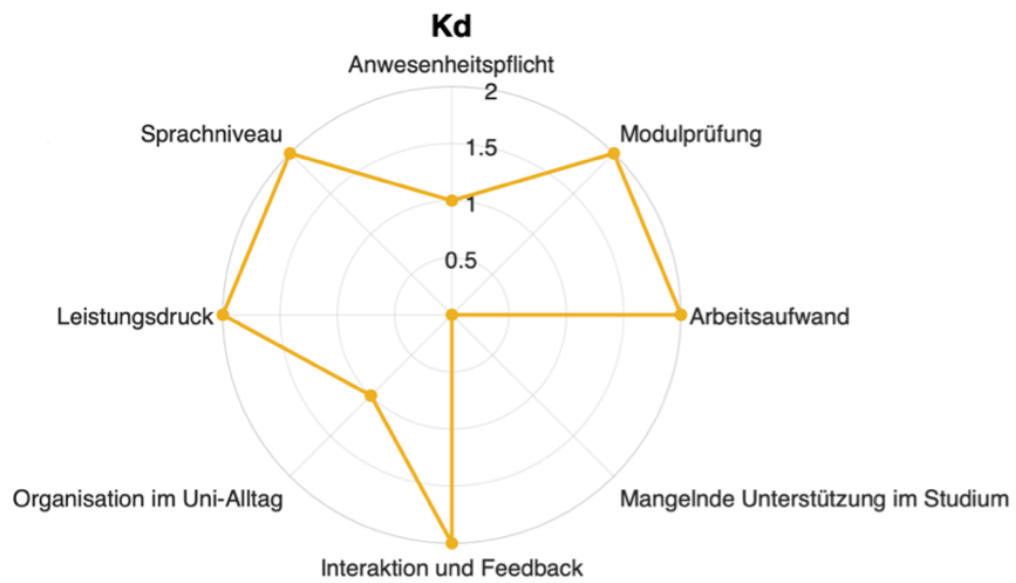


Abb. 15: Netzdiagramm Stressoren Konferenzdolmetschen

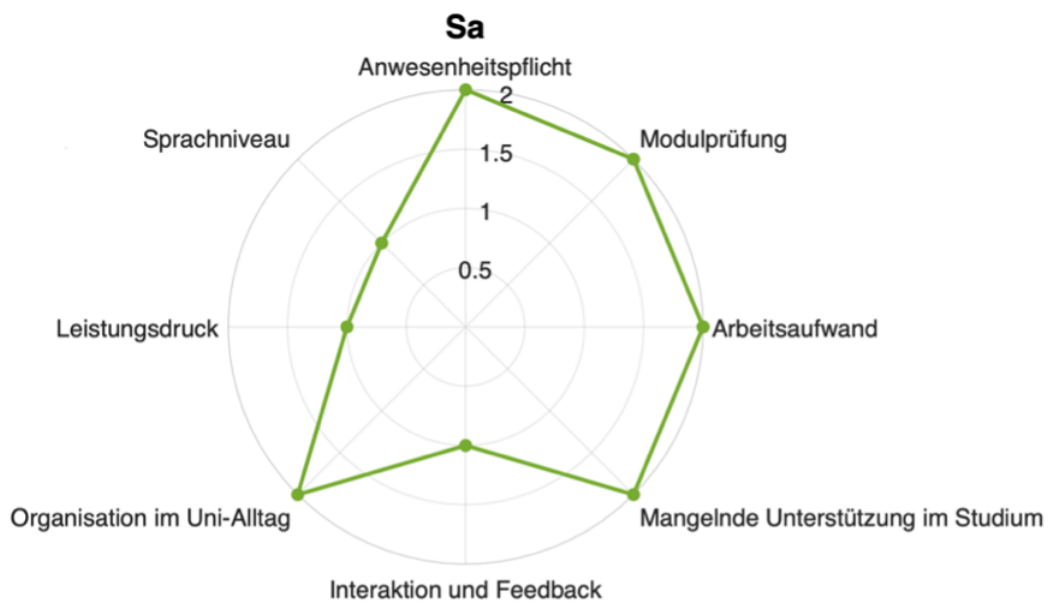


Abb. 16: Netzdiagramm Stressoren Studienabbruch

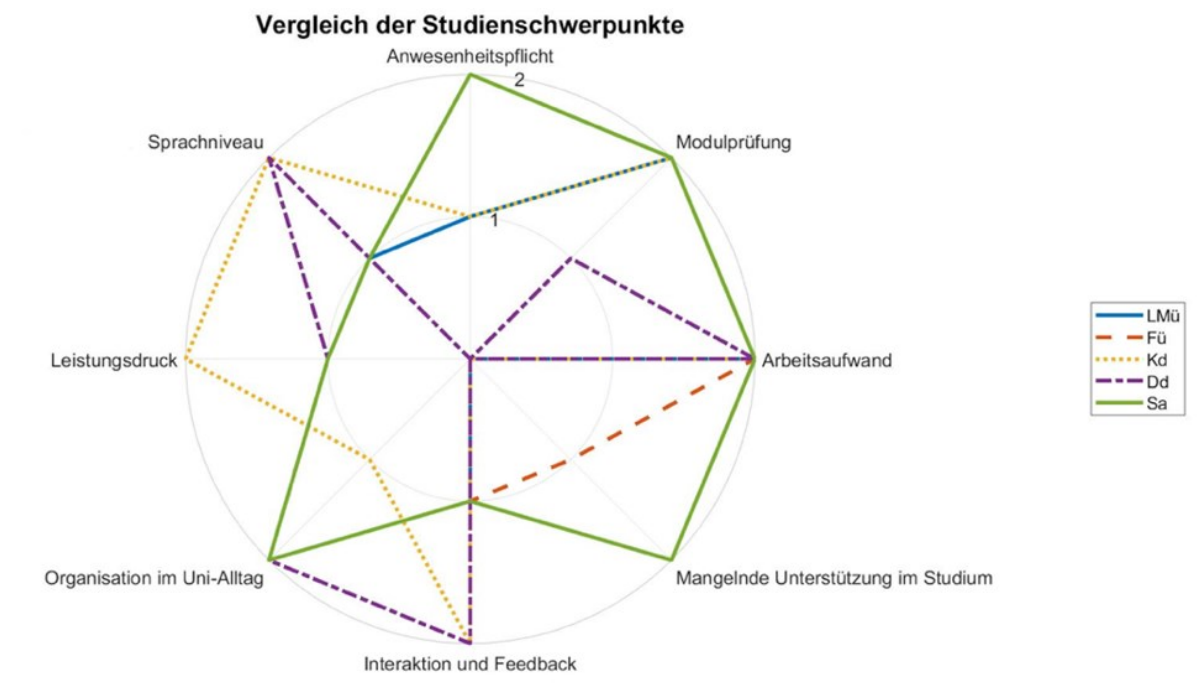


Abb. 17: Netzdiagramm- Vergleich der Studienschwerpunkte

5.3 Interpretation der Daten

Das Ziel der folgenden Analyse ist es, zu verstehen, wie die einzelnen Stressoren das Studium von Übersetzungs- und DolmetschstudentInnen an der Universität Wien beeinflussen, indem Unterschiede zwischen den gewählten Fachrichtungen untersucht und mögliche Gemeinsamkeiten herausgearbeitet werden.

Die Kategorien „Arbeitsaufwand“, „Modulprüfung“ und „mangelnde Unterstützung“ werden einzeln vertieft. „Anwesenheitspflicht“ und „Organisation im Uni-Alltag“ werden dagegen gemeinsam analysiert. Schließlich werden auch „Sprachniveau“, „Interaktion und Feedback“ sowie „Leistungsdruck“ gemeinsam analysiert, da eine Trennung hier nicht sinnvoll wäre.

5.3.1 Arbeitsaufwand

Der Stressor Arbeitsaufwand taucht als einziger in allen Studienschwerpunkten auf und wird von allen befragten Studentinnen wahrgenommen. Für LMü- und FÜ-StudentInnen umfasst der Arbeitsaufwand die regelmäßigen Hausaufgabenvergabe, die aktive Mitarbeit im Unterricht, den direkten Zusammenhang zwischen Anwesenheit und Benotung sowie die laufende Vorbereitung. Die Struktur des Curriculums und die oben genannten Elemente des

Arbeitspensums ähneln in vielen Aspekten dem schulischen Umfeld im Gymnasium oder dem (ausländischen) Bachelorstudium. Vermutlich resultiert diese Frustration der Studierenden aus einer falschen Erwartungshaltung, da sie davon ausgehen, dass sich das Masterstudium von der schulischen Ausbildung und dem Bachelorstudium unterscheidet.

Auch die Studentinnen der Schwerpunkte Dd und Kd verweisen auf den hohen Arbeitsaufwand. In diesem Zusammenhang wurde die erforderliche Vorbereitung für jede Dolmetschstunde erwähnt, für die fast jede Woche ein anderes fachliches Thema ausgewählt wird. Obwohl das Ziel des Unterrichtsmoduls darin besteht, einen Überblick über verschiedene fachliche Themen zu vermitteln, könnte dies für einige Studierende überfordernd sein, da sie nicht mehrere Wochen lang ein einzelnes Thema vertiefen, sondern fast jede Woche ein neues Thema behandeln müssen. Der Stressor „Arbeitsaufwand“ ist eine der Hauptursachen für Stress bei aktiv Studierenden aller Studienrichtungen und ein Hauptfaktor für die Entscheidung, ein Studium abzuberechen.

5.3.2 Modulprüfung

Die zweite Kategorie betrifft die Modulprüfung, eine Art Abschlussprüfung, die dazu dient, die erworbenen Sprachkenntnisse abschließend zu bewerten.

Der Aufbau der Prüfung variiert je nach Studienschwerpunkt. Für FÜ dauert sie vier Stunden und findet in beiden Sprachrichtungen statt. Im Falle von LMÜ ist diese nicht im Curriculum vorgesehen, daher ist sie in der Heatmap grau markiert. Die Bewertung von literarischen Übersetzungen oder Filmuntertiteln ohne vollständigen Kontext ist in der Tat wenig praktikabel. Die Prüfung für den Schwerpunkt Dd besteht aus einer Interaktion, die etwa eine halbe Stunde dauert. Dabei übernehmen KandidatInnen eine Rolle und vermitteln zwischen zwei Sprachen. Bei Kd gliedert sich die Prüfung in zwei Teile: konsekutiv und simultan, jeweils von der Muttersprache in die B-Sprache und umgekehrt sowie von der C-Sprache ins Deutsche.

Obwohl die Prüfung mit nur wenigen ECTS (eins bis zwei pro Sprachrichtung) bewertet wird, empfinden StudentInnen sie als besonders stressig. Die Prüfung wird bereits ab dem ersten Semester immer wieder von den DozentInnen erwähnt und die Schwierigkeit betont. Es wird auch gefordert bzw. von ProfessorInnen geraten, bereits bestandene Kurse erneut zu besuchen, wenn Inhalte oder Fähigkeiten nicht in dem Maße erworben wurden, wie es zum Bestehen der Modulprüfung angeblich erforderlich wäre. Die Vorbereitung auf die Modulprüfung ist daher mit einem hohen Maß an Stress verbunden, da das spezifische Thema erst drei Wochen im Vorhinein bekannt gegeben wird, eine intensive fachliche Vorbereitung

notwendig ist und gleichzeitig die erworbenen sprachlichen Kompetenzen aus dem gesamten Studium geprüft werden.

5.3.3 Mangelnde Unterstützung während des Studiums

Wie aus den Interviews hervorgeht, stellt der Mangel an Unterstützung durch die Universität insbesondere für die Abbrecherinnen retrospektiv einen wesentlichen Stressor dar. Die mangelnde Unterstützung bezieht sich auf drei Gruppen: ProfessorInnen, universitäre Beratungsstellen und KommilitonInnen.

Mangel an Unterstützung zeigt sich bei den ProfessorInnen insbesondere in der Entscheidung, Studierende auch dann Kurse wiederholen zu lassen, wenn dies nicht zwingend erforderlich ist, um sich besser auf die Modulprüfung vorzubereiten. Ein weiterer Aspekt, bei dem sich Studierende nicht ausreichend unterstützt fühlen, ist, dass einige ProfessorInnen keine zusätzlichen Übungsaufgaben anbieten, wenn sie von den Studierenden darum gebeten werden. Aktive Studierende fühlen sich oft nicht ausreichend durch Beratungsstellen unterstützt. Für die, die ihr Studium abgebrochen haben, war die mangelnde Beratung sogar ein entscheidender Faktor für den Abbruch, der möglicherweise mit besserer Unterstützung hätte vermieden werden können. Es kommt hinzu, dass gesetzliche Vorgaben und starre Studienpläne oft kaum Spielraum lassen, um individuell und flexibel auf die Bedürfnisse der StudentInnen einzugehen. Beratungsstellen könnten hier eine zentrale Rolle einnehmen, wenn sie stärker auf klare und hilfreiche Kommunikation setzen würden. Vonseiten der Interviewten wurde beispielweise kritisiert, dass der Abschluss in Italien nicht mit einem Sprachzertifikat auf Niveau C2 gleichgestellt wird. Die Kommunikation dieser Information durch eine Beratungsstelle empfand eine interviewte Abbrecherin als mangelhaft, es gab keine klare Antwort auf ihre Fragen und es wurden keine Alternativen aufgezeigt.

Der Mangel an Unterstützung seitens der KommilitonInnen äußert sich insbesondere in den Bereichen „Interaktion und Feedback“, „Leistungsdruck“ und „professionelles Sprachniveau“. Diese Thematik wird im Kapitel 6.2.5 näher behandelt.

5.3.4 Anwesenheitspflicht und Organisation im Universitätsalltag

Die Anwesenheitspflicht und die tägliche Organisation des StudentInnenlebens werden gemeinsam betrachtet, da sie sich gegenseitig maßgeblich beeinflussen. In diesem Bereich gibt es keine signifikanten Unterschiede zwischen den Übersetzungs- und Dolmetschstudiengängen.

Aus den Interviews geht hervor, dass viele MasterstudentInnen Schwierigkeiten haben, ihre Verpflichtungen an der Universität und ihr Privatleben miteinander zu vereinbaren. In diesem Alter nehmen die Verpflichtungen nämlich zu: Haushaltspflichten, Arbeit und Privates (Sport, Sozialleben und Integration in eine neue Stadt). All dies erfordert ein hohes Maß an Organisationsfähigkeit und kann zu erheblichem Stress führen. Das Studium hat zwar Priorität, es kann jedoch mitunter schwierig sein, die Unterrichtszeiten mit anderen Verpflichtungen in Einklang zu bringen. Der Studienplan ist festgelegt und sieht keine flexiblen Möglichkeiten vor. Zudem werden einige Kurse nur im Sommer- oder Wintersemester angeboten.

Ein weiterer Aspekt, der die Organisation der Studienplanung beeinflusst, sind die Ergänzungsprüfungen für Studierende, die ihr Bachelorstudium nicht am ZTW absolviert haben (20–25 ECTS zusätzlich zu den regulären 120). Diese betreffen nicht direkt die Planung eines einzelnen Semesters, stellen jedoch eine zusätzliche Herausforderung für den Abschluss in der vorgesehenen Zeit dar. Seit dem Curriculum 2017 können die StudentInnen selbst entscheiden, wann und wie sie diese ECTS über die Semester verteilen möchten.

Zusätzlich beeinflusst die zeitliche Planung der Masterarbeit die Organisation des Studiums. Aus den Interviews geht hervor, dass StudentInnen aller Schwerpunkte diese Abschlussphase als starke Stressquelle betrachten. Nach Abschluss der Lehrveranstaltungen stehen den StudentInnen mehr Ressourcen zur Verfügung, die sie in der Regel anderen Verpflichtungen widmen, wie beispielsweise dem Start ihrer Karriere. Ein kritischer Faktor ist das Fehlen fester Zwischenfristen, was die Arbeitsorganisation erschwert und oft zu Prokrastination führt. In diesem Zusammenhang wird die gewährte „Freiheit“ oft zur Herausforderung, insbesondere für diejenigen, die Schwierigkeiten haben, motiviert zu bleiben.

5.3.5 Sprachniveau, Interaktion und Feedback, Leistungsdruck

Sprachniveau, Interaktion und Feedback sowie Leistungsdruck werden gemeinsam betrachtet, da sie alle mit der sprachlichen Leistung zusammenhängen. In diesem Aspekt wird hauptsächlich zwischen StudentInnen mit deutscher Muttersprache und StudentInnen mit einer anderen Muttersprache unterschieden und weniger zwischen den Schwerpunkten Übersetzen und Dolmetschen.

Wie aus den Erfahrungsberichten hervorgeht, empfinden die deutschsprachigen Studentinnen die professionelle Beherrschung einer zweiten Sprache nicht unbedingt als Stressfaktor. Im Gegensatz dazu wird dieser Aspekt vor allem von StudentInnen, deren Muttersprache nicht Deutsch ist (wenn auch nicht von allen), als Schwierigkeit genannt. Die Herausforderung betrifft nicht nur die sprachlichen Kompetenzen im engeren Sinne: Es reicht

nicht aus, eine Sprache „gut zu sprechen“, sondern es ist auch unerlässlich, das richtige Wort mit höchster Präzision auszuwählen. Dieser Anspruch an das Sprachniveau äußert sich im Deutschen stärker als in anderen Arbeitssprachen, da Österreich ein deutschsprachiges Land ist. Darüber hinaus wurde in mehreren Interviews die Meinung geäußert, dass ProfessorInnen deutschsprachige StudentInnen bevorzugen. Anscheinend messen sie den Deutschkenntnissen mehr Bedeutung bei als den Kenntnissen in anderen Sprachen.

Zu dieser Wahrnehmung trägt auch das Verhalten der StudentInnen selbst bei. Teil der Lehrveranstaltungen ist die Bewertung von Leistungen durch StudienkollegInnen. In diesen Feedbacks werden jedoch meist die Fehler hervorgehoben und positive Aspekte nicht berücksichtigt. Die befragten Studentinnen betonen, dass sie für Kritik offen sind, da sie diese als nützliches Instrument zur Verbesserung ihrer sprachlichen Leistungen betrachten. Sie sind jedoch der Meinung, dass das Feedback objektiv und ausgewogen sein sollte und auch positive Aspekte berücksichtigen muss. Andernfalls besteht die Gefahr, dass ein angespanntes und wenig kooperatives Klima an der Universität entsteht, da diejenigen, die negatives Feedback geben, kompetenter oder selbstbewusster erscheinen und ihre KollegInnen demotivieren können. Die StudentInnen könnten das Gefühl haben, dass ihr Engagement bei der Vorbereitung nicht anerkannt oder geschätzt wird.

Studierende empfinden eine gewisse Wettbewerbssituation im Translationsstudium. Es ist sinnvoll zu untersuchen, wie sich diese Wahrnehmung erstens zwischen den verschiedenen Studienschwerpunkten und zweitens zwischen den einzelnen StudentInnen unterscheidet. Der Wettbewerbsdruck wird in den Dolmetschstudiengängen, insbesondere beim Schwerpunkt Kd, stärker empfunden als in den Übersetzungsstudiengängen. Es ist möglich, dass dieser Unterschied mit den Beschäftigungsaussichten der beiden Studiengänge zusammenhängt. Während Dolmetschstudierende tendenziell selektivere Stellen anstreben, beispielsweise bei europäischen Institutionen, haben Übersetzungsstudierende vielfältigere Berufsmöglichkeiten, beispielsweise in Unternehmen, Behörden, Ämtern, Verbänden usw. Besonders auffällig ist die unterschiedliche Wahrnehmung der Wettbewerbsfähigkeit zwischen StudentInnen mit verschiedenen Sprachkombinationen. Aus den Interviews geht hervor, dass italienische MuttersprachlerInnen das Umfeld als wettbewerbsintensiver empfinden als deutsche MuttersprachlerInnen. Diese Diskrepanz könnte mit bereits erwähnten Faktoren zusammenhängen, wie beispielsweise dem unausgewogenen Feedback, der empfundenen Ungleichbehandlung sowie einem stärkeren Leistungsdruck.

5.3.6 Zusammenfassung der Interpretation

Aus den Ergebnissen geht hervor, dass das Masterstudium Translation in Wien durch verschiedene Stressfaktoren beeinflusst wird. Unabhängig davon, für welchen Schwerpunkt sie sich entschieden haben, müssen alle StudentInnen eine anspruchsvolle Kombination aus regelmäßigen Hausarbeiten, Prüfungsvorbereitungen, laufender Vorbereitung auf die Lehrveranstaltungen und ihren privaten Verpflichtungen bewältigen. In dieser Hinsicht unterscheidet sich das Translationsstudium nicht sonderlich von anderen Studiengängen. Das Besondere liegt jedoch in der Klassen- bzw. Studierendengröße. Im Gegensatz zu eher theoretischen Studiengängen wie Wirtschaft oder Mathematik, in denen mehr als 50 StudentInnen in einem Hörsaal sitzen können, ist die Zahl am ZTW deutlich geringer und selten höher als 15 TeilnehmerInnen. Dies ermöglicht den ProfessorInnen nicht nur einen detaillierteren Einblick in die individuellen Fähigkeiten und Schwierigkeiten, sondern auch einen viel direkteren Kontakt zu den einzelnen StudentInnen. Sie zögern nicht, Kritik oder Bemerkungen explizit zu äußern. Das kann aber zu zusätzlichem Leistungsdruck und Angst führen und das Studium somit besonders stressig machen. Der Leistungsdruck, den die Studierenden beim Besuch eines Kurses empfinden, resultiert einerseits aus der Art der Arbeitsweise, die sie nach und nach erlernen und bei der sie Bestleistungen erbringen müssen, andererseits entsteht er durch ein Wettbewerbsumfeld, das geschaffen wird, indem sie die Studierenden dazu aufgefordert werden, sich gegenseitig zu bewerten. Daher ist es unvermeidlich, dass sich bei einigen ein gewisses Konkurrenzgefühl entwickelt. In verschiedenen Interviews berichteten Studentinnen, wie schwierig es im aktuellen Universitätskontext ist, neue Freundschaften zu schließen oder mit StudienkollegInnen zusammenzuarbeiten, wenn dies nicht unbedingt erforderlich ist. In diesem Zusammenhang stellt sich die Frage, ob es angesichts des starken Wettbewerbs am Markt wirklich sinnvoll ist, bereits während des Studiums eine Wettbewerbssituation zu fördern oder ob es nicht besser wäre, die Zusammenarbeit und gegenseitige Unterstützung unter den Studierenden zu stärken.

Die Ergebnisse der Datenanalyse zeigen deutlich, dass der Schwerpunkt Kd die höchste Konzentration an Stressoren aufweist. Fünf von acht Stressoren wurden von beiden für diesen Schwerpunkt befragten Studentinnen wahrgenommen. Es folgen FÜ und Dd, jeweils mit vier von acht wahrgenommenen Stressoren. LMÜ wurde mit nur zwei wahrgenommenen Stressoren als am wenigsten stressig empfunden.

5.3.7 Limitationen der Daten

Auch die Grenzen dieser Arbeit müssen berücksichtigt werden. Für diese Masterarbeit wurden nur zwei Personen pro Schwerpunkt, also insgesamt acht Teilnehmerinnen, befragt. Hinzu kommen zwei Erfahrungsberichte von Studentinnen, die ihr Studium aufgrund von Stress abgebrochen haben. Um eine gewisse Konsistenz zu gewährleisten, wurde nur eine Sprachkombination gewählt: Deutsch-Italienisch (ein Fall mit Spanisch statt Italienisch als B-Sprache) mit Englisch als C-Sprache, sofern vorhanden. Am ZTW stehen allerdings mehr Sprachkombinationen zur Verfügung, weshalb eine Übertragung der Erkenntnisse auf andere Sprachkombinationen nicht möglich ist. Zukünftig wäre es für eine Untersuchung interessant, eine größere Teilnehmerzahl zu erreichen und auch Studierende mit unterschiedlichen Sprachkombinationen einzubeziehen. So könnte beobachtet werden, ob dieselben Stressoren auftreten und wie diese die Erfahrungen anderer StudentInnen beeinflussen.

6. Schlussfolgerungen

Ziel dieser Studie war es, festzustellen, durch welche Stressfaktoren der Masterstudiengang Translation an der Universität Wien gekennzeichnet ist und inwiefern sich diese je nach gewähltem Schwerpunkt unterscheiden: Fachübersetzen, Übersetzen in Literatur, Medien und Kunst, Dialogdolmetschen und Konferenzdolmetschen.

Aus der Datenanalyse ergeben sich acht verschiedene Stressfaktoren: Arbeitsaufwand, Modulprüfung, Anwesenheitspflicht, Sprachniveau, Leistungsdruck, Organisation im Uni-Alltag, Interaktion und Feedback sowie mangelnde Unterstützung im Studium. Die Intensität dieser Stressfaktoren variiert je nach gewählter Studienrichtung. Bei den beiden Übersetzungsstudiengängen sind die Hauptstressfaktoren der Arbeitsaufwand, die Prüfungsvorbereitung und das Erreichen eines professionellen Sprachniveaus. Der letzte Stressfaktor kann darauf zurückgeführt werden, dass in diesen Studiengängen die Präzision der Wortwahl eine wichtigere Rolle spielt als die diskursiven Aspekte und die Gedächtnisleistung, die hingegen in den beiden Dolmetschstudiengängen im Vordergrund stehen.

Generell zeigen die Daten, dass Konferenzdolmetschen der stressigste Schwerpunkt ist, gefolgt von Fachübersetzen und Dialogdolmetschen, die gleichauf liegen, und schließlich Übersetzen in Literatur, Medien und Kunst.

Die in der Einleitung aufgestellte Hypothese, nach der der Stress unter Studierenden der Translationswissenschaft je nach Schwerpunkt variiert, konnte bestätigt werden. Die Intensität der identifizierten Stressfaktoren unterscheidet sich signifikant je nach den spezifischen Herausforderungen und Schwierigkeiten des jeweiligen Studienschwerpunkts. Dennoch sollten diese Herausforderungen nicht zu einer psychischen und physischen Erschöpfung (Burnout) führen. Es wäre ideal, ein Gleichgewicht zwischen den akademischen Anforderungen und dem Wohlbefinden der Studierenden zu finden. Die Suche nach diesem Gleichgewicht, begleitet von effektiven Bewältigungsstrategien für stressige Situationen könnte Anlass für weitere Untersuchungen sein, sowie die Berücksichtigung verschiedener Sprachkombinationen und einer größeren Anzahl von InterviewteilnehmerInnen.

Bibliographie

- Albl-Mikasa, Michaela und Tiselius, Elisabet (2022). *The Routledge handbook of conference interpreting*. 1 Aufl. London/New York: Routledge.
- Andres, Dörte (2015). Consecutive Interpreting. In: Pöchhacker, Franz (Hg.) *Routledge Encyclopedia of Interpreting Studies*. London/New York: Routledge, 84–87.
- Balkis, Murat (2013). The Relationship between Academic Procrastination and Students' Burnout. *Hacettepe University Journal of Education* 28 (1), 68–78.
- Bernhard, Hans und Wermuth, Josef (2011). *Stressprävention und Stressabbau*. Weinheim: Beltz-Verlag.
- Bloch, Roland (2007). „Natürlich möchte man es auch gern im Lebenslauf stehen haben...“ – Bedeutungen des Praktikums für Studierende. *Beiträge zur Hochschulforschung* 29 (4), 82–106.
- Blumenthal, Pamela; Britt, Thomas W.; Cohen, Jason A.; McCubbin, James; Maxfield, Nathan; Michael, Erica B.; Moore, Philip; Obler, Loraine K.; Scheck, Petra; Signorelli, Teresa M. und Wallsten, Thomas S. (2006). Stress effects on bilingual language professionals' performance. *International Journal of Bilingualism: Cross-Disciplinary, Cross-Linguistic Studies of Language Behavior* 10 (4), 477–497.
- Bogner, Alexander; Littig, Beate; Menz, Wolfgang (2014). *Interviews mit Experten. Eine praxisorientierte Einführung*. Wiesbaden: Springer.
- Bottaccioli, Anna G.; Bottaccioli, Francesco; Minelli, Andrea (2019). Stress and the psyche-brain-immune network in psychiatric diseases based on psychoneuroendocrineimmunology: a concise review. *Annals of the New York academy of science* 1437, 31–42.
- Breitenbach, Michael; Kapferer, Elisabeth; Sedmak, Clemens (2023). Hans Selye und die Ursprünge der Stressforschung. *Stress und Armut. Eine interdisziplinäre Untersuchung von Stress in Zellen, Individuen und Gesellschaft*, 23–31.
- Buchenau, Peter und Lehmann, Stefanie (2021). *Der Anti-Stress Trainer für Studierende: Gelassen und erfolgreich zum Studienabschluss*. Wiesbaden: Springer.
- Burisch, Matthias (2013). Anleihen bei benachbarten Forschungsgebieten. *Das Burnout-Syndrom*, 75–127.
- Büttner Tobias R. und Dlugosch Gabriele E. (2013). Stress im Studium. *Prävention Und Gesundheitsförderung* 8 (2), 106–111.

- Buzarna-Tihenea, Alina und Nadrag, Lavinia (2016). The Challenges of Technical Translation: Case Study. *Ovidius University Annals. Economic Sciences Series (Online)* 16 (2), 192–197.
- Cannon, Walter B. (1932). The wisdom of the body. *The American Journal of the Medical Sciences* 184 (6), 864.
- Capri, Burhan; Ozkendir, Osman M.; Ozkurt, Berdan und Karakus, Fazilet (2012). General Self-Efficacy beliefs, Life Satisfaction and Burnout of University Students. *Procedia, Social and Behavioral Sciences* 47, 968–973.
- Costeleanu, Mirela (2021). Challenges of Technical Translations. *Studii de Gramatică Contrastivă*, (35), 51–56.
- DeCaro, Sydney A. und Lopina, Erika C. (2023). To Be or Not to Be Perfect: A Question of Engagement or Burnout in the Academic Context. *North American Journal of Psychology* 25 (2), 181–195.
- Dengscherz, Sabine; Cooke, Michèle und En, Michael (2020). *Transkulturelle Kommunikation: Verstehen - Vertiefen - Weiterdenken*. München: UVK Verlag.
- Denny, Elaine und Weckesser, Annalise (2022). How to do qualitative research? Qualitative research methods. *BJOG: an international journal of obstetrics and gynecology*, 129 (7), 1166–1167.
- Diriker, Ebru (2015). Conference Interpreting. In: Pöchhacker, Franz (Hg.) *Routledge Encyclopedia of Interpreting Studies*. London/New York: Routledge, 78–82.
- Duden. Prokrastination.
<https://www.duden.de/rechtschreibung/Prokrastination> (Stand: 23.08.2025)
- Eichenbaum, Howard; Otto, Tim; Cohen, Neal J. (1992). The Hippocampus—what does it do? *Behavioral and Neural Biology* 57(1), 2–36.
- Flick, Uwe (2004). *A companion to qualitative research*. London: SAGE Publ.
- Fullerton, Dayna J.; Zhang, Lisa M.; Kleitman, Sabina und Sudzina, Frantisek (2021). An integrative process model of resilience in an academic context: Resilience resources, coping strategies, and positive adaptation. *PloS One* 16 (2), 1–22.
- Fuß, Susanne und Karbach, Ute (2019). *Grundlagen der Transkription: Eine praktische Einführung*. Stuttgart: utb.
- Gilbert, Paul und Gilbert, Jean (2003). Entrapment and arrested fight and flight in depression: an exploration using focus groups. *Psychology and Psychotherapy* 76, 173–188.
- Gura, Trisha (2008). I'll do it tomorrow. *Scientific American mind* 19 (6), 26–33.

- Hale, Sandra B. (2015). Community Interpreting. In: Pöchhacker, Franz (Hg.) *Routledge Encyclopedia of Interpreting Studies*. London/New York: Routledge, 65–69.
- Hatch, Amos J. (2023). *Doing qualitative research in education settings*. 2. Aufl. Albany: State University of New York Press.
- Helfferrich, Cornelia (2009). *Die Qualität qualitativer Daten. Manual für die Durchführung qualitativer Interviews*. Wiesbaden: Verlag für Sozialwissenschaften.
- Helyer, Ruth und Lee, Dionne (2014). The role of work experience in the future employability of higher education graduates. *Higher Education Quarterly* 68 (3), 348–372.
- Herman, James P. und Ulrich-Lai, Yvonne M. (2009). Neural regulation of endocrine and autonomic stress responses. *Nature Reviews. Neuroscience* 10 (6), 397–409.
- Herring, Rachel und Walczyński, Marcin (2024). Emotions, stress and related phenomena in public service interpreter and translation education and training. *FITISPos International Journal* 11 (1), 9–27.
- Högborg, Björn (2024). Education system and academic stress - A comparative perspective. *British Educational Research Journal* 50 (3), 1002–1021.
- Hussain, Irshad und Sultan, Sarwat (2010). Analysis of procrastination among university students. *Procedia, Social and Behavioral Sciences* 5, 1897–1904.
- Hystad, Sigurd W.; Eid, Jarle; Laberg, Jon C.; Johnsen, Bjørn H. und Bartone, Paul T. (2009). Academic Stress and Health: Exploring the Moderating Role of Personality Hardiness. *Scandinavian Journal of Educational Research* 53 (5), 421–429.
- Jüngst, Heike E. (2008). Audiovisuelles Übersetzen – Wie unterrichte ich das? *Lebende Sprachen* 53 (2), 50–52.
- Kadrić, Mira; Kaindl, Klaus; Reithofer-Winter, Karin (2019). *Translatorische Methodik*. 6. Aufl. Wien: facultas.
- Kaluza, Gert (2007). *Gelassen und sicher im Stress: das Stresskompetenz-Buch, Stress erkennen, verstehen, bewältigen*. 3. Aufl. Heidelberg: Springer.
- Klaner, Andreas (1998). *Stressbewältigung im Studium: mit 20 praktischen Übungen zum erfolgreichen Stressabbau*. Berlin: Berlin Verlag Arno Spitz.
- Klingenberg, Ingo (2022). *Stressbewältigung durch Pflegekräfte. Konzeptionelle und empirische Analysen vor dem Hintergrund des Copings und der Resilienz*. Germany: Springer.
- Klingsieck, Katrin B. (2013). Procrastination: When Good Things Don't Come to Those Who Wait. *European Psychologist* 18 (1), 24–34.

- Kristensen, Sara M.; Larsen, Torill M. B.; Urke, Helga B. und Danielsen, Anne G. (2023). Academic Stress, Academic Self-efficacy, and Psychological Distress: A Moderated Mediation of Within-person Effects. *Journal of Youth and Adolescence* 52 (7), 1512–1529.
- Krüger, Hans J.; Steinmann, Ingo; Stetefeld, Günter; Polkowski, Marlies und Haland-Wirth, Trin (1986). *Studium und Krise: eine empirische Untersuchung über studentische Belastungen und Probleme*. Frankfurt, Main: Campus-Verl.
- Kuckartz, Udo (2014). *Qualitative Inhaltsanalyse: Methoden, Praxis, Computerunterstützung*. 2. Aufl. Weinheim & Basel: Beltz.
- Kuckartz, Udo und Rädiker, Stefan (2022). *Qualitative Inhaltsanalyse: Methoden, Praxis, Computerunterstützung*. 5 Aufl. Weinheim & Basel: Beltz.
- Lamnek, Siegfried (2010). *Qualitative Sozialforschung: Lehrbuch*. 5 Aufl. Weinheim: Beltz.
- Lazarus, Richard. S. (1966). *Psychological stress and the coping process*. New York: McGraw Hill.
- Lazarus, Richard. S. (1999). *Stress and emotion: A new synthesis*. Springer Publishing Co.
- Lazarus, Richard S. (2012). Evolution of a model of stress, coping, and discrete emotions. In: Rice, Virginia Hill (Hg.) *Handbook of stress, coping, and health. Implications for nursing research, theory, and practice* 2. Aufl., 199–225.
- Li, Hanji und Chen, Haiqing (2022). Human vs. AI: an Assessment of the Translation Quality Between Translators and Machine Translation. *International Journal of Translation, Interpretation, and Applied Linguistics* 1 (1), 43–54.
- Li, Xiangdong (2024). Research in interpreter and translation education (1955-2022): a state-of-the-art-review. *The interpreter and translator trainer* 18 (4), 523-545.
- Litosseliti, Lia (2018). *Research methods in linguistics*. 2. Aufl. London: Zed Books.
- Lupien, Sonia J.; McEwen, Bruce S.; Gunnar, Megan R. und Heim, Christine (2009). Effects of Stress throughout the Lifespan on the Brain, Behaviour and Cognition. *Nature Reviews. Neuroscience* 10 (6), 434–445.
- Mayring, Philipp (2022). *Qualitative Inhaltsanalyse: Grundlagen und Techniken*. 13. Aufl. Weinheim Basel: Beltz.
- McLeod, Saul (2023). *What is the Stress Response*.
<https://www.simplypsychology.org/stress-biology.html> (Stand: 20.10.2024).
- Meneghel, Isabella; Martinez, Isabel M.; Salanova, Marisa; Witte, Hans (2019). Promoting academic satisfaction and performance: Building academic resilience through coping strategies. *Psychology in the Schools* 56 (6), 875–890.

- Merlini, Raffaella (2015). Dialogue Interpreting. In: Pöchhacker, Franz (Hg.) *Routledge Encyclopedia of Interpreting Studies*. London/New York: Routledge, 102–107.
- Österreich.gv.at (2023). *Studienbeitrag*.
https://www.oesterreich.gv.at/de/themen/bildung_und_ausbildung/hochschulen/universitaet/Seite.160104 (Stand: 07.09.2025).
- Poyatos, Fernando (1997). *Nonverbal communication and translation: new perspective and challenges in literature, interpretation and the media*. Amsterdam; Philadelphia: John Benjamin Publishing.
- Reddy, Jayasankara K.; Menon, Karishma R. und Thattil, Anjana (2018). Academic Stress and its Sources Among University Students. *Biomedical & Pharmacology Journal* 11 (1), 531–537.
- Reif, Julia; Spieß, Erika; Stadler, Peter (2018). *Effektiver Umgang mit Stress*. Berlin: Springer.
- Riccardi, Alessandra; Marinuzzi, Guido; Zecchin, Stefano (1998). Interpretation and stress. *The Interpreters' Newsletter* (8), 93–106
- Riccardi, Alessandra (2015). Speech rate. In: Pöchhacker, Franz (Hg.) *Routledge Encyclopedia of Interpreting Studies*. London/New York: Routledge, 397–399.
- Rochette, Luc; Dogon, Geoffrey; Vergely, Catherine (2023). Stress: Eight Decades after its Definition by Hans Selye: “Stress is the Spice of Life”. *Brain Sciences* 13 (2), 310–313.
- Rolle, Tiffany; Vue, Zer; Murray, Sandra A.; Shareef, Salma Ash; Shuler, Haysetta D.; Beasley, Heather K.; Marshall, Andrea G.; Hinton, Antentor (2021). Toxic Stress and Burnout: John Henryism and social dominance in the laboratory and STEM workforce. *Pathogens and Disease* 79 (7).
- Rusch, Stephan (2019). *Stressmanagement: Ein Arbeitsbuch für die Aus-, Fort- und Weiterbildung*. Berlin/Heidelberg: Springer.
- Santana, Belén (2004). Humor verstehen vs. Humor übersetzen – Vom Regen in die „Taufe“. *HERMES- Journal of Language and Communication in Business*, 45–70.
- Schafer, Walter E. (1996) *Stress management for wellness*. 3. Aufl. Fort Worth, TX: Harcourt Brace College Publishers.
- Selye, Hans (1946). The general adaptation syndrome and the disease of adaptation. *The journal of clinical endocrinology* 6 (2), 117–230.
- Selye, Hans (1956). *The stress of life*. New York: McGraw-Hill Book Company.

- Selye, Hans (1974). *Stress. Bewältigung und Lebensgewinn*. München: R. Piper & Co. Verlag.
- Sirois, Fuschia M. (2023). Procrastination and Stress: A Conceptual Review of Why Context Matters. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 20 (6), 5031–5046.
- Sowon, Kim; Fernandez, Sebastien; Terrier Lohyd (2017). Procrastination, personality traits, and academic performance: When active and passive procrastination tell a different story. *Personality and Individual Differences* 108, 154–157.
- Stallman, Helen M. (2010). Psychological distress in university students: A comparison with general population data. *Australian Psychologist* 45 (4), 249–257.
- Stallman, Helen M. und Hurst, Cameron P. (2016). The University Stress Scale: Measuring Domains and Extent of Stress in University Students. *Australian Psychologist* 51 (2), 128–134.
- Stein, Timur (2018). Die audiovisuelle Übersetzung von Wortspielen am Beispiel der ecuadorianischen Webserie Enchufe.tv. *Pandaemonium Germanicum* 21 (35), 47–68.
- Stewart, Gordon T. (1975). Stress in Everyday Life: (a) Stress in Society. *Journal – Royal Society of Health* 95 (2), 65–69.
- Szabo, Sandor; Tache, Yvette; Somogyi, Arpad (2012). The legacy of Hans Selye and the origins of stress research: A retrospective 75 years after his landmark brief “Letter” to the Editor of Nature. *Stress* 15 (5), 472–478.
- Tan, Siang Y., und Yip, A. (2018). Hans Selye (1907-1982): Founder of the stress theory. *Singapore medical journal* 59 (4), 170–171.
- Universität Wien (2020). *Studierende und Studienzulassungen nach Studienprogrammleitung und Studienrichtung*.
https://studieren.univie.ac.at/fileadmin/user_upload/p_studieren/Studienwahl-Angebot/Statistiken/STUDSTAT_72_2019W.pdf (Stand: 01.06.2025).
- Universität Wien (o.J.a). *ECTS-Punkte*. [https://studieren.univie.ac.at/begriffs-abc/verwandte-eintraege/?tx_irfaq_pi1%5BshowUid%5D=30855&cHash=fbeb490cf5731d782a7600223421c9d7#:~:text=In%20u%3Afind%20ist%20bei,%2DPunkten%20\(%3D%20100%20Stunden\)](https://studieren.univie.ac.at/begriffs-abc/verwandte-eintraege/?tx_irfaq_pi1%5BshowUid%5D=30855&cHash=fbeb490cf5731d782a7600223421c9d7#:~:text=In%20u%3Afind%20ist%20bei,%2DPunkten%20(%3D%20100%20Stunden)) (Stand: 05.11.2024).
- Universität Wien Sprachzentrum (o.J.b). *Fremdsprachenkurse*.
https://sprachenzentrum.univie.ac.at/de/fremdsprachenkurse-1?no_cache=1&tx_seamtemplate_languageswitch%5Bcontroller%5D=Template&cHash=e7c93cc273c23f53bb09101474dc6381 (Stand: 28.10.2024).

Universität Wien (o.J.c). *Höhe des Studien-/ÖH-Beitrags*.

<https://studieren.univie.ac.at/studienbeitrag/hoehe-studienbeitrag/> (Stand: 04.11.2024).

Universität Wien (o.J.d). *Studieren und Leben- Wen frage ich bei...?*

<https://studieren.univie.ac.at/studienorganisation/studieren-und-leben-wen-frage-ich-bei/> (Stand: 28.10.2024).

Universität Wien (o.J.e). *Translation (Master)*.

<https://studieren.univie.ac.at/studienangebot/masterstudien/translation-master/> (Stand: 04.11.2024).

Universität Wien (o.J.f). *Zulassung zum Masterstudium Translation*.

<https://transvienna.univie.ac.at/studium/masterstudium-translation/voraussetzungen/> (Stand: 05.11.2024)

Urban, Tim (2016). Inside the mind of a master procrastinator. [Videoclip 13'54"]

https://www.ted.com/talks/tim_urban_inside_the_mind_of_a_master_procrastinator?subtitle=en&lng=it (Stand: 21.10.2024).

Venuti, Lawrence (2018). *The Translator's Invisibility: A History of Translation*. 2. Aufl.

New York: Routledge, Taylor & Francis Group.

Yang, Hui-Jen (2004). Factors affecting student burnout and academic achievement in multiple enrollment programs in Taiwan's technical-vocational colleges. *International Journal of Education Development* 24, 283–301.

Yaribeygi, Habib; Panahi, Yunes; Sahraei, Hedayat; Johnston, Thomas P.; Sahebkar, Amirhossein (2017). The impact of stress on body function: A review. *EXCLI journal* 16, 1057–1072.

Yin, Yao; Su, Ti; Wang, Xueke; Hu, Bowen; Zhang, Rong; Zhou, Feng und Feng, Tingyong (2025). Exploring common and distinct neural basis of procrastination and impulsivity through elastic net regression. *Cerebral Cortex* 35 (2), 1–12.

Zentrum für Translationswissenschaft (2017). *Curriculum für das Masterstudium Translation*.

https://transvienna.univie.ac.at/fileadmin/user_upload/z_translationswiss/Studium/Curricula/Curriculum_MA_Translation_Juni2018.pdf (Stand: 02.11.2024).

Zentrum für Translationswissenschaft (o.J). Masterstudium Translation

<https://transvienna.univie.ac.at/studium/masterstudium-translation/> (Stand: 02.11.2024).

Zhang, Shunmin; Liu, Peiwei und Feng, Tingyong (2019). To do it now or later: The Cognitive Mechanisms and Neural Substrates Underlying Procrastination. *Wiley Interdisciplinary Reviews. Cognitive Science* 10 (4), 1–20.

Anhänge

Anhang 1: Interviewleitfaden (Schwerpunkte)

Einleitung:

- Begrüßung
- Kurzdarstellung der Forschung und ihres Zwecks
- Hinweis, dass es um persönliche Erfahrungen und Meinungen geht, und dass es keine „richtigen“ oder „falschen“ Antworten gibt
- Fragen, ob es noch Fragen gibt und ob man mit dem Interview fortfahren kann

Block 1: Studium und Schwerpunkt

- 1) Welchen Schwerpunkt hast du gewählt?
- 2) In welchem Semester bist du jetzt?
- 3) Wieso hast du dich dafür entschieden den MA-Translation in Wien zu machen?

Block 2: Studiumserfahrung

- 1) Wie fühlst du dich jetzt? Wie läuft dein Studium?
- 2) Wie findest du die anderen StudentInnen? Gibt es viel Wettbewerb?
- 3) Wie würdest du dein Universitätsumfeld in einem Wort beschreiben?

Block 3: Schwierigkeiten und Umgang damit (kurze Erklärung, was Stressoren sind)

- 1) Was sind, deiner Meinung nach, die häufigsten Stressoren in deinem Schwerpunkt
- 2) Wie versuchst du damit umzugehen?
- 3) Arbeitest du nebenbei? Hast du andere Verpflichtungen?
- 4) Fühlst du dich manchmal überfordert?
- 5) Hast du schon einmal daran gedacht, das Studium abzugeben? Wenn ja, warum?
- 6) Wenn du die Zeit zurückdrehen könntest, würdest du dich wieder für dieses Studium entscheiden?

Block 4: Zukunftsaussichten

- 1) Hast du Angst von der Zukunft? Welche Erwartungen hast du in Bezug auf diese Arbeitswelt?

Abschluss:

- Möglichkeit, andere Gedanken zu teilen
- Dank für die Teilnahme

Anhang 2: Interviewleitfaden (Studienabbruch)

Einleitung:

- Begrüßung
- Kurzdarstellung der Forschung und ihres Zwecks
- Hinweis, dass es um persönliche Erfahrungen und Meinungen geht, und dass es keine „richtigen“ oder „falschen“ Antworten gibt
- Fragen, ob es noch Fragen gibt und ob man mit dem Interview fortfahren kann

Block 1: Studium und Schwerpunkt

- 1) Wieso hast du dich dafür entschieden den MA-Translation in Wien zu machen?
- 2) Welchen Schwerpunkt hast du gewählt? Hast du das Studium unterbrochen, bevor du zu dieser Entscheidung gekommen bist?
- 3) Wann hast du dich dafür entschieden, das Studium abubrechen?

Block 2: Erfahrungen während des Studiums

- 1) Welche Aspekte des Studiums haben dir am besten gefallen?
- 2) Welche Herausforderungen haben sich während des Studiums ergeben?

Block 3: Abbruch

- 1) Warum hast du das Studium abgebrochen?
- 3) Hattest du andere Verpflichtungen? Musstest du nebenbei arbeiten?
- 4) Welche waren deiner Meinung nach, die häufigsten Stressoren dieses Studiums?
- 5) Wie hast du versucht mit diesen Stressoren umzugehen?
- 6) Hast du Hilfe von der Universität bekommen?
- 7) Wenn du die Möglichkeit hättest, würdest du etwas anders machen? Vielleicht einen neuen Schwerpunkt wählen?

Block 4: Leben nach dem Studienabbruch

- 1) Hast du darüber nachgedacht, dein Studium wieder aufzunehmen oder einen anderen Bildungsweg einzuschlagen?

Abschluss:

- Möglichkeit, andere Gedanken zu teilen
- Dank für die Teilnahme

Anhang 3: Interviewtranskript

InterviewerIn: I

InterviewpartnerIn: LMü-1

00:00 I: Zunächst vielen Dank, dass du zugestimmt hast, mitzumachen. Ich möchte kurz den Zweck meiner wissenschaftlichen Arbeit erläutern. Das Thema dieser Forschung ist Stress im akademischen Bereich. Genauer gesagt, im Bereich der Translation. Mit dieser Forschung möchte ich die häufigsten Stressoren, die an der ZTW auftreten, identifizieren und analysieren und sie nach den verschiedenen Schwerpunkten differenzieren. Ich möchte auch hinzufügen, dass es hier um persönliche Meinungen oder Erfahrungen geht, also es gibt keine richtige oder falsche Antwort (...). Ich beginne jetzt mit den Fragen...

00:20 LMü-1: Passt.

00:22 I: Welchen Schwerpunkt hast du gewählt?

00:24 LMü-1: Ich habe mich für den Schwerpunkt Literatur und Medien Übersetzen entschieden.

00:30 I: Und in welchem Semester bist du jetzt?

00:34 LMü-1: Ich bin schon im siebten Semester, das heißt, ich muss jetzt schon zahlen.

00:40 I: Okay... Wieso hast du dich dafür entschieden den Master Translation in Wien zu machen und nicht irgendwo anders?

00:45 LMü-1: Eigentlich, weil mir Wien gefällt und ich gehört hab, dass die Universität Wien für die Translation eigentlich sehr berühmt ist und (...), weil das Translationsstudium in der Schweiz, woher ich komme (...) nur in französischsprachigen Universitäten zu studieren ist und, da ich Französisch nicht sehr mag, war das nicht eine Option, während in deutschsprachigen Raum ist die Translation an einer Hochschule und ich wollte es in universitären Rahmen machen.

01:50 I: Gut... und wie fühlst du dich jetzt? Also, wie läuft dein Studium?

02:00 LMü: Ich schreibe auch gerade an meiner Masterarbeit. Es läuft schleppend (...) manchmal geht's echt gut. Am Anfang ist eigentlich alles viel schneller gegangen, dann kam halt... viel. Ich glaube bei Masterarbeit ist so ein bisschen eine schwierigere Phase (...) wo man auch nicht so viel Zeit hat, weil eben andere Sachen, Alltagsleben plötzlich wichtiger waren... aber ich sehe nämlich natürlich danach die Arbeit fertig zu schreiben und abzugeben... ja.

03: 02 I: Wie findest du die StudentInnen? Also wie gehen die Studierenden miteinander um? Was denkst du?

03:07 LMü: also ich finde eigentlich... das ist ein ganz angenehmes Umfeld. Obwohl ich Literatur und Medien studiert hab, hab ich als Zusatzkurse auch Dialogdolmetschen gewählt, weil ich Erfahrungen in Dolmetschen haben wollte (...) da es ja doch eine andere Arbeitsaufgabe ist, die man nicht so schnell erlernt aus Eigenstudium, sondern man muss schon mehr experimentieren können und da halt eben ein bisschen üben können (...) und da ist natürlich...ich weiß nicht, ob ich das Wort Wettbewerb benutzen würde in dem Sinn. Aber man muss sich schon eher sicherer fühlen. Und es gab halt auch im Dialogdolmetschen doch sehr viele, die doch eher Probleme damit hatten sich jetzt zu äußern zum Beispiel. Ich denke es ist halt sehr, sehr schwer konstruktive Kritik zu geben. Also, dass du nicht anfängst mit das und

das hast du falsch gemacht, sondern, dass du wirklich versuchst zu sagen, das könnte man vielleicht anders machen oder das hast du sehr gut gemacht, aber das nächste Mal versuch vielleicht ruhiger zu sein. Es ist immer die Art und Weise wie man spricht. Ich habe die Erfahrung gemacht, dass die Leute eigentlich schon eher versucht haben, konstruktiv zu bleiben und sich zu helfen, aber ich weiß auch, dass es gewisse Kurse gibt, vor allem Dolmetschkurse, wo das eigentlich eher so gehandhabt wurde, dass die Idee eigentlich dahinter schon war, dass man sich ein bisschen gegeneinandergestellt hat aber ich selber hab das nicht erlebt. Ich hatte das Glück, dass ich eigentlich immer Kurse hatte, wo die Studierende eigentlich sehr nett miteinander gegangen sind.

06:02 I: Uh okay, danke für deine Ehrlichkeit. Du hast grade erwähnt, dass du zusätzliche Prüfungen hattest.

06:10 LMü-1: genau, ich hab den Bachelor nicht in Translation gemacht, sondern ich kam aus der Literaturwissenschaft. Also ich hab mein erster Master in Anglistik, Germanistik und Filmwissenschaft gemacht. Das heißt ich musste ziemlich viele Zusatzkurse belegen. Also ich hatte 30 ECTS-Punkte, das heißt ich habe das ganze erste Semester damit zugebracht. Das war auch noch während Corona, das heißt, es war alles online. Ich kannte dann auch noch niemanden von meinen Kolleginnen, weil du hast natürlich alle nur über Zoom gesehen. Also ich hab das erste Semester nur damit zugebracht, die Zusatzkurse zu belegen. Deswegen bin ich jetzt auch im siebten Semester, weil ich natürlich wirklich ein ganzes Semester eigentlich nur mit Zusatzkurse verbracht habe,

07: 22 I: Das wollte ich dich auch fragen. Hat das ein Einfluss auf dein Studium gehabt?

07: 26 LMü-1: Das hat er so einen großen Einfluss. Ich glaube, man schafft nicht in 4 Semestern alles zu machen. (...) Und die Masterarbeit noch zu schreiben und in 4 Semestern sozusagen fertig sein. Aber wenn du eben noch die Zusatzkurse hast, dann ist es eigentlich wirklich unmöglich. Aber dann kommt halt eben der Fakt, dass du dann halt die zusätzlichen Semester wirklich zahlen musst und das wird schon auch zum Problem, weil 300 400€ sind nicht nichts also das ist dann schon eine Summe.

08:02 I: (...) ich verstehe natürlich sehr gut. Bin leider in die gleiche Situation. (...) Wie würdest du deine Universitätsumfeld in einem Wort beschreiben und warum?

08:10 LMü-1: Ich würde fordernd sagen. Aber im Guten und im Schlechten.

08:20 I: Warum?

08:29 LMü-1: Einerseits natürlich schon eben das hin und her switchen zwischen den Sprachen. Also vom reinen Lehrgehalt, dass du halt eben immer wieder zwischen den Sprachen wechseln musst. Das kann manchmal sehr fordernd sein, aber es ist auch im guten Sinne fordernd, weil du eben also doch sehr, sehr viel lernst und es schon auch Spaß machen kann. Also ja, fordernd. Aber eben sowohl positiv wie negativ.

09:15 I: Weißt du, was Stressoren sind?

09:17 LMü-1: Ja, leider weiß ich ahaha.

09: 20 I: Was sind deiner Meinung nach die häufigsten Stressoren in deinem Schwerpunkt?

09:23 LMü-1: Also da kommt auch ein bisschen drauf an, ob du jetzt Medienübersetzen nimmst oder Literaturübersetzen nimmst. Also eigentlich versucht der Schwerpunkt so aufgebaut zu sein, dass du wirklich beides machst. Also Medienübersetzen bedeutet ja solche Sachen jetzt zum Beispiel Untertitelung oder Synchronisation oder halt eben Audio-Deskription, über die

ich jetzt auch meine Masterarbeit schreibe. Da ist sozusagen der größte Stressor: der Umgang mit dem Computer, der Umgang mit der Software, der natürlich zu erlernen ist. Also dann hast du wirklich nicht nur das sprachliche, sondern du hast halt auch wirklich das technologische, dass das alles funktioniert, dass du das richtig hast. Also bei den Untertiteln zum Beispiel musst du erstmal lernen, wie viele Worte du einsetzen kannst, in wie vielen Sekunden und dann musst du sozusagen in der Tonspur und den Film halt den richtigen Moment finden, wo du die Untertitel einsetzen kannst. Das kann ja sehr stressig sein, das kann auch sehr verwirrend sein. Das sprachliche muss ich sagen, daran gewöhnst du dich ein bisschen, also du gewöhnst dich dann dran, dass du für die Untertitel gewisse Sachen kürzen musst und gewisse Sachen weglassen musst und es so formulieren muss, dass es trotzdem verständlich bleibt. Aber am Anfang ist das natürlich schwierig. Es ist jetzt für mich, was das angeht, so, dass ich halt eigentlich sehr viel mit untertitelten Filmen schon gelebt habe. Das heißt ich kenne Untertitelungen in meinem Alltag. Ich gehe sehr viel original sprachliche Filme schauen, das heißt ich bin es gewohnt, Untertitel zu lesen. Was für mich auch einfacher gemacht hat mich dieser Sprache anzupassen. Aber wenn jemand das aus dem Alltag her vielleicht nicht so kennt, kann ich mir schon vorstellen, dass das ein großes Problem sein kann. Also für mich, weil ich ja eben auch ein bisschen älter bin und vielleicht weniger lange mit dem Computer und in dieser Art von Technologien gelebt habe, war vor allem das problematisch. Beim Literaturübersetzen ist es dann ein bisschen anders gelagert, weil im Gegensatz zum Fachübersetzen haben wir ja eigentlich keine Datenbanken mit dem wir arbeiten und wir brauchen eigentlich auch keine CAT-Tools, denn meistens bringt das eigentlich nichts, da ja eben die Sprache jedes Autors so verschieden ist. Da ist dann halt wirklich das größere Problem oder das, was dich mehr beschäftigt halt wirklich: wirst du der Sprache des Autors gerecht? Und kannst du einen Weg finden, das Gleiche oder ähnliches ausdrücken kann? Also da liegen die Problematiken sozusagen. Für mich ein großes Problem war... ich hab zwei Kurse in Synchronisation gemacht. Das größte Problem dort liegt halt wirklich in den Mundbewegungen, also dass du sozusagen so auf diese Mundbewegungen achten muss, dass du also Worte gebrauchen musst, die den Mundbewegungen der Schauspieler entsprechen. Das kann sehr, sehr schwierig sein. Also das sind, irgendwie ganz verschiedene Bereiche, die aber eben sehr fordernd sind.

15: 06 I: Wie versuchst du mit diesen Stressoren umzugehen?

15:13 LMü-1: (...) So wie bei allem, was man erlernt, erlernt man es dann schon. Ich hab halt einfach immer versucht. Ruhig zu bleiben, obwohl ich jemand bin, der eigentlich sehr viel an sich selber zweifelt schon von Haus aus sozusagen. Das kann schwierig sein, aber ich hab halt einfach versucht immer mein Bestes zu geben, und hab dann halt gehofft, dass es genug ist. Ich muss auch sagen, dass ich jetzt eben älter bin und ich hab gelernt, einfach wirklich mehr zu fragen. Also wenn ich etwas nicht verstehe oder wenn ich mir bei etwas nicht sicher bin, einfach nachfragen, weil es kostet nichts. Ich weiß, dass manche Leute, die vielleicht auch jünger sind, haben das Gefühl, dass, wenn sie etwas nachfragen, dass sie dann dumm dastehen können oder einfach...ja, ich sollte doch das wissen. Nein, also das Nachfragen und das halt einfach auch wirklich sagen ich hab jetzt dieses Problem und ich weiß nicht weiter. Das ist glaube ich schon etwas, was ganz wichtig ist und wo vor allem viele sich davor dann scheuen.

17:20 I: Natürlich, verstehe ich sehr gut, was du meinst. (...) Arbeitest du daneben? Wenn ja, wie viele Stunden?

17:23 LMü-1: Also ich hab nie daneben immer gearbeitet, sondern ich hab verschiedenen Festivals gearbeitet. Also im Sommer an einem Filmfestival und im Frühling. Ich hab sozusagen in den Ferien gearbeitet. ich hab also in den Sommerferien meistens so zwischen 2 Wochen und einen Monat gearbeitet. Und in den Frühlingsferien, also um Ostern herum, habe ich dann eine Woche lang gearbeitet. Also ich hab nicht neben dem Studium im Sinne von, dass

ich jetzt jede Woche, drei Tage gearbeitet habe oder so, sondern ich hab dann halt eher im Ferien zeitmäßig gearbeitet

18:29 I: also, was du gemacht hast, hattest keinen direkten Einfluss auf das Studium?

18:31 LMü-1: Es hat halt sozusagen den Einfluss, dass ich halt eben Sachen, die andere vielleicht in diesen Ferien fertig gemacht haben halt dann nicht machen konnte. Aber es war jetzt nicht so, dass ich eben jede Woche, irgendwie ein paar Stunden gearbeitet hab.

18: 50 I: hast du andere Verpflichtungen?

19:02 LMü-1: Also ich habe Eltern, die langsam älter werden... Ähm, die halt auch nicht hier in Wien sind, die halt im Tessin sind. Das heißt auch, dass ich halt meine Ferien immer in der Schweiz verbringe bei meinen Eltern, weil ich auch Einzelkind bin. Also ich hab zwar keine eigene Familie mit Kindern oder Ehemann. Aber ich muss mich halt um meine Eltern kümmern und dadurch das halt... Alter jetzt fortschreitend ist, hast du dann halt anderen Problemen, also gesundheitliche Sachen usw. um die du dich dann halt auch kümmern musst.

19:46 I: (...) in diesen Fällen, fühlst du dich überfordert?

19:49 LMü-1: Naja, eben die Sache ist ja die, du bist an der Universität und dein Alltagsleben hört ja nicht auf. Also jetzt eben vor allem dadurch, dass ich mich dazu entschieden hab, sozusagen dieses zweite Studium zu machen, ich hatte ja schon ein erstes, (...) und das ist halt nicht auch dafür, also wirklich im Wesentlichen dafür, dass ich mich entschieden habe, nicht neben dem Studium zu arbeiten, sondern eben meine Ersparnisse von vorher zu verwenden, um dieses Studium trotzdem zu machen. Jetzt ist das aufgebraucht und ich muss meinen Eltern um Hilfe bitten und eben ich muss dann natürlich schauen, dass wir so schnell wie möglich fertig werden, damit ich dann auch so schnell wie möglich eine Arbeit finde. Ich selber hab jetzt Angst, jetzt eine Arbeit zu suchen, weil ich glaube nicht, dass ich dann meine Masterarbeit fertig schreiben würde... und ein Studium ohne den Abschluss bringt ja auch nichts.

21:24 I: Ich wollte dich noch fragen, ob du... schon einmal daran gedacht hast, das Studium abubrechen?

21: 29 LMü-1: Ja, also eben im Sommer ging es beiden meinen Eltern nicht sehr gut und ich war halt zu Hause und musste halt eigentlich wirklich, also als Hausfrau, Köchin und Pflege Frau fungieren und konnte da eigentlich sehr wenig für meine Masterarbeit machen. Und da habe ich manchmal schon gedacht, warum tue ich mir das eigentlich alles an. Denn es ist halt wirklich so, dass wenn du dabei bist, deine Masterarbeit zu schreiben, du fühlst dich schuldig, wenn du gar nichts machst. Und dann prokrastiniert du, weil doch gar nicht mehr weißt, wie du, vor allem, wenn du dann mal vielleicht schon einen Monat draußen bist... ist es wahnsinnig schwer, wieder reinzukommen, dann musst du eigentlich bisschen wieder „von vorne“ anfangen, weil man vergisst trotzdem sehr schnell sehr viel und also da hab ich schon ne Zeitlang gedacht: warum lasse ich das Ganze nicht einfach sein aber es wäre jetzt wirklich idiotisch...

22:54 I: Während dieser schwierigen Phase hast du Unterstützung bekommen?

22:56 LMü-1: ich muss sagen der Professor, bei dem ich die Arbeit schreibe, war also wirklich sehr nett. Und (...) ich war auch sehr ehrlich zu ihm. Auch das hab ich jetzt eben gelernt... dass ich keine Hilfe kriege, wenn ich nicht auch ehrlich sagen, dass ich sie brauche. Also ich war dann halt auch wirklich so ehrlich, dass ich ihn irgendwann mal eine E-Mail geschrieben habe und gesagt habe ich... ähm, weiß wirklich eigentlich nicht mehr wie weiter. (...) Er hat dann halt einfach gesagt, ja, schauen sie jetzt mal das der Rest sozusagen und wenn sie dann

zurückkommen nach Wien dann schauen wir, wie wir weiter vorgehen können. Also das war wirklich eine große Hilfe.

24:21 I: Bin glücklich, dass du Unterstützung bekommen hast. (...) Wenn du die Zeit zurückdrehen könntest, würdest du dich jeder für dieses Studium entscheiden?

24:34 LMü-1: (...), ja, definitiv. Also ich muss sagen, obwohl wirklich sehr, sehr viel verlangt wird. Ich kann nur ein Vergleich machen zwischen meinem ersten Master und diesen jetzt. Es ist natürlich so, dass die Translation eben sehr viel auf Übungen aus ist, während man vielleicht den anderen Studiengängen eher mehr Seminararbeiten und solche Sachen schreibt. Es ist hier halt wirklich so, dass du halt sehr viele Hausaufgaben, so fast ein bisschen schulisch, hast, die du halt wirklich eben von Woche zu Woche machen musst. Das, also vor allem im zweiten Semester ist es ein Wahnsinn, was verlangt wird, finde ich. Also das zweite Semester war wirklich so, dass ich manchmal gedacht hab, ich weiß nicht wie ich das schaffen soll, also wo ich auch wirklich die Wochenenden durchgearbeitet hab für die Uni, um alles zu schaffen. Also ich kann mir nicht vorstellen, wie das Kolleginnen machen, die nebenbei noch arbeiten also es war es war schon sehr, sehr schwierig... Also ich kann mir das nicht vorstellen, also ich find das halt auch wirklich die Semester nicht gleich aufgebaut sind. Und natürlich war das Semester auch sehr schwer, wo ich die Zusatzkurse gemacht hab, weil ich da natürlich noch überhaupt nichts kannte, da musstest du also die ganzen Fachterminologielehren lernen, dann musstest du ein ganz neues Fach einsteigen. Das war damit problematisch. Was aber da noch gut war, war das ich nicht an die Uni musste. Also ich hab eben alles von zu Hause aus. Das heißt, du hast sehr viel Zeit mit den Fahrten gespart. Aber im zweiten Semester war beim Corona eigentlich schon gegessen und du hattest halt sehr viele Vorlesungen und Sachen, und mein Weg jetzt an die Uni sind schon 45 Minuten, das heißt, hin und zurück sind schon eineinhalb Stunden. Das braucht alles Zeit. Zeit, die man nicht hat. Ich würde es definitiv wieder machen. Es hat wirklich sehr viele Dinge gegeben, die mir auch wirklich Spaß machen.

27:45 I: Ja gut, (...) also die letzten Fragen. Hast du Angst vor der Zukunft?

27:51 LMü-1: Ich glaub ehrlich gesagt, wäre es ein bisschen blöd, wenn man was dazu hätte. Vor allem, ich bin 45, das heißt jetzt auch mit 45 ja, neue Arbeitsstelle finden ist sicher auch ein Problem für sich. Es gibt halt weniger.

28:25 I: Denkst du, es ist einfach ein Job in unserem Bereich zu finden?

28:33 LMü-1: Also... einen fixen Job ist sicher sehr schwierig. Auch wenn man sich jetzt eben mit den Lehrenden an der Uni unterhält, sind die meisten halt wirklich, ja von der Universität angestellt, aber wenn sie es nicht werden, werden sie halt alle eigentlichen Freelancer. Ja... Ja... und es ist ja trotzdem auch so, das ja, wir haben sehr viele Übungen und solche Sachen gemacht, aber trotzdem ist es natürlich nochmal was ganz anderes, das Wissen dann im wirklichen Arbeitsumfeld zu präsentieren. Also die Universität ist trotz allem ein geschützter Rahmen.

29:48 I: Hast du andere Gedanken, dass du vielleicht teilen willst. Hast du Fragen?

29:56 LMü-1: Na also, das Einzige, was ich nochmal wiederholen möchte, vielleicht ist wirklich das die Universität etwas sehr gutes machen würde, wenn sie den Leuten, die eben diese Zusatzkurse machen müssen am Anfang ihres Studiums wenigstens nochmal ein Semester mehr Zeit geben... ich hatte wirklich 8 Kurse mehr. Also das ist wirklich ein ganzes Semester. Also ein Semesterzeit geben wäre hilfreich... Ja, weil dann hat man mehr die Möglichkeit, ein bisschen eben mit den wichtigsten Fakten und Thematiken der Translation sich auseinanderzusetzen... aber das dann eben nicht von den 4 Semestern, in denen du den Master eigentlich abschließen müsstest, weggezogen wird.

31:49 I: Ich hab noch eine letzte Frage bezüglich deinem Schwerpunkt. Wie viele Sprachen hast du in deinen Schwerpunkt?

31:52 LMü-1: Also ich habe zwei Sprachrichtungen, ich habe also italienisch-deutsch und englisch- deutsch.

32:10 I: Wie fühlst du dich mit diesen Sprachen? Also Deutsch ist deine Muttersprache, richtig?

32:30 LMü-1: Deutsch ist meine Muttersprache, ich bin so im italienischen Raum in die Schule gegangen, ich hab die Maturität auf italienisch gemacht. Und Englisch habe ich halt vorher an der Uni. Also meine ersten Master habe ich auf Englisch gemacht, aber während der Uni waren die Sprachen sozusagen kann Stressquelle oder keine große Stressquellen. Erstens, das Gute an unserem Schwerpunkt ist, dass man tendenziell die Übersetzung in die eigene Muttersprache hat, im Gegensatz zu Fachübersetzen, wo man das schriftliche auch in die B-Sprache hat. Das fällt halt weg. Also dieser Stress fällt halt weg. Ja.

34: 13 I: sehr gut, du hast auch auf meine letzte Frage eigentlich schon geantwortet (...). Wenn du nichts mehr hinzufügen willst (...). Ich danke dir für deine Teilnahme.

34:19 LMü-1: Gerne... ich habe das gerne gemacht.

Interview 2

InterviewerIn: I

InterviewpartnerIn: LMü-2

00:00 I: Hallo, wie geht's dir?

00:02 LMü-2: Hallo, mir geht's gut, danke schön. Wie geht's dir?

00:06 I: Mir geht es auch gut. Zunächst vielen Dank, dass du zugestimmt hast, also mitzumachen...

00:18 LMü-2: Gerne...

00:20 I: Bevor ich beginne, möchte ich kurz den Zweck meiner wissenschaftlichen Arbeit erläutern. Es handelt sich um eine Forschung zum Thema Stress... im akademischen Bereich (...) vor allem im Bereich der Translation. Mit dieser Forschung möchte ich die häufigsten Stressoren, die an unsere Universität auftreten, identifizieren und analysieren und sie nach den verschiedenen Schwerpunkten differenzieren. (...) Ich möchte auch hinzufügen, dass es um persönliche Meinungen oder Erfahrungen geht, also es gibt keine richtige oder falsche Antwort hier, alles bleibt anonym. Also macht dir keine Sorge, du kannst sagen, was du willst.

01:10 LMü-2: Perfekt hahaha

01:15 I: Hast du noch Fragen?

01: 22 LMü-2: Nein, eigentlich nicht. Wir können mit den Fragen beginnen.

01: 35 I: Welchen Schwerpunkt hast du gewählt?

01: 42 LMü-2: Literatur, Medien und Kunst.

01:47 I: In welchem Semester bist du jetzt?

01:55 LMü-2: Im sechsten Semester

02:03 I: Wieso hast du dich dafür entschieden, den Master Translation in Wien zu machen?

02:15 LMü-2: Weil ich aus Österreich bin und das in Wien das beste Angebot gibt für Translation.

02: 30 I: Wieso in Wien und nicht in Deutschland zum Beispiel? Wolltest du „zu Hause“ bleiben?

02:45 LMü-2: Genau, ich wollte zu Hause bleiben. Nicht weit von FreundInnen und Familie.

03:02 I: Verstehe ich (...) und wie fühlst du dich jetzt? Also wie läuft dein Studium?

03:15 LMü-2: Jetzt läuft es wieder gut hahaha. Jetzt bin ich am Ende.

03:30 I: Also hast du noch Prüfungen?

03:37 LMü-2: Ich habe keine Prüfungen mehr und ich musste auch keine Modulprüfung schreiben. Ich habe nur noch meine Masterarbeit.

04:10 I: Du bist fast am Ende!! (...) Wie findest du die anderen Studentinnen? Wie gehen deiner Meinung nach die Studierenden miteinander um?

04:30 LMü-2: Ich finde Sie eigentlich alle nett. Ich war vorher in einem anderen Studium, also ich war vorher nicht am ZTW... und ich fand es... auf der anderen Uni viel schlechter. Also ich finde, dass an der Uni alle nett sind.

05:20 I: Was hast du davor gemacht?

05:27 LMü-2: Davor?

05:30 I: Ja, also welches Studium hast du absolviert?

05:43 LMü-2: Bachelorstudium Romanistik-Spanisch.

05:52 I: Musstest du die Ergänzungsprüfungen schreiben? Oder nicht?

06:02 LMü-2: ja... musste ich machen. Ich glaube... drei Prüfungen waren das, drei oder vier. Ja.

06:10 I: hatten bzw. haben diese Prüfungen einen Einfluss auf dein Studium gehabt?

06:17 LMü-2: Ähm, ich würde ja sagen... ja, weil ich immer noch länger gebraucht habe als Leute, die diese Prüfungen nicht schreiben mussten, und nein, weil ich sie trotzdem interessant und für das Studium recht nützlich fand.

06: 47 I: Wie würdest du deinen Universitätsumfeld in einem Wort beschreiben und warum?

07: 08 LMü-2: Professionell. Weil ich es von der anderen Uni gewohnt war und das war sehr viel weniger professionell hahaha...

07:22 I: Hast du Beispiele, oder?

07: 27 LMü-2: Ich würde sagen die Professoren allgemein waren sehr seltsam. Also ich finde unsere Professoren am ZTW wissen, wie es dann in der Arbeit läuft im Vergleich zu meinem alten Studium.

08: 10 I: Ah... verstehe (...) jetzt möchte ich eine kurze Definition über Stressoren geben. Der Begriff Stressor bezieht sich dabei auf die Ursachen beziehungsweise Faktoren, die Stress auslösen, um somit den Körper dazu bringen, auf Stress zu reagieren... Mit dieser Definition möchte ich dich was fragen. Welche Stressoren treten am häufigsten deiner Meinung nach in deinem Schwerpunkt auf?

10: 38 LMü-2: die Prüfungen, die Vorbereitung natürlich... und ein bisschen die Professoren, aber nicht jeder Professor... nur eins, zwei.

10:53 I: War die Technologie bzw. die Verwendung von Software oder CAT-Tools ein Problem für dich? glaubst du sie können auch als Stressoren dargestellt werden, oder?

11:08 LMü-2: Für mich waren sie kein Stressfaktor, weil ich mit Software umgehen kann und die Professoren haben auch gut erklärt.

11: 16 I: Gut, perfekt und wie versuchst du mit diesen Stressoren, die du vorher erwähnt hast, umzugehen?

11: 24 LMü-2: Ich habe mir sehr lang sehr viel Stress gemacht. Auch noch zusätzlich, weil ich mir dachte, was passiert, wenn du zukünftig keine Arbeit findest. (...) also ging ich damit sehr lange sehr schlecht um. Aber in den letzten zwei Semestern habe ich dann versucht (...) mich drauf... also mir einzureden, es wird alles gut. Also ich hab keine gute Bewältigungsstrategie gehabt (...) ja.

12:51 I: Hast du in schwierige Situationen, vielleicht, wenn du mehr gestresst warst, Unterstützung bekommen?

12:59 LMü-2: Ja, von meiner Familie. Meine Familie hat mich schon unterstützt, aber ich glaube, es war sehr in meinem eigenen Kopf. Sehr lange.

13: 11 I: Hast du schon einmal daran gedacht, das Studium abzubrechen und wenn ja, warum?

13: 17 LMü-2: Nein, ich wollte es unbedingt fertig machen, weil... sonst wäre viel Zeit verloren.

13: 22 I: Das versteh ich hahaha... Und wenn du die Zeit zurückdrehen könntest, würdest du dich wieder für dieses Studium entscheiden?

13:31 LMü-2: Für das Studium am ZTW ja, für die Romanistik nie wieder... Ich würde, glaub ich den Bachelor am ZTW anfangen. Also ich fand den Master am ZTW super.

13:47 I: Welche Sprache hast du in deinem Studium? Würdest du sie als Stressoren nennen?

13: 53 LMü-2: (...) also offiziell ist es Deutsch und Spanisch, aber ich arbeite eigentlich am meisten mit Englisch. Deutsch ist meine Muttersprache und Spanisch und Englisch sind meine B und C-Sprachen. Ich würde sie nicht als Stressoren nennen...Es war eigentlich voll ok, ich hatte viel mehr Angst, dass ich das nicht schaffen werde, weil mein Spanisch nicht so gut war, als ich gekommen bin, aber... eigentlich haben die Professoren gut drauf vorbereitet.

14: 51 I: Okay...gut. Arbeitest du daneben? Wenn ja, wie viele Stunden?

15:01 LMü-2: Ich bin Verkäuferin und ich arbeite 15 Stunden.

15: 05 I: Hat das einen Einfluss auf deinem Studium?

15: 09 LMü-2: Ja, ich hab dadurch gelernt, dass du doch Arbeit findest hahaha... und war tatsächlich wegen der Arbeit dann weniger gestresst, weil ich mehr Bezug hatte zur Arbeitswelt eigentlich. Also mir hat das viel mehr psychische Stress genommen.

15:20 I: Hast du deine Verpflichtungen?

15: 23 LMü-2: Nein, sonst nichts.

15: 26 I: Okay. Fühlst du dich manchmal überfordert? Wenn ja, warum?

15:33 LMü-2: Ja... aber auch nur, weil ich mir glaube ich, zu viel Stress gemacht habe, dass ich alles schaffe in der Uni. Also ich kann dir nur sagen, vor jeder Prüfung da Nervenzusammenbruch. Ja, das war eine Überforderung... und außerdem (...) wenn du zu viele Kurse machst in einem Semester, dann ist es wirklich, wirklich stressig. Also ich glaube, ich hätte ein bisschen länger Zeit nehmen können für die Prüfungen und weniger so in einem Semester haben. Ich hab immer viel zu viel reingepackt in einem Semester.

17:02 I: Okay dann die letzte paar Fragen. Hast du Angst vor der Zukunft?

17: 06 LMü-2: Immer.

17: 08 I: Welche Erwartungen hast du in Bezug auf diese Arbeitswelt?

17: 13 LMü-2: Also... ich weiß es nicht. Ob ich dann wirklich als ÜbersetzerIn arbeiten möchte. Vielleicht würde mich die Arbeit irgendwie fordern (...) Aber ich muss sehen, was ich machen werde ...

17:21 I: Okay. Gut. Danke! Ja... das ist alles. Also danke für deine Teilnahme. Hast du noch andere Fragen? Etwas, dass du hinzufügen möchtest?

17:30 LMü-2: Nein, nicht wirklich.

17:32 I: Danke nochmal.

17:34 LMü-2: Danke dir, was sehr interessant.

Interview 3

InterviewerIn: I

InterviewpartnerIn: FÜ-1

00:00 I: Hallo, wie geht es dir?

00:02 FÜ-1: Hallo, mir geht es gut, danke, wie geht's dir?

00:05 I: mir geht es auch gut, danke. Zunächst vielen Dank, dass du zugestimmt hast mitzumachen

00:10 FÜ-1: Gerne.

00:12 I: Bevor ich beginne, möchte ich kurz den Zweck meiner wissenschaftlichen Arbeit erläutern. Es handelt sich um eine Forschung zum Thema Stress im akademischen Bereich, genauer gesagt im Bereich der Translation. Mit dieser Forschung möchte ich die häufigsten Stressoren, die an unserer Universität auftreten, identifizieren und analysieren und sie nach den verschiedenen Schwerpunkten differenzieren. Ich möchte noch hinzufügen, dass es bei diesen Fragen um Erfahrungen und persönliche Meinungen geht, also es gibt keine richtige oder falsche Antwort und die Antworten bleiben anonym...also mach dir keine Sorgen.

00:52 FÜ-1: hahaha...perfekt.

00:55 I: Okay also jetzt beginnen wir. Welchen Schwerpunkt hast du gewählt?

01:01 FÜ-1: Ich hab den Schwerpunkt Fachübersetzen und Sprachindustrie ausgewählt noch im alten Curriculum.

01:07 I: In welchem Semester bist du jetzt?

01:10 FÜ-1: Im vierten Semester.

01:12 I: Wieso hast du dich dafür entschieden, dem Master Translation in Wien zu machen?

01:16 FÜ-1: Also ganz einfach, ich hab meinen Bachelor in interkulturelle Kommunikation schon in Wien gemacht... Und ja, einfach um bessere Arbeitschancen zu bekommen, habe ich mich entschieden, also den gesamten Studienrichtungen dann einfach abzuschließen...und habe ich mich dann für den Masterstudium auch entschieden.

01:38 I: Und wieso bist du hier für dein Bachelor auch gekommen?

01:44 FÜ-1: ja also im Gymnasium hatte ich schon überlegt, dass ich gerne Übersetzerin sein wollte. Meine Meinung hat sich seitdem viel geändert, aber meine Studienrichtung habe ich nicht geändert hahaha (...) und hab mich einfach durchgehalten und das bis zum Ende gemacht.

02:06 I: Wie fühlst du dich jetzt? Also, wie läuft dein Studium?

02:11 FÜ-1: Also es läuft ganz gut eigentlich. Ich bin noch zeitlich rechtzeitig mit den ganzen Terminen. Ich bin jetzt im letzten Semester und ich mach noch mein Masterkolloquium... und dann werde ich sobald dran sein, meine Masterarbeit zu schreiben.

02:36 I: Hast du noch Prüfungen?

02:38 FÜ-1: Noch eine. Ich muss nochmal den zweiten Teil meiner Modulprüfung mit der Sprachkombination Englisch-Deutsch in Januar schreiben.

02:46 I: Also du hast gesagt, dass du deinen Bachelor in Wien absolviert hast...also du musstest für deinen für diesen Master kein... Ergänzungsprüfung schreiben, oder?

03:02 FÜ-1: Nein, ich musste keine machen, ich hab doch eine Ergänzungsprüfung geschrieben, aber das das war so keine Ergänzungsprüfung, die ich unbedingt schreiben musste, weil mittlerweile auch das Curriculum vom Bachelorstudium sich geändert hatte...und es gab einen Kurs über maschinelle Übersetzung und ich hab das einfach als Erweiterungscurricula für das Masterstudium gemacht, weil ich hab gesehen, dass es schon viele Überlappungen mit den neuen Curriculum im Masterstudium gab und dass sich das sowas gebraucht hätte.

03:42 I: Okay...verstehe ich. Was denkst du über diese Ergänzungsprüfungen?

03:50 FÜ-1: Ich finde es schon ziemlich rechtfertigt, wenn das Studium Curriculum bei anderen Fakultäten oder Universitäten in Europa anders ist. Ich verstehe persönlich nicht, warum in der Europäischen Union kein gemeinsames Curriculum gibt, damit die Studenten innerhalb von Europa einfach sich für ein Masterstudium in einem anderen Land entscheiden können, ohne Ergänzungsprüfungen zu schreiben. Aber. Ja, also so ist es einfach... und ich finde es aber richtig, dass es so was gibt, weil wenn man etwas nicht gelernt hat, dass hier aber schon im Bachelorstudium angeboten wird, dann wird sich vielleicht mehr schwierig werden dann weiterzumachen und sich mit den anderen Kollegen dann zu vergleichen.

04:58 I: Wie findest du die anderen Studentinnen? Also wie gehen die Studierenden miteinander um?

05:07 FÜ-1: Also... was meinst du?

05:11 I: Also wie findest du dieses akademische Umfeld?

05:18 FÜ-1: Also ich finde besonders im Vergleich zum Bachelor (...) Im Bachelor es war sehr einfach so Freunden mit den Kollegen zu werden... weil, wir hatten wirklich nichts anderes zu tun, außerhalb von der Uni. Und man würde einfach zusammen lernen und dann sich einfach an der Universität treffen und es gab im Bachelor hier mehr Kursen, die so... interaktive Aufgaben, Gruppenaufgaben verlangten und deshalb musste man einfach mit den anderen Kollegen mehr zu tun haben oder interagieren und sich verabreden, um sich zu treffen und so. Im Masterstudium fehlt das mehr und man muss natürlich mehr selbstständig sein und deswegen es gibt auch weniger Möglichkeiten, sich mit anderen Leuten außerhalb der Universität zu treffen und die meisten, die das Masterstudium machen, arbeiten schon... also nebenbei... und es gibt also einfach keine Zeit, sich neue Freunde im Studium zu machen.

06:24 I: Wie würdest du deinen Universitätsumfeld in einem Wort beschreiben und warum?

06:31 FÜ-1: Aus meiner persönlichen Erfahrung meinen Schwerpunkt ich würde das chillig beschreiben, weil, obwohl man mit den anderen nicht zu viel zu tun hat... und es nicht viele Möglichkeiten für Interaktionen gibt, es gibt kein Klima von Wettbewerb, das zu heftig ist. Das hab ich mittlerweile mehr von den Studenten von dem Schwerpunkt Dolmetschen mehr mitbekommen, dass es mehr kompetitiv ist. Bei Fachübersetzen hab ich der Eindruck gehabt, dass die Leute sich weniger Sorgen machen, wie gut die anderen sind im Vergleich zu sich selbst und es ist einfach weniger kompetitiv.

07:26 I: Also ich möchte jetzt eine Definition über den Begriff Stressor geben. Der Begriff Stressor bezieht sich dabei auf die Ursachen beziehungsweise Faktoren, die Stress auslösen, um somit den Körper dazu bringen, auf Stress zu reagieren. Mit dieser Definition möchte ich dich was fragen (...). Welche sind, deiner Meinung nach, die häufigsten Stressoren in deinem Schwerpunkt?

07:59 FÜ-1: Also... in meinem Schwerpunkt hatten wir kaum schriftliche Prüfungen, also Vorlesungsprüfungen und ich würde sagen, das ist vielleicht keinen riesigen Stressor, weil ich früher im Bachelor wirklich viele Prüfungen schreiben musste und das ist vielleicht weniger stressig für mich, eine Prüfung schreiben zu müssen, mich dafür zu vorbereiten, als an eine Übung für den ganzen Semester teilzunehmen. Aber was ich stressig finde (...) wie ich mein Semester organisiere zum Beispiel, weil wenn man sich rechtzeitig das Studium abschließen möchte, dann muss man irgendwann 14 oder 13 Kursen pro Semester auf die eine Woche einteilen und das wird natürlich ein bisschen stressig. Du hast dann jede Woche Aufgaben, weil in unserem Schwerpunkt sind die meisten Kurse mehr Übungskursen und ich hatte schon ein paar Semester während den ich mehrere größere Aufgaben gleichzeitig schreiben musste. Ich hatte vielleicht einen großen Übersetzungsprojekt oder ein Projektmanagement Projekt und eine andere Gruppenarbeit in einen anderen Kurs... und das war wirklich stressig. Und dann natürlich, es gibt den großen Stressor von der Masterarbeit, dass ich jetzt viel nah finde, obwohl ich nicht eingefangen haben so etwas Konkretes dafür zu tun. Die Idee allein, dass ich etwas so Großes und Wichtiges schreiben muss (...) das ist schon sehr stressig.

10:03 I: Wie versuchst du damit umzugehen? Bzw. bekommst du Unterstützung?

10:11 FÜ-1: Also was ich normalerweise mache, ich hab so vielleicht einen Moment, wo ich mich sehr überfordert fühle. Ich habe vielleicht so eine kurze Krise und dann würde ich vielleicht mit Externen darüber reden, die vielleicht mir Empfehlungen geben können oder mindestens (...) mir sagen können, dass es nicht so schlimm ist, wie ich das fühle. Es passiert vor allem mit anderen Kollegen, die in der gleichen Situation schon gewesen sind oder mein Freund... Also... das ist schon wichtig, mit anderen Leuten darüber zu reden. Das ist immer so meine Strategie, wie ich mit Stress umgehe. Ich muss das wirklich sehr oft mit so vielen Menschen wie möglich besprechen können, damit ich so unterschiedliche Meinungen hören kann und am besten Fall dann höre ich es wird alles gut sein... und ich bin nur dumm, dass ich mich so viel Stress mache und es gibt keinen echten Grund, dass ich mich so überfordert fühle. Dann danach komme ich von dieser Krise zu einer „Let's make a battle plan“ Phase, wo ich einfach so einen Plan machen muss, wann und bis wann, ich etwas tun möchte oder wieviel ich an einem Tag machen kann oder ich kauf mir einen Kalender und ich schreibe wirklich genau, was ich machen muss.

11:41 I: also du bist eigentlich sehr organisiert.

11:45 FÜ-1: Nur in solchen Momenten. Also ich bin schon dran gewohnt, mit viel Stress zu arbeiten, denn langfristiges lernen funktioniert für mich leider nicht. Ich muss sehr motiviert und ich muss schon ein bisschen so unter Zeitdruck sein.

12:02 I: Also du brauchst Termine sozusagen.

12:05 FÜ-1: Ich brauch einen Termin und ich brauche so dieser kurzen Zeit. Also ich muss wissen, ich muss das in vier Tagen abgeben und ich muss jetzt wirklich nur dran arbeiten. So finde ich dann die Motivation, denn der Termin ist sehr nah. Wenn ich 6 Monate für etwas habe, dann es wird für mich schwieriger das so einzuteilen oder so machen, dass ich nicht alles in den letzten Monat schreiben muss.

12:35 I: Eine Art von Prokrastination

12:37 FÜ-1: Genau also ich muss ja irgendwie Termine haben, sonst würde ich nichts erledigen.

12:43 I: Arbeitest du daneben und wenn ja, wie viele Stunden?

12:46 FÜ-1: Ja ich habe einen Nebenjob als Concierge in einem Hotel und ich arbeite 25 Stunden pro Woche.

12:53 I: Wow... Und glaubst du, das hat einen Einfluss auf dein Studium?

12:59 FÜ-1: Mittlerweile nicht. Es ist natürlich mit Anwesenheitspflicht ein bisschen überfordert, weil manchmal habe ich vielleicht zwei Schichten kurz vor einer Prüfung. Ich würde natürlich meine Chefin im Voraus sagen, dass ich an einem Tag eine Prüfung habe und eventuell ein paar Tagen frei davor brauche aber trotzdem, weil wir unter Zeitausgleich arbeiten, es wird natürlich eine Periode von vielleicht 4 oder 5 Tage, die ich durcharbeiten muss und dann ich endlich frei habe und ich muss mich für eine Prüfung vorbereiten und das ist natürlich nicht genug. Das Gute an meiner Arbeit ist, dass ich natürlich an der Rezeption sehr oft Zeiträume habe, wo nichts passiert und ich würde dann eventuell auch meinem Laptop dabei haben, um noch was für die Uni zu machen. Das ist natürlich nicht jeden Tag der Fall. Ich würde das trotzdem mitnehmen falls es dazu kommt... aber es geht sich meistens mit der Universität... also meine Noten sind nicht schlimmer geworden, weil ich angefangen habe nebenbei zu arbeiten. Wie gesagt, mir geht es sowieso besser, wenn ich ein bisschen kurzfristiges arbeiten kann. Ich bin also gezwungen organisiert zu sein.

14:34 I: Ich verstehe (...) hast du andere Verpflichtungen?

14:40 FÜ-1: Also nicht echte Verpflichtungen im Sinne von Turnhalle, Abos, solche Sachen. Ich mag trotzdem es versuchen mindestens zweimal pro Woche ein bisschen Sport zu machen. Aber ich hab also kein Abo, ich bin nicht verpflichtet, das zu tun. Wenn es mehr los ist, kann ich darauf auch verzichten... ich hab vielleicht ein bisschen mehr soziale Verpflichtungen. Ich hab mittlerweile nicht so viele Freunde, die noch in Wien wohnen. Aber sobald ich ein bisschen Zeit habe würde ich trotzdem versuchen mit den zu Treffen oder eine längere Aktivität zu machen und das nimmt natürlich dann viel Zeit. Ich wohne mit meinem Freund zusammen. Das ist eine große Verpflichtung, einfach die Zeit zu machen, etwas zusammen zu tun.

15:40 I: Also fühlst du dich manchmal überfordert?

15:45 FÜ-1: Also... den meistens meine Überforderung kommen mit dem Studium. Es entsteht aus eine große Auslosigkeit, dass ich sehr oft in Bezug auf dem Berufsfeld einfach fühle und ja, so wie ich am Anfang schon erwähnt habe, ich hab schon seit langem ein Interesse an meinem Studiumsfeld komplett verloren... also mich interessieren trotzdem natürlich Sprachen. Ich habe so eine natürliche Begegnung, Sprachen zu lernen. Ich kann das ziemlich schnell machen (...).

16:42 I: Also hast du schon einmal daran gedacht, das Studium abzubrechen?

16:46 FÜ-1: Ja, natürlich. Am Ende meines Bachelors habe ich mir eh ein Jahr genommen, um zu entscheiden, wie ich es wirklich weiter machen würde. Ich hab mir überlegt einfach nach London zu ziehen und etwas ganz anderes zu machen, mich an einer Kunstakademie zu melden. Ich hatte sogar eine Stelle bekommen. Das Problem war, das es wirklich zu teuer für mich war und dass ich mich wirklich nicht leisten würde in England zu arbeiten, zu wohnen und dann für Studium auch extra zahlen (...) also meine Eltern hätten auch das nicht finanzieren können. Am Ende dieses Gapjahr hab ich einfach beschlossen, meine Masterarbeit anzumachen, weil es natürlich nur ein Bachelor Studium zu haben nichts bringt.... und ich hab also einfach mich für das Masterstudium und für diesen Schwerpunkt insbesondere entschieden, weil ich ein bisschen mehr danach überlegt, welchen Schwerpunkt und was ich noch dazulernen kann (...) also durch meine sprach- und übersetzungsstrategien Kenntnisse plus extra Kenntnisse in einem anderen Bereich, das vielleicht nicht so aussichtslos ist aber damit ich nicht mein ganzes Leben den Eindruck haben werde, ich hab 6 Jahren meines Lebens in Wien einfach verschwendet. Das ist

natürlich nicht, weil Studium nicht verschwendet wird, aber es fühlt sich trotzdem sehr oft so an.

17:34 I: Ich wollte noch etwas über deine Arbeit fragen... Wenn ich fragen darf... wieso hast du begonnen zu arbeiten?

18:59 FÜ-1: es ist einfach so angefangen, dass ich in diesem Jahr, in dem ich nicht studiert habe, habe ich einen kleinen Job als Barista gehabt und ich hatte bis dann gar nicht gearbeitet. Meine Eltern verdienen nicht viel, aber sie haben mich für meinen ganzen Bachelor trotzdem finanzielles unterstützt aber sobald, dass ich meinen eigenen Job hatte, dann war ich komplett selbstständig und, was ich cool daran fand, war nicht nur die Selbstständigkeit, sondern auch die Tatsache, dass ich, mir alles leisten konnte, was ich wirklich haben wollte, weil ich würde, vielleicht meine Eltern nicht um ein iPhone bitten. Ich hab jetzt das Geld, wenn ich das wirklich kaufen möchte, dann mach ich das. Das fand ich wichtig nach meinem Studium. Ich hatte eh vor mit meinem Freund zu der Zeit dann mit einzuziehen und ich hab einfach gedacht, ich kann das von meinen Eltern nicht verlangen, dass sie meine Miete zahlen.

20:30 I: Ist es auch um Erfahrungen zu sammeln?

20:36 FÜ-1: Ja, also natürlich weil, ich hab es gemerkt, dass obwohl ich schon ein Bachelorabschluss habe, dass ich wirklich kein zu guten Job damit finden kann und das auch in die meisten Sektoren wo vielleicht das nützlich wäre, die Verlangen trotzdem mehrere Jahre Erfahrung, also mindestens in einen vergleichbaren Job oder, wo die vergleichbare Kenntnissen gebraucht werden und deswegen wollte ich auch von den Barista Job weg und vielleicht so einen Job das mehr mit Sprachen und Multikulturalität zu tun hat und deswegen Hotel.

21: 20 I: na gut, ich verstehe, was du meinst. Wenn du die Zeit zurückdrehen könntest, würdest du dich wieder für dieses Studium entscheiden?

21: 34 FÜ-1: Also das wäre eine Lüge, wenn ich sagen würde, dass ich nie daran gedacht habe. Aber ich würde mich trotzdem für mein Bachelor wieder entscheiden... also ich würde es trotzdem mindestens wieder mit diesem Bachelor anfangen. Aber was ich vielleicht anders machen würde, es wäre trotzdem in Wien bleiben, aber vielleicht Studienrichtung ändern, also einfach abbrechen mit dem ganzen Bachelor und etwas anderes studieren oder mich sofort in eine Kunstakademie zu inskribieren. Das hätte vielleicht mehr Sinn ergeben, also das zu machen statt zu diesem Limbo kommen, wo okay ich hab meinen Bachelor Studium abgeschlossen und was mach ich jetzt? Fang ich neu von vorne an, oder ich mach es weiter und das bringt nichts. Also nach dem Bachelor es gab keine Option mehr. Man hätte dieses Zyklus einfach zu Ende bringen müssen. Aber das komplett von vorne und anders machen, das würde ich nicht, denn mir ist es einfach so wichtig dann hier zu wohnen und die ganzen Sachen, die danach gekommen sind.

23:11 I: Hast du Angst vor der Zukunft? Ich meine in Bezug auf diese Arbeitswelt.

23:19 FÜ-1: Also das schon. Also wie gesagt, dass meine große Überforderung kommt, eher aus dieser Aussichtslosigkeit, das aus dem Bereich der Translation entsteht. Ich finde das entsteht meistens draus, dass ich das Gefühl habe, dass wir von unserem Curriculum, von diesem Studiengang ein bisschen betrogen werden, denn es wird schon seit vielen Jahren mit Übersetzungstechnologien gearbeitet. Es gibt neue Jobs, die da draußen sind, die man aber bis auf den letzten 2 Jahren an einem Übersetzungsfakultät in einem Übersetzungsstudiengang gar nicht besprochen wurden und ich hab den Bachelor und Master noch angefangen in einem Zeitpunkt, wo wir wirklich viele Prüfungen schriftlich schreiben müssen und mit Papierwörterbuch arbeiten müssen und das finde ich wirklich anachronistisch. Wir wohnen in einem Zeitpunkt von vielen Technologien. Es wird mittlerweile sehr viel von KI und

Maschinelle Übersetzung gesprochen. Das Problem ist, dass wir aber keine Kenntnisse dazu haben oder dazu bringen können, weil es uns diese Kenntnisse nicht angeboten wird. Wir wurden alle im Lauf dieser langen Studiengänge dann nur für einen Job ausgebildet, dass genauso sowie das beigebracht wird schon nicht mehr existiert. Also die meisten Übersetzer, die schon vor 10 Jahren angefangen haben zu arbeiten, die Arbeiten schon mit Cat Tools und vielen von diesen Sachen haben sie selbst am Arbeitsplatz vielleicht lernen müssen, wie wir zum Beispiel Excel an der Arbeit lernen aber davor nie genutzt haben und das finde ich schon dumm, dass wir solche Sachen nicht an der Universität lernen, vor allem, wenn das schon als Standard in der Praxis betrachtet wird. Ich finde es besonders interessant, wie oft nur während der letzten 5 Jahren das Curriculum beider Studiengänge geändert wurde, aber es bleibt trotzdem nicht zu aktuell.

26:17 I: Ja ich verstehe sehr gut, was du meinst (...) Wir sind fertig. Vielen Dank für deine Teilnahme. Möchtest du noch was hinzufügen?

26:26 Fü-1: Nee, also ich denke das war's. Ich hab schon zu viel geredet haha

26:33 I: Danke schön, danke noch mal.

26:35 Fü-1: Danke dir, ich hab es lustig und interessant gefunden.

Interview 4

InterviewerIn: I

InterviewpartnerIn: FÜ-2

00:00 I: Hallo, wie geht's? Alles gut?

00:05 FÜ-2: Hallo, ja alles gut, danke bei dir?

00:07 I: Alles gut, danke (...). Zunächst einmal vielen Dank, dass du zugestimmt hast mitzumachen.

00:14 FÜ-2: Gerne.

00:16 I: Bevor ich beginne, möchte ich kurz den Zweck meiner wissenschaftlichen Arbeit erläutern. Es handelt sich um eine sich für meine Forschung zum Thema Stress im akademischen Bereich, also genauer gesagt im Bereich der Translation...und mit dieser Forschung möchte ich die häufigsten Stressoren, die an unsere Universität auftreten zuerst identifizieren und dann analysieren und sie nach den verschiedenen Schwerpunkten differenzieren. Ich möchte noch hinzufügen, dass es bei diesen Fragen um Erfahrungen und persönliche Meinungen geht. Also es gibt keine richtige oder falsche Antwort, es bleibt alles anonym... also du kannst sagen, alles, was du willst, mach dir keine Sorgen, ja.

00:55 FÜ-2: Passt okay...

00:59 I: Hast du noch Fragen?

01:01 FÜ-2: eigentlich... nein

01:03 I: Jetzt werde ich mit den Fragen beginnen... Welchen Schwerpunkt hast du gewählt?

01:13 FÜ-2: Ich hab Fachübersetzen und Sprachindustrie gewählt.

01:17 I: In welchem Semester bist du jetzt?

01:20 FÜ-2: Ich bin im 12. Semester.

01:25 I: 12 Semester... also zahlst du schon den Unibeitrag, richtig?

01:31 FÜ-2: Ja genau, also ja. Ich zahle ziemlich viel, seit ziemlich langer Zeit...

01:40 I: Wieso hast du dich dafür entschieden, Master Translation in Wien zu machen?

01:48 FÜ-2: Also es war mein Plan B eigentlich in Wien zu kommen, weil ich in Triest für meinen Master studieren wollte, aber dann hab ich gesehen, dass der Master in Wien, also in Europa anerkannt ist und ziemlich wichtig ist und deswegen habe ich dann entschieden, nach Wien zu kommen.

02:13 I: Okay und wo hast du deinen Bachelor absolviert?

02:16 FÜ-2: Ich hab meinen Bachelor in Italien, in Padua absolviert, es ist so wie eine private Universität und ziemlich neu, deswegen wollte ich eine anerkannte Universität wählen für meinen Bereich.

02:31 I: Also du hast deinen Bachelor in Italien absolviert, das heißt, laut dem Curriculum... musstest du auch diese Ergänzungsprüfungen schreiben, richtig?

02:41 FÜ-2: Genau, also ich musste 7 Prüfungen zusätzlich schreiben, die ich nicht in Italien gemacht habe.

02:50 I: Und es sind mehr oder weniger 20-25 ECTS, richtig?

02:55 FÜ-2: Ja, ungefähr 2 bis 4 ECTS pro Prüfung... also 20 ja genau.

03:05 I: Glaubst du diese Ergänzungsprüfungen hatten einen Einfluss auf dein Studium? Also auch die Anzahl von Semester, die du bis jetzt gebraucht hast.

03:15 FÜ-2: Sicher hat das beeinflusst, weil so 7 Prüfungen kann man nicht gleichzeitig mit den anderen Prüfungen machen, deswegen hab ich sicher ein Semester mehr gebraucht, nur für diese Prüfungen und haben ehrlich gesagt nicht viel geholfen für meine Master, also... Ich hab die nicht wirklich notwendig gefunden.

03:39 I: Wie fühlst du dich jetzt also, wie läuft dein Studium?

03:43 FÜ-2: Mein Studium läuft nach einer langen Pause. Ich hab für 3 Jahre mein Studium gestoppt, wegen Corona hauptsächlich... und weil ich dann Vollzeit angefangen habe zu arbeiten und derzeit arbeite ich 30 Stunden, deswegen kann ich auch mich nicht nur an meinen Master konzentrieren und derzeit schreibe ich die Masterarbeit deswegen verzögert es sich viel.

04:13 I: Also du hast keine Übungen, keine Prüfungen mehr, richtig?

04:17 FÜ-2: Genau... genau.

04:20 I: Wie findest du dein Universitätsumfeld? Wie findest du die anderen Studentinnen? Wie gehen, deiner Meinung nach, die studieren miteinander um?

04:30 FÜ-2: Ich finde...wie im Bachelor ehrlich gesagt. Auch hier in Wien habe ich sehr viel Wettbewerb gefunden und ich hab sehr selten Freunden bzw. Uni Kolleginnen gefunden, die eigentlich mitarbeiten wollten. Das war mehr ein Wettbewerb. Also es ist mehr Einzelarbeiten, obwohl das Studium Teambildung, Teamarbeit bietet, habe ich das nicht so hilfreich gefunden...

05: 20 I: War es auch so in Italien? Also während deines Bachelors?

05:35 FÜ-2: Es war unterschiedlich, denn im Bachelor waren die Übungen viel kleiner, also wir waren 13 ungefähr... pro Übung. Nur bei den Vorlesungen waren wir vielleicht 20-25 und deswegen war es einfacher auch, die Leute kennen zu lernen und jetzt in Wien ist es viel größer und deswegen auch schwieriger in Kontakt zu den Leuten zu kommen.

06:01 I: Wie würdest du dein Universitätsumfeld in einem Wort beschreiben? Und warum?

06:08 FÜ-2: feindselig (...) Weil es diese Anfeindung schon am Anfang gab... mit dem Studien Service, weil ich noch nicht ganz sicher war, also ich konnte gar nicht gut Deutsch und ich habe trotzdem versucht und dann habe ich auf Englisch geswitched und sie haben mich sofort gestoppt, und sie haben mir gesagt, dass ich meinem Studium nicht anfangen durfte, wenn ich kein Deutsch konnte. Und deswegen haben mich rausgeschickt und wollten mir ja keine zusätzlichen Informationen geben. Und dann während des Studiums, habe ich so Kolleginnen kennengelernt, die voll hilfreich waren, aber im Allgemeinen habe ich das feindselig empfunden,

07:00 I: Ist Situation besser geworden?

07:05 FÜ-2: Nein, also ich finde also, es ist besser geworden, weil ich meine Leute gefunden habe und, weil ich die Sprache viel besser beherrsche als in 2017, also als ich angefangen habe

und ja... ich hab auch gelernt, wie ich mit den Professoren umgehen soll. Also ich hab auch manche Professorinnen in meinem Curriculum getroffen, die viele Vorzüge gezeigt haben... also mit den Studentinnen und wenn die Professorinnen jemanden nicht mögen, dann hat man ein bisschen mehr Schwierigkeiten.

07:47 I: Verstehe ich (...) jetzt möchte ich eine Definition über Stressoren geben, weil die nächsten Fragen eben über Stressoren sind. Der Begriff Stressor bezieht sich dabei auf die Ursachen, also Faktoren, die Stress auslösen und somit den Körper dazu bringen, auf Stress zu reagieren und mit dieser Definition möchte ich jetzt fragen, also was sind deiner Meinung nach die häufigsten Stressoren, die in deinem Schwerpunkt auftreten?

08:17 FÜ-2: also was mich am meisten gestresst hat, war die Anwesenheitspflicht, auch weil, ich während des Studiums gearbeitet habe und vielleicht auch, dass man während der Übungen, die ganze Zeit aufmerksam sein muss und... während der Übersetzungen, Blattübersetzungen zum Beispiel, wenn man sich nicht hundertprozentig vorbereitet hat, dann bekommt man eine schlechte Note... und das beeinflusst auch die Note am Ende (...) also quasi wie in der Schule. Auf diesem Grund war es für mich ab und zu ein bisschen schwierig, weil ich mich nicht immer vorbereiten konnte und ja... diesen ständigen Druck nicht gereicht zu werden sozusagen.

09:16 I: Wenn ich fragen darf, hast du versucht über diese Situation mit den Professorinnen zu reden, oder nein?

09:23 FÜ-2: Nein... nein... wenn ich nichts 100% geschafft habe, mich selber zu vorbereiten, hatte ich zum Glück Kolleginnen, die mir dabei geholfen haben, zum Beispiel mit Glossaren oder so.

09:38 I: Also du hast Unterstützung bekommen?

09:44 FÜ-2: Genau... genau, aber nicht immer (...). Ich habe schon ab und zu Unterstützung bekommen

09:47 I: Hast du andere Beispiele von Stressoren?

09:53 FÜ-2: Auf jeden Fall die die Modulprüfungen... hab ich sehr stressig empfunden, weil das Thema einen Monat vorher rauskommt und wir haben sehr oft uns während der Übung nicht über dieses Thema vorbereitet und es war auch schwierig mit den Professorinnen in Kontakt zu sein, weil sie uns gesagt haben, dass wir selbstständig lernen mussten... außer ganz am Ende (...). Ich hab viermal die letzte Modulprüfung geschrieben ins Deutsche (Rechtsübersetzen) und das war für mich sehr stressig, weil ich halt fast am Ende war und die Möglichkeit entstand, dass ich meinen Master nicht abschließen dürfte.

10:44 I: Also was denkst du über diese vier Versuche, die man hat?

10:47 FÜ-2: Ich finde, dass es vielleicht für andere Prüfungen in Ordnung ist aber, da viele Ausländer in Wien kommen, um zu studieren (wie bei uns am ZTW) ... Ich finde das nicht fair, weil wir Ausländern ein bisschen mehr Zeit vielleicht brauchen, um die Sprache zu lernen und es gibt immer viele Wörter, Glossare und so weiter, die ganz neu sind und, die man fast ausständig lernen muss. Genau. Das war ein Stressor für mich

11:27 I: Man kann die Modulprüfung schreiben, wenn man die Kurse schon bestanden hat, richtig?

11:33 FÜ-2: Genau... genau. Ich wollte eigentlich Übungen machen und deswegen hab ich eine Professorin gefragt, ob ich vielleicht sie mir Übersetzungen schicken dürfte, um mich vorzubereiten und sie hat mir gesagt, dass ich eigentlich die Übung wieder besuchen musste,

weil sie sich die Zeit nicht nehmen würde für Korrekturen usw und deswegen das hat mich so gestresst und deswegen hab ich dann zwei Jahre gebraucht, um wieder die Modulprüfung zu schreiben.

12:06 I: Ok, also du hast eigentlich nach Hilfe gefragt.

12:10 FÜ-2: Ja genau, ich hab nach Hilfe gefragt und es wurde mir nicht angeboten.

12:15 I: Es tut mir leid...und wie versuchst du mit diesen Stressoren umzugehen? Oder wie hast du bis jetzt versucht?

12:23 FÜ-2: Ich versuche, mir genügend Zeit für die Vorbereitung zu nehmen und ich habe auch so Mitteln gekauft, zum Beispiel pflanzlichen Mitteln, damit ich besser schlafen kann, damit ich dann am nächsten Tag so ausgeschlafen bin und mich mehr konzentrieren kann. Ich bin eine ziemlich anxious Person und deswegen wird mein Leben jetzt sehr viel vom Stress beeinflusst, beide körperlich und psychisch, weil ich bekomme auch so... Bauchschmerzen, wenn ich viel Stress habe.

13:10 I: Arbeitest du nebenbei? Du hast schon erwähnt, dass du länger gebraucht hast, weil du auch gearbeitet hast. Wie viele Stunden arbeitest du?

13:18 FÜ-2: Derzeit arbeite ich 30 Stunden, aber ich habe für 2, fast 3 Jahre Vollzeit gearbeitet. Am Anfang hab ich nur geringfügig gearbeitet, ich habe mich mehr auf mein Studium konzentriert, deswegen am Anfang habe ich viel gemacht. Und dann langsam hab ich aufgehört, genau ja (...).

13:36 I: Und hat dein Job einen Einfluss auf dein Studium gehabt?

13:47 FÜ-2: Ja doch. Ja, weil ich den ganzen Tag gearbeitet habe und dann am Wochenende war ich ziemlich müde und ich wollte mich ausruhen. Ich hab ein bisschen gelernt, aber es war nicht genügend, man kann beide nicht gleichzeitig machen.

14:05 I: Wenn ich fragen darf, also du musst nicht antworten... wieso hast du begonnen zu arbeiten?

14:10 FÜ-2: Weil ich selbstständig sein wollte. Also ich wollte nicht ein Gewicht für meine Familie sein und ja, ich war in dem Alter, wo ich eigentlich arbeiten musste.

14:26 I: Ja, also Geld kann auch als Stressquelle sozusagen identifiziert werden?

14:31 FÜ-2: Ja, ja, weil wenn man kein Geld hat, kann man nichts weiterstudieren und uns sogar, weil ich vom Ausland komme, also ich muss halt Miete zahlen, selber so Unterkunft und Essen und alles zahlen und das wollte ich nicht meinen Eltern fragen.

14:55 I: Ich verstehe... hast du andere Verpflichtungen?

14:57 FÜ-2: Nein.

14:58 I: Fühlst du dich manchmal überfordert? Wenn ja, warum?

15:04 FÜ-2: Ich fühle mich sehr oft überfordert. Ich fühle mich überfordert, wenn ich nicht gut meine Zeit organisieren kann, weil es passiert jede Woche, dass ich eigentlich mir gedacht habe...ja in diesen Tagen werde ich lernen und dann kommt immer irgendwas dazwischen entweder mehr Arbeit oder so Kleinigkeiten, die man auch für Zuhause machen muss... und das überfordert mich.

15:41 I: Hast du schon einmal daran gedacht, das Studium abzubrechen?

15:46 FÜ-2: Ich habe sehr oft gedacht, mein Studium abzubrechen. Es hat angefangen in der Corona Zeit, weil ich unmotiviert war und dann habe ich angefangen zu arbeiten und (...) also im Laufe der Zeit während meines Studiums habe ich auch gedacht, wozu bringt mir dieses Studium? Denn am Ende werde ich nicht wirklich als Übersetzerin anerkannt nur, weil ich diesem Studium gemacht habe...und ich werde nicht mehr bezahlt als eine Person, die zweisprachig ist zum Beispiel... und deswegen hab ich ziemlich oft gedacht, das Studium abzubrechen.

16:31 I: Okay verstehe ich (...). Ich wollte etwas über deinen Schwerpunkt Fragen... deine Sprachen sind?

16: 39 FÜ-2: Italienisch, deutsch

16:42 I: Okay ja... du hast schon was erwähnt, aber Deutsch hat für dich so eine Schwierigkeit repräsentiert, richtig?

16:52 FÜ-2: Ja, ja voll, weil die ersten Vorlesungen waren für mich sehr anstrengend zu folgen, weil ich nie auf Deutsch eine Vorlesung besucht habe und, obwohl ich in Deutschland für sechs Monate gearbeitet habe, war nicht das gleiche, wie eine Vorlesung zu folgen, deswegen war schon eine große Schwierigkeit für mich, aber jetzt ist hinter mir haha.

17:20 I: Gut, die letzte paar Fragen. Hast du Angst vor der Zukunft? Ich meine in Bezug auf unsere Arbeitswelt.

17: 31 FÜ-2: Ich kann nicht sagen, dass ich Angst habe, aber mit diesen ganzen KI-Geschichten und maschinelle Übersetzung usw. ich finde nicht, dass unseren Beruf verschwinden wird, aber ich finde, dass es viel weniger Arbeit geben wird. Vielleicht nicht in den nächsten 10 Jahren, weil die Maschinen müssen, noch trainiert werden und so weiter aber ja, ich glaube, dass viele Jobs mit der Zeit verschwinden werden. Also man muss sich weiterentwickeln

18:10 I: ich hab noch eine letzte Frage, hattest du Erwartungen bevor du deine Studium begonnen hast, und hat deine akademische Laufbahn dieser Erwartungen erfüllt?

18:31 FÜ-2: Schon, weil wir nicht nur Theorie, sondern auch Praxis, also Übungen gemacht haben und wir dürfen auch uns nicht nur in unsere Schwerpunkte weiterbilden, sondern auch in andere Schwerpunkte, wie ich zum Beispiel gemacht habe. Ich habe viel von literarischem Übersetzen gemacht. Ich hatte nicht so große Erwartungen, aber die Erwartungen, die ich hatte, haben sich schon erfüllt.

19:10 I: Ja gut, okay (...). Hast du noch Fragen, etwas, dass du hinzufügen möchtest?

19:15 FÜ-2: Nein... nein.

19:17 I: Okay dann danke für deine Teilnahme.

19:19 FÜ-2: Danke dir. Es war sehr interessant.

Interview 5

InterviewerIn: I

InterviewpartnerIn: Kd-1

00:00 I: Wie geht's dir? Alles gut?

00:04 Kd-1: Hallo, mir geht es gut, danke und dir?

00:07 I: Mir geht es auch gut, danke. Zunächst einmal vielen Dank, dass du zugestimmt hast, mitzumachen.

00:12 Kd-1: Gerne, freut mich...

00:14 I: Bevor ich beginne, möchte ich kurz den Zweck meiner wissenschaftlichen Arbeit erläutern. Es handelt sich um eine Forschung zum Thema Stress im akademischen Bereich, also genauer gesagt im Bereich der Translation, also unser Bereich. Mit dieser Forschung möchte ich die häufigsten Stressoren, die an unserer Universität auftreten, zuerst identifizieren und dann analysieren und sie nach den verschiedenen Schwerpunkten differenzieren. Ich möchte noch hinzufügen, dass es bei diesen Fragen um persönliche Erfahrungen und Meinungen geht. Also es gibt keine richtige oder falsche Antwort und alles bleibt anonym, also mach dir keine Sorge ja... du kannst sagen, alles, was du willst (...). Hast du noch Fragen?

01:09 Kd-1: Nein...ich denke nicht.

01:11 I: Okay (...). Welchen Schwerpunkt hast du gewählt?

00:15 Kd-1: Ich hab mich für Konferenzdolmetschen entschieden

01:18 I: In welchem Semester bist du jetzt?

01:20 Kd-1: Ich bin jetzt im sechsten Semester.

01:23 I: Okay, also laut dem Curriculum bist du noch zeitlich rechtzeitig?

01:31 Kd-1: Genau, ja.

01:33 I: Wieso hast du dich dafür entschieden den Master Translation in Wien zu machen?

01:41 Kd-1: Am Anfang wollte ich eigentlich meinen Master in Italien absolvieren, aber dann habe ich mir gedacht, es wäre eine bessere Möglichkeit gewesen, in Wien zu studieren, um die deutsche Sprache zu verbessern, weil in Italien hätte ich nicht die Möglichkeit gehabt, mit einer deutschsprachigen Umgebung in Kontakt zu kommen.

02:04 I: Also du hast jetzt erwähnt, du hast deinen Bachelor in Italien absolviert...und das heißt, du musstest eben die Ergänzungsprüfungen schreiben, richtig?

02:17 Kd-1: Genau, fünf Ergänzungsprüfungen hatte ich...ja

02:23 I: Wie viele ECTS insgesamt?

02:26 Kd-1: Insgesamt 20 oder 25, ich bin mir nicht sicher, aber es war zeitaufwendig vor allem Kursen waren total nutzlos und es war einfach eine Wiederholung von den gleichen Prüfungen, die wir schon in Italien absolviert haben. Es war einfach ein Semester- Plus, dass wir so machen mussten... total sinnlos.

02:53 I: Glaubst du, diese Prüfungen haben einen Einfluss auf die Anzahl vom Semester, die du brauchen wirst, um dein Studium zu beenden?

03:05 Kd-1: Ja genau, wenn ich...die nicht gehabt hätte, wäre ich anscheinend im sechsten Semester schon fertig gewesen. Aber jetzt werde ich im siebten Semester dann zahlen, um mein Abschluss zu bekommen.

03:25 I: Hast du noch Prüfungen?

03:30 Kd-1: Nein, ich habe keine Prüfungen mehr... ich muss nur meine Masterarbeit schreiben.

03:35 I: Wie fühlst du dich jetzt? Also wie läuft dein Studium?

03:43 Kd-1: Ich schreibe gerade meine Masterarbeit und ich bin ziemlich froh, weil es um ein Thema geht, das mich wirklich interessiert, so endlich nach viele... viele Bemühen muss ich sagen, dass ich stolz auf mich selbst bin (...) nach vielen Jahren, viele Bemühungen.

04:03 I: Wie findest du das Universitätsumfeld? Die Studentin? Wie gehen die Studierenden miteinander um?

04:13 Kd-1: (...) Ich konnte viele gute Freunden finden, aber ich muss sagen... an der Uni selbst (...), es ist ein sehr wettbewerbsfähiges Umfeld, weil jeder will immer sein Bestes geben. Es gibt diese ständige Bewertung und Konfrontation mit der Außenwelt, mit Feedback, Bewertungen, wie gesagt usw. auch so der Markt in diesem Bereich ist sehr wettbewerbsorientiert, deswegen ist die Uni einfach ein Spiegelbild des Arbeitsmarkts draußen (...) aber das ist nicht immer gut für die... psychische Einstellung.

05:11 I: Ich verstehe (...) wie würdest du dein Universitätsumfeld in einem Wort beschreiben und warum?

05:20 Kd-1: Eben ich würde sagen als kompetitiv... für die vorgenannten Gründen.

05:28 I: Jetzt möchte ich eine kurze Definition über „Stressor“ geben, weil die nächsten Fragen über Stressoren sein werden (...). Der Begriff Stressor bezieht sich auf die Ursachen beziehungsweise Faktoren, die Stress auslösen und somit den Körper dazu bringen, auf Stress zu reagieren. Mit dieser Definition möchte ich dich fragen, welche sind deiner Meinung nach die häufigsten Stressoren in deinem Schwerpunkt?

06:03 Kd-1: Es sind zahlreiche, vor allem, wie schon gesagt, diese ständige Bewertung durch die Professorinnen, aber vor allem durch die Studentinnen, weil man muss ständig die anderen bewerten, Feedback geben und dann noch muss man sich immer zumindest beim Simultandolmetschen... man muss immer super vorbereitet sein, um in die Kabine zu gehen, und eine gute Dolmetschung zu leisten. Die Terminologie... man muss ständig Glossaren erstellen und auch so die meisten Übungen und Vorlesungen sind verpflichten, mit Anwesenheitspflicht und, wenn man auch nicht alle Übungen, Hausaufgaben macht, dann es ist auch schwierig, die Übungen zu bestehen und so weiter. Dann noch das Thema Modulprüfung ist sehr relevant und wichtig in Bezug auf Stressfaktoren, weil wir nur vier Versuche insgesamt haben und ich finde es wirklich nicht gut, dass man nach vier Versuchen einfach aus der Uni ausgeschlossen ist, weil ich denke, dass wenn man sich bemüht, sollte man wirklich die Möglichkeit haben einen Abschluss zu bekommen und dann noch... die Sprache. Ich komme aus Italien und meine A-Sprache ist Italienisch, dann habe ich Deutsch als B-Sprache und dann Englisch als C-Sprache. Die Muttersprachler, das hab ich immer beobachtet und gesehen, werden nicht gleichbehandelt wie wir... wie wir, die nicht Muttersprachler sind, weil uns werden höhere Erwartungen gestellt als umgekehrt. Zum Beispiel die

Deutschsprachigen Studentinnen müssen nicht so ein gutes italienische Niveau haben, um einen Kurs zu bestehen. Sie werden immer, immer wieder belohnt aber wir müssen wirklich einfach ein C2 auf Deutsch haben, aber umgekehrt ist es nicht so... und dann als letzte Beispiel, muss ich sagen, die Professoren sind auch nicht so verständnisvoll, was unsere Bedürfnisse betrifft, weil, wenn man auch einen Kurs schon bestanden hat, muss man trotzdem wieder den Kurs wiederholen und das verstehe ich, das macht auch Sinn, um sich zu üben, aber man muss sowieso immer Hausaufgaben erledigen und auch an jeder Einheit teilnehmen, obwohl man den Kurs schon bestanden hat und, zum Beispiel, obwohl man arbeiten muss oder man andere Bedürfnisse außer der Uni hat (...). Sie verlangen manchmal zu viel...

09:40 I: Du hast gesagt, du solltest eigentlich einen Kurs mehrere mal wiederholen, warum? also gibt es einen Grund dafür?

09:48 Kd-1: Weil sonst auch, wenn die Professoren sehen, dass man einen Kurs nur einmal gemacht hat, es ist schwieriger dann die Modulprüfung zu bestehen. Die Professoren schätzen auch immer diese Anwesenheit sehr viel. Sie möchten einfach, dass, ein Kurs immer und immer wiederholt wird. Das ist keine festgelegten Regeln aber alle wissen das.

10:15 I: Du hast auch davor über die Modulprüfung geredet. Ab wann kann man die Modulprüfung schreiben?

10: 21 Kd-1: Ja, es gibt fünf Kurse, glaub ich, die man bestehen muss, die sind verpflichtend, um für die Modulprüfung anzutreten. Ich weiß nicht mehr welche, dann kann man die Modulprüfung schreiben und man hat vier Versuche. Nachdem man die Kurse schon bestanden hat, sollte man eigentlich in der Lage sein, die Modulprüfung zu schreiben, aber es ist nicht immer so (...) leider...

11:07 I: Verstehe ich (...). Wie versuchst du mit diesen Stressoren umzugehen?

11:12 Kd-1: Ich versuche, mich so gut wie möglich vorzubereiten, für Terminologie usw. aber am meisten Fällen muss ich sagen, hatte ich keine Zeit dafür (...). Es war wirklich schwierig... und die Vorlesungen und Übungen sind zu viele meiner Meinung nach.

11:33 I: Wie hast du dein Studium geplant? Nach dem Curriculum oder nicht?

11:40 Kd-1: Nein, ich hab das ein bisschen anders gemacht, ich hab versucht, das Curriculum zu folgen, aber manche Kurse habe ich später gemacht, manche hab ich früher gemacht, **sodass** ich nie nicht zu viel an einem Semester hatte.

11:51 I: Arbeitest du nebenbei und wenn ja, wie viele Stunden?

11:54 Kd-1: Ja, ich arbeite 32 Stunden in einem Büro.

12:01 I: Glaubst du, dass deinen Job einen Einfluss auf dein Studium hat, oder nicht? Würdest du deinen Job als Stressquelle identifizieren?

12:18 Kd-1: Ja, ein bisschen schon, weil zum Beispiel, wenn ich zu Simultanübungen gehen musste, nachdem ich schon gearbeitet hatte, war ich sehr müde und es war schwierig mich zu konzentrieren und ich hatte keine Zeit, zu Hause zu üben (...). Das war auch sehr stressig für mich.

12:37 I: Okay verstehe ich (...). Wenn ich fragen darf, also du musst nicht antworten, aber wieso hast du begonnen zu arbeiten?

12:46 Kd-1: Weil ich extra Geld haben wollte, um mich das Leben in Wien zu leisten... und auch, um Erfahrungen zu sammeln.

13:01 I: Also Geld kann, wenn ich noch mal fragen darf, als einen Stressfaktor auch berücksichtigt werden?

13:15 Kd-1: Ja, ja, voll weil... zum Beispiel ich arbeite nicht im Bereich des Simultandolmetschens, es ist ganz was anderes und ich finde, dass wenn man schon viel Geld hat, zum Beispiel, man könnte ein unbezahltes Praktikum machen und Erfahrung in diesem Bereich...also Simultandolmetschen sammeln, aber das konnte ich mich nicht leisten, weil ich musste einfach Geld verdienen, um in Wien zu leben und so (...). Das hatte auch einen Einfluss auf mein Studium... sonst hätte ich mehr Erfahrung in diesem Bereich sammeln können.

13:56 I: Gibt es kein Pflichtpraktikum in deinem Schwerpunkt?

14:00 Kd-1: Das finde ich auch superschlecht, weil ich weiß, wie schwierig ist Praktika in diesem Bereich zu finden, vor allem mehr als in Bereich der schriftlichen Übersetzung, aber trotzdem, man muss schon Erfahrung haben, um einfach da draußen zu gehen und sagen, ok, jetzt kann ich wirklich als Simultandolmetscherin arbeiten, weil die Vorlesungen reichen nicht.

14:27 I: Hast du andere Verpflichtungen?

14:30 Kd-1: Nein, ich denke nicht ...nur Arbeit und Studium

14:34 I: Fühlst du dich manchmal überfordert?

14:38 Kd-1: Ja... jetzt nicht mehr, endlich... Aber ich hab mich sehr, sehr überfordert gefühlt. Ich hatte zu wenig Zeit für Sozialkontakten. Ich musste einfach nur Verpflichtungen erfüllen bzw. erledigen (...) und das war's für dieses Jahr.

14:57 I: Hast du Unterstützung bekommen? Also vielleicht von der Familie oder Freunden... hat jemand dir geholfen?

15:05 Kd-1: Ich muss sagen nein, aber weil ich nie nach Hilfe gefragt habe. Vielleicht brauchte ich so Unterstützung, aber ich habe einfach versucht, damit alleine umzugehen aber meine Eltern um meine Freunde haben mich immer so moralisch unterstütz... ja... viel und... ja, ohne wäre es einfach alles viel schwieriger gewesen.

15:35 I: Hast du schon einmal daran gedacht, das Studium abzubrechen?

15:40 Kd-1: Nein...nie, weil ich weiß, dass man einfach einen Abschluss braucht...Ja, um in die Arbeitswelt einzusteigen.

15:58 I: Wenn du die Zeit zurückdrehen könntest, würdest du dich wieder für dieses Studium entscheiden? oder sogar für deinen Schwerpunkt?

16:05 Kd-1: Nein hahaha... ich würde eher entweder Marketing oder etwas im Bereich Wirtschaft studieren, weil man, meiner Meinung nach, mehreren Arbeitsmöglichkeiten hat... zurzeit. Es gibt nicht so viele Arbeitsmöglichkeiten für Übersetzer und Dolmetscher.

16:27 I: Ja, und das antwortet schon die nächste Frage... also so Angst vor der Zukunft? glaubst du, du wirst in diesem Bereich Arbeit finden? also als Dolmetscherin oder als Übersetzerin?

16:45 Kd-1: Ich denke, dass dieser Bereich sich immer mehr veralten wird (...). Es wird immer älter quasi, weil die Technologie sich zu schnell entwickelt und ich denke vielleicht, dass Österreich die einzige Möglichkeit, um Arbeitsaufträge zu bekommen, die gut bezahlt sind, wäre Gerichtsdolmetscher beziehungsweise Gerichtsübersetzer zu werden, weil die werden immer noch gefragt, obwohl es schon ChatGPT und andere Software gibt... trotzdem sind die Gerichtsdolmetscher immer mehr gefragt, aber die Prüfung ist schwierig. Man muss auch viel Geld dafür bezahlen und viel lernen. Ich hab mir gedacht, nachdem Abschluss werde ich mich

vielleicht nicht nur in einem Bereich spezialisieren, damit man nicht nur dieser Abschluss bekommt, sondern auch was anderes, um mehr so flexibel zu sein für die Arbeitswelt, weil das meiner Meinung nach, nicht genug ist... was wir lernen und was wir als Zertifikat bekommen.

17:56 I: Okay. Also welche Erwartungen hast du im Bezug auf dieses Arbeitsfeld?

18:10 Kd-1: Ja (...) ich weiß nicht. Wie gesagt... es ist nicht so einfach Aufträge zu finden. Man muss auch gute Kontakte aufbauen. Es ist ein Bereich, der so frei ist...so ein freier Markt und man ist Freiberuflerin und man muss sich selber bemühen, um Kunden und Aufträge zu finden. Trotzdem muss man zu viele Steuern zahlen und man sollte immer nebenbei ein anderer Job haben (...), also es ist nicht einfach.

18:42 I: ich hab noch eine Frage (...). Du hattest sicherlich Erwartungen in Bezug auf diese Uni...eben bevor du dein Studium begonnen hast. Hat deine akademische Laufbahn bzw. dein Studium dieser Erwartungen erfüllt oder nicht?

19:02 Kd-1: Bevor ich angefangen habe, hatte ich wirklich keine Ahnung, was Simultandolmetschen bedeutet, weil in Italien ist die Uni weniger fortgeschritten als in Wien und wie gesagt, ich hatte nie eine Simultandolmetschen-Übung zum Beispiel so, deswegen hatte ich Erwartungen, ja (...). Ich habe mir gedacht, das wäre schwierig gewesen, aber ich hab auch Simultandolmetschen wirklich schön gefunden und es war etwas Neues für mich so zu probieren. Was vielleicht die Schwierigkeiten betrifft, dann waren die Erwartungen genauso...

19:51 I: Noch letzte Frage (...), deine Sprache. Du hast gesagt, dass Italienisch deine Muttersprache ist, Deutsch deine B-Sprache und Englisch deine C-Sprache. Hattest du Schwierigkeiten mit diesen Sprachen?

20:06 Kd-1: Ja ich hatte viele Schwierigkeiten mit Deutsch-Englisch, also diese Kombination, weil sie nicht meine Muttersprache sind und... ich werde auch nie mit so einer Kombination arbeiten. Also es macht keinen Sinn, dass die Uni keine Möglichkeit anbietet, um in die eigene Muttersprache zu dolmetschen... also von der C-Sprache also Englisch in diesem Fall. Ich weiß, es ist einfach eine Übung, aber es macht keinen Sinn für die Arbeit dann.

20:44 I: Die Modulprüfung ist aber Englisch-deutsch?

20:49 Kd-1: Ja. Ja, aber ich denke, dass in diesem Fall die Professoren berücksichtigen zumindest ein bisschen, dass die zwei Sprache keine Muttersprache sind und sie sind ein bisschen mehr verständnisvoll (...) also nur in diesem Kontext.

21:14 I: Ja gut, danke! Das war es (...). Hast du Gedanken, etwas, dass du hinzufügen möchtest?

21:27 Kd-1: Ich denke nicht.

21:31 I: Okay dann... vielen Dank für deine Teilnahme.

21: 35 Kd-1: Okay. Ja, danke dir, es hat mich sehr gefreut.

Interview 6

InterviewerIn: I

InterviewpartnerIn: Kd-2

00:00 I: Hallo, wie geht's dir? Alles gut?

00: 04 Kd-2: Hallo, ja, mir gehts gut, danke!

00:11 I: Zunächst einmal vielen Dank, dass du zugestimmt hast mitzumachen.

00:16 Kd-2: Sehr gerne

00:18 I: Bevor ich beginne, möchte ich kurz den Zweck meiner wissenschaftlichen Arbeit erläutern. Es handelt sich um eine Forschung zum Thema Stress im akademischen Bereich, genauer gesagt im Bereich der Translation, also unser Bereich. Mit dieser Forschung möchte ich die häufigsten Stressoren, sozusagen die an unserer Universität am meisten auftreten identifizieren und analysieren und sie nach den verschiedenen Schwerpunkten differenzieren. Ich möchte noch hinzufügen, dass es bei diesen Fragen, um persönliche Meinungen und Erfahrungen geht... also es gibt keine richtige oder falsche Antwort, alles bleibt anonym, also mach dir keine Sorgen, ja?

01:15 Kd-2: Danke ahah

01:17 I: Hast du noch Fragen?

01:19 Kd-2: Nein, alles klar.

01:22 I: Also jetzt werde ich mit den Fragen beginnen. Welchen Schwerpunkt hast du gewählt?

01: 28 Kd-2: Ich hab Konferenzdolmetschen gewählt

01:32 I: In welchem Semester bist du jetzt?

01:35 Kd-2: Derzeit bin ich in meinem siebten Semester.

01:40 I: Laut dem Curriculum muss man schon nach dem sechsten Semester die Uni-Beitrag zahlen, richtig? Was hältst du davon?

01: 54 Kd-2: Ja... ja... es ist immer besser als in Italien, also bezüglich der Steuer hahaha, aber trotzdem es ist immer Geld (...).

02:20 I: Wieso hast du dich dafür entschieden den Master Translation in Wien zu machen?

02:25 Kd-2: Ich wollte vor allem die Sprache verbessern und dann hatte ich auch die Hoffnung, eine gute Universität besuchen zu können, zumindest in diesem Sektor.

02:40 I: Wo hast du deinen Bachelor absolviert?

02:43 Kd-2: In Italien, in Florenz.

02:48 I: Wie fühlst du dich jetzt? Also, wie läuft dein Studium?

02:56 Kd-2: Jetzt fühle ich mich gut, ein bisschen sicherer. Dies Semester habe ich mehr Bewusstsein gewonnen, obwohl natürlich einige Sorgen bleiben... aber im Vergleich zum Anfang viel besser.

03:12 I: Wie findest du die Studentinnen? Also wie gehen deiner Meinung nach die Studierenden miteinander um?

03:23 Kd-2: Ich hab auch bei meinen Kolleginnen dieses Bewusstsein gespürt. Aber natürlich sehe ich, dass sie noch ein bisschen stressig und besorgt sind wegen der Uni und der Prüfungen, der Planen usw. (...) und ich würde auch sagen, dass es viel Wettbewerb gibt...Ja. Meiner Meinung nach gibt es in unserem Studium noch zu viel Wettbewerb vor allem zwischen den Kolleginnen leider...

04:01 I: Hast du konkrete Beispiele dafür?

04:05 Kd-2: Ja, ich hatte ein paar Kurse, bei denen manche Kolleginnen, die vielleicht besser waren bzw. ein besseres Deutsch hatten, mussten Feedback bzw. Vorschläge für uns geben (...) aber der Fokus war immer auf die Fehler, es gab selten positive Feedbacks. Also das Umfeld war immer ein bisschen negativ und natürlich hatte das einen Einfluss auf den Kurs, und auf die Art, wie wir Kolleginnen zusammengearbeitet haben.

04:44 I: Ist die Situation besser geworden?

04:52 Kd-2: Im Laufe der Semester wurde ich sagen, dass... ja das Umfeld sich verbessern hat. Und ja, jetzt geht es ein bisschen besser vielleicht, weil diese Kolleginnen schon fertig sind und nicht mehr an der Uni sind hahaha...

05: 07 I: haha verstehe ich (...). Du hast gesagt, du hast deinen Bachelor in Italien absolviert, das heißt, laut dem Curriculum musstest du eigentlich Ergänzungsprüfungen schreiben, richtig?

05:17 Kd-2: Ja genau

05: 19 I: Weißt du wie viele ECTS mehr oder weniger?

05:25 Kd-2: Ich glaube insgesamt 20-25 (...) ich kann mich jetzt nicht erinnern.

05: 39 I: Und glaubst du, dieser Ergänzungsprüfungen hatten einen Einfluss auf deinem Studium?

05:45 Kd-2: Ehrlich gesagt würde ich nein sagen, weil es gab keine echte und direkte Verbindung mit dem Rest der Kurse also deswegen habe ich die ein bisschen unnötig gefunden.

06:05 I: Und hatten sie auch einen Einfluss auf die Anzahl der Semester, die du bis jetzt gebraucht hast? Hast du länger wegen diesen Prüfungen gebraucht?

06:25 Kd-2: Ich glaube nicht, weil ich hab alle Kurse und Prüfungen zusammen gemacht und geschrieben, deswegen kann ich nicht wirklich den Unterschied spüren

06:38 I: Gut (...). Wie würdest du das Universitätsumfeld in einem Wort beschreiben? und warum?

06: 46 Kd-2: Stressig, weil das Arbeitsklima wirklich nicht ruhig und entspannt ist auch wegen dieses Wettbewerbs zwischen den Kolleginnen zum Beispiel. Jeder will nur der/die Beste sein und das finde ich nicht gut.

07:06 I: Jetzt würde ich eine Definition über Stress geben, weil die nächste Frage werden dann über Stressoren sein. Also der Begriff Stressor bezieht sich auf die Ursachen beziehungsweise Faktoren, die Stress auslösen und somit den Körper dazu bringen, auf Stress zu reagieren. Mit dieser Definition möchte ich dich fragen, welche sind deiner Meinung nach die häufigsten Stressoren in deinem Schwerpunkt? Hast du konkrete Beispiele?

07:48 Kd-2: Ich wurde sagen Sprachtempo, vor allem im Simultandolmetschen (...) dann Fehlerisiken. Man macht vielleicht mehr Fehler, wenn man weißt, dass man von dem Publikum bzw. Kolleginnen beurteilt wird... also böse Feedbacks. Die Modulprüfung ist aber schlimmer ahaha.

08:10 I: Was meinst du mit Sprachtempo?

08:13 Kd-2: Ich meine die Geschwindigkeit der Rede oder des Dolmetschens in der Kabine (...) aber auch im Bereich von Konsekutivdolmetschen. Also ich meine den Unterschied zwischen Originalrede und Dolmetschen.

08:32 I: Ah Okay... verstehe ich. Was würdest du sagen? Gibt es mehr Stressoren im Bereich Simultandolmetschen oder im Bereich Konsekutivdolmetschen?

08:43 Kd-2: Vielleicht im Bereich Simultandolmetschen. Obwohl man eine Kabinenpartnerin haben kann, weil da gibt es mehr diesen Geschwindigkeitsfaktor und die Konzentration muss maximal sein und man hat nur eine Möglichkeit, die Rede richtig zu wiederholen.

09:14 I: Wie versuchst du mit diesen Stressoren umzugehen?

09:21 Kd-2: Ich würde sagen, viel Übung und eine sehr gute Vorbereitung.

09:29 I: Ja, also einfach nur viel, viel Übung?

09:31 Kd-2: Ja, ja, ja, ja mit Hilfe von Feedbacks, von Kolleginnen, aber vor allem Übung, um auch die Fehler und das richtige Mindset zu bekommen.

09:48 I: Okay (...) arbeitest du nebenbei?

09:51 Kd-2: Nein.

09:54 I: Okay hast du andere Verpflichtungen?

09:58 Kd-2: Nein

10:01 I: also du hast ziemlich viel Zeit für dich, um zu üben und zu studieren?

10:08 Kd-2: Ja, genau, ja, ja.

10: 10 I: Und wenn ich fragen darf, hast du daran gedacht vielleicht ein Praktikum zu machen?

10:21 Kd-2: Ja. Ja, natürlich, aber es ist nicht einfach ein Praktikum in diesem Bereich zu finden und ich wollte mich auf das Studium konzentrieren.

10:45 I: Ja, sehr gut. Fühlst du dich manchmal überfordert? Und wenn ja, warum?

10:49 Kd-2: Ja, zum Beispiel, wenn meine Bemühungen nicht erkannt werden, dann beginne ich sofort zu denken, naja das ist nicht für mich, vielleicht habe ich nicht genug gemacht. Oder wenn ich ein bisschen mehr Zeit für Projekte brauche als andere Studentinnen (...) ich fühle mich sofort schlecht und denke, nicht, dass ich dumm bin aber, dass ich zu langsam bin und, dass ich viel mehr Übung brauche als andere. Also ich hab das Gefühl, immer beurteilt zu werden.

11:18 I: Hast du in diesen Situationen Unterstützung bekommen? Zum Beispiel von deiner Familie, von Freundinnen?

11:27 Kd-2: Ja, von meiner Familie und auch Freundinnen und manchmal auch von ein paar Professorinnen. Sie haben mit Vorschlägen oder Empfehlungen gegeben, wir zum Beispiel eine Sprachpartnerin.

12:00 I: Hast du schon einmal daran gedacht, das Studium abzubrechen?

12:05 Kd-2: Ja, ja, ja, natürlich. Ja, ja, ja weil ich in meiner täglichen Universitätsroutine habe ich mich oft schlechter gefühlt, als geholfen oder auf andere Weise unterstützt.

12:34 I: Aber dann hast du deine Meinung verändert?

12:40 Kd-2: Ja, ich hab auch eine zweite Möglichkeit oder zweite Chance mir gegeben, um mehr darüber zu überlegen und zu sagen, ich schaffe das (...) Ja.

12:55 I: Wenn du die Zeit zurückdrehen könntest, würdest du dich wieder für dieses Studium entscheiden bzw. für gleichen Schwerpunkt?

13:05 Kd-2: Ja. Natürlich bin ich ja für die anderen Schwerpunkte neugierig, aber ich wurde auch diesen Schwerpunkt nochmal wählen, weil ich meine Erfahrung und Kenntnisse gewonnen habe, und ich finde eigentlich, was ich lerne, schön (...) ich mag es.

13:40 I: Hast du Angst vor der Zukunft?

13:44 Kd-2: Jein ...ehrlich gesagt nein. Ich bin nur neugierig.

13:49 I: Auch in unserem Arbeitsfeld, also Dolmetscher und Übersetzer, glaubst du, es ist einfach einen Job zu finden?

14: 04 Kd-2: Nein, einfach nein. Aber ich hoffe, dass ich etwas oder einen Job, der meinem Studium entspricht, finden kann und (...) ja aber ich bleibe Open-Minded und deswegen habe ich keine Erwartungen sozusagen was die Zukunft betrifft.

14:39 I: Noch eine Frage bezüglich deines Studiums (...), musstest du in deinem Schwerpunkt, ein Praktikum machen oder nicht?

14:48 Kd-2: Nein, weil wir einen Kurs haben, der auch das Praktikum ersetzen kann.

14:59 I: Warum glaubst du es gibt kein Praktikum in deinen Schwerpunkt?

15:03 Kd-2: Es wäre eigentlich gut ein Pflichtpraktikum zu haben, weil man dann die Möglichkeit hat ein bisschen Erfahrung zu sammeln, aber ich glaube wir haben kein Praktikum, weil es schon schwierig ist eine Arbeitsstelle in diesem Bereich zu finden... für ein Praktikum wäre es noch schwieriger (...). Wenn man was findet, ist 100% nicht bezahlt, was ich auch nicht super finde. Es würde auch kein Sinn machen, weil ich dann weniger Zeit fürs Lernen haben werde...

16:15 I: Ich glaube auch, vor allem in Bereich Simultan- oder Konsekutivdolmetschen ist ziemlich schwierig...Ja (...). Hast du Überlegungen? Fragen? Etwas, das du hinzufügen möchtest?

16:39 Kd-2: Nein, ich wollte noch mal unterstreichen, wie wichtig das Umfeld bzw. Umgebung unserer Universität für mich ist, weil ich glaube, dass es derzeit nicht optimal ist.

17:09 I: Was würdest du verändern, wenn du die Möglichkeit hättest?

17:17 Kd-2: schwierig zu sagen... Ich möchte die Möglichkeit den Studierenden geben, um miteinander zu arbeiten auch ohne diesen ständigen Druck, oder so hohe Erwartungen seitens der Professorinnen (...) und die Professorinnen sollten weniger Vorzüge machen.

17:51 I: Ja verstehe ich (...). Ich hab eine letzte Frage. Welche Sprache hast du in deinem Schwerpunkt?

18:05 Kd-2: Italienisch A, Deutsch B und Englisch C.

18:10 I: Hatten bzw. haben diese Sprachen, also Deutsch und Englisch einen Einfluss auf dein Studium?

18:19 Kd-2: Natürlich würde ich sagen, vor allem Deutsch. Deutsch war für mich so immer ein wie ein Feind und ich hab darüber gearbeitet, aber manchmal müsste ich auch nochmal oder mehr arbeiten, um Ziele zu erreichen (...) und es gibt auch diese Sache, dass wir Englisch als C-Sprache haben und wir arbeiten von Englisch ins Deutsche, und das ist keine natürliche Kombination für uns bzw. nicht Muttersprachlerinnen. Am Anfang war das sehr schwierig für mich. Der Master ist viel schwieriger im Vergleich zum Bachelor. Ich musste neue Standards und neue Modalitäten lernen und natürlich auch die Sprache hatte einen sehr großen Einfluss. Ich musste viel Übung und Tandem machen.

19:51 I: Bevor du die Uni begonnen hast, hattest du Erwartungen bezüglich deines Studiums...hat das Studium diese Erwartungen erfüllt?

20:03 Kd-2: Ich weiß es nicht. Vielleicht habe ich keine Zeit, um diese Erwartungen wirklich zu entwickeln, aber natürlich dachte ich, dass die Uni-Erfahrung mehr auf die Basis der Freundschaft sein konnte, aber eigentlich ist es mehr eine individuelle Erfahrung...das hat meine Erwartungen nicht erfüllt.

21:02 I: Okay gut, danke für deine Teilnahme, das war die letzte Frage (...) ja, wenn du noch was hinzufügen möchtest...

21:10 Kd-2: Nein, danke, Danke für die Einladung und schönen Tag.

Interview 7

InterviewerIn: I

InterviewpartnerIn: Dd-1

00:00 I: Hallo, wie geht's? alles gut?

00:05 Dd-1: Ja... es geht mir gut. Danke für die Frage, und dir?

00:15 I: Alles gut danke. Zunächst einmal vielen Dank, dass du zugestimmt hast mitzumachen.

00:33 Dd-1: Gerne.

00:37 I: Bevor ich beginne, möchte ich kurz den Zweck meiner wissenschaftlichen Arbeit erläutern. Es handelt sich um eine Forschung zum Thema Stress im akademischen Bereich und genauer gesagt im Bereich der Translation, also unser Bereich. Mit dieser Forschung möchte ich die häufigsten Stressoren, die an unserer Universität auftreten identifizieren und analysieren und sie nach den verschiedenen Schwerpunkten differenzieren. Ich wollte auch hinzufügen, dass es bei diesen Fragen um Meinungen und Erfahrungen geht, die persönlich sind, also deswegen gibt es keine richtige oder falsche Antwort, also keine Sorge und alles bleibt anonym.

01:36 Dd-1: Okay... danke für die Info haha

01:40 I: Also jetzt können wir mit den Fragen beginnen (...). Welchen Schwerpunkt hast du gewählt?

01:47 Dd-1: Ich hab Dialogdolmetschen als Schwerpunkt gewählt. Ja... nur A-B Sprachen, also keine C-Sprache.

01:56 I: Welche Sprachen hast du?

01:58 Dd-1: Ich hab italienisch als A-Sprache und Deutsch als B-Sprache.

02:04 I: Okay (...) und beim Dialogdolmetschen gibt es auch die Möglichkeit eine C-Sprache hinzufügen oder nicht?

02:10 Dd-1: Genau gibt es. Bei mir war es so, ich hätte Russisch als C-Sprache hinzufügen können, aber die Kombination Deutsch-Russisch war für mich ein bisschen zu schwierig, deswegen habe ich mir gedacht, okay, ich mache Italienisch- Deutsch vielleicht **das reicht** hahaha.

02:27 I: Ja, ich verstehe haha. In welchem Semester bist du jetzt?

02:41 Dd-1: Ich bin im vierten Semester.

02:44 I: Hast du noch Prüfungen, Vorlesungen, Unterrichten?

02:51 Dd-1: Keine Vorlesungen und keine Prüfungen also ich hab nur eine... Fachvertiefung. Also noch vier ECTS aber sonst hab ich schon alles gemacht. Alle Prüfungen bestanden.

03:19 I: Das ist super! Wieso hast du dich dafür entschieden, den Master Translation in Wien zu machen?

03:30 Dd-1: Das ist eine gute Frage, weil eigentlich Wien war mein Plan C.

03:39 I: C?!

03:40 Dd-1: Ja, genau überraschend, ja (...). Mein Plan A war eigentlich Italien, in Forlì zu studieren. Ich hab den Aufnahmeprüfung gemacht und es war sehr schwierig und ich hab das nicht bestanden...leider. Dann hab ich mir gedacht, was mache ich für ein Jahr? Ja, dann bin ich mit der Idee von Wien gekommen. Ja, das war mein Plan C, weil ich hatte auch ein Plan B aber das hat leider auch nicht funktioniert und ich bin einfach hier gekommen.

04:31 I: Du hast deinen Bachelor in Italien absolviert, das heißt, du musstest auch Ergänzungsprüfungen schreiben, richtig?

04:43 Dd-1: Genau...ja, ich hab fünf Ergänzungsprüfungen geschrieben. Ich glaube vier im ersten Semester und dann die letzte Prüfung eben im zweiten Semester.

05:04 I: Glaubst du, dieser Ergänzungsprüfungen hatten einen Einfluss auf einem Studium oder nicht?

05:11 Dd-1: Ich muss sagen...einige waren schon interessant. Ich meine, es waren hilfreich, aber trotzdem finde ich, dass fünf Prüfungen zu viele sind und theoretisch muss man alle fünf in zwei... in den ersten 2 Semester schreiben und das finde ich ein bisschen zu viel. Sie sind wirklich zu viel. Es ist alles Theorie, also ich finde das (...) ja ein bisschen blöd. Keine Übungen.

05:56 I: Fünf Prüfungen sind insgesamt 20-25 ECTS, richtig?

06:05 Dd-1: Ja... ja 20 glaube ich.

06:08 I: Glaubst du, dass das einen Einfluss auch auf die Anzahl von Semester, die du bis jetzt gebraucht hast?

06:17 Dd-1: Vielleicht bei einigen schon bei mir war nicht so ein großes Problem. Das einzige war, dass ich mich organisiert habe... okay ich werde 2 Prüfungen von dem Master im ersten Semester schreiben dann habe ich leider es nicht geschafft, weil ich musste zuerst die diese fünf Prüfungen schreiben. Deswegen hab ich einfach später die Prüfungen von dem Master absolviert und bestanden. Also ich habe ein bisschen mehr Zeit gebraucht, um alles zu erledigen.

07:02 I: Okay. Gut. Ich wollte fragen (...) wie fühlst du dich jetzt? Wie läuft dein Studium?

07:09 Dd-1: Also jetzt muss ich sagen, es ist so eine interessante Phase, weil wie gesagt, ich muss noch die Modulprüfung machen und dann die Masterarbeit deswegen ja, das ist so eine Übergangsphase...

07:47 I: Wie findest du die anderen Studentinnen? Wie gehen die Studierenden miteinander? Also wie würdest du unserer Universitätsumfeld beschreiben? Und Warum?

08:01 Dd-1: ich muss sagen, ich habe gute Erfahrungen mit den Studentinnen... zum Beispiel das Thema Wettbewerb (...). Ja, in Italien hab ich mehr den Wettbewerb gefühlt... Ich glaub es gab mehr. Hier ist es besser, das Einzige, was mich am Anfang gestört hat, also jetzt nicht mehr, waren die Feedbacks. Man muss immer, immer Feedback geben, vor allem bei Dolmetschen muss man jedes Mal, dass man eine Leistung macht, ein Feedback geben und, was ich ein bisschen nicht so schön fand, war die Tatsache, dass einige Studentinnen nur negativen Feedback gegeben haben, also sie haben einfach alle negativen Aspekte der Leistung aufgelistet und das fand ich ein bisschen blöd. Man muss beide Aspekte berücksichtigen, so positive und negative Feedback geben (...) das war ein Problem, aber nicht immer. Es hängt von der Person ab.

09:30 I: Hat die Situation sich ein bisschen verbessert?

09:35 Dd-1: Ja, Ja, jetzt nach vier Semester ist das besser, ja hahaha. Ich meine, ich nehme alle Feedbacks...okay ich höre alles, aber es ist nicht so stressig wie am Anfang, weil ich könnte nicht immer mit allen diesen Feedbacks umgehen. Das war zu viel manchmal, Feedback von den Professorinnen von den Studierenden (...) also zu viel Druck... bitte haha.

10:12 I: Ja natürlich, verstehe ich. Wie würdest du deinen Universitätsumfeld in einem Wort beschreiben? Und warum?

10:17 Dd-1: Vielleicht Vielfalt...ja es gibt eigentlich viele Perspektiven und so viele Leute, so viele Sprachen, deswegen Vielfalt passt sehr gut glaube ich.

10:40 I: Ich möchte jetzt eine Definition über Stressor geben. Der Begriff Stressor bezieht sich dabei auf die Ursachen beziehungsweise Faktoren, die Stress auslösen und somit der Körper dazu bringen, auf Stress zu reagieren. Mit dieser Definition möchte ich dich fragen, was sind deiner Meinung nach die häufigsten Stressoren in deinem Schwerpunkt?

11:12 Dd-1: Ich glaube... das unerwartet (...). Ich erkläre mich jetzt haha. Man muss sich immer zum Beispiel für ein Thema vorbereiten und dann man weißt nie, ob es wirklich gut gelungen ist, sich zu vorbereiten. Also es gibt wirklich immer unerwartete Situationen und Ich kann nie also sicher sein, dass ich mich wirklich gut für ein Thema vorbereitet habe. Wir haben jede Woche verschiedene Themen, aus verschiedenen Bereichen, und das ist wirklich so schwierig, auch auf die verschiedenen Themen sich zu fokussieren. Also ich meine ja... das Unerwartet

12:05 I: Wie geht's, vor allem im Bereich des Dialogdolmetschens... wie geht es mit den Emotionen?

12:15 Dd-1: Also (...) ich muss überlegen, weil ich bin so eine Person... ich hab gelernt meine Emotionen ein bisschen zu kontrollieren. Ja, ich musste das für Dialogdolmetschen lernen. Man muss sehr... ja sehr professionell wirken und keine Emotionen zeigen. Am Anfang war das schwierig... wenn ich zum Beispiel ein Wort nicht kenne, dann habe ich zum Beispiel ein bisschen Nervosität, aber jetzt ist besser muss ich sagen (...) ja, das ist das Positive von diesem Schwerpunkt. Man lernt ein bisschen die Emotionen und die Körpersprache zu kontrollieren.

13: 15 I: Ja und als Italienerin es ist nicht so einfach ahaha

13: 17 Dd-1: hahaha ja genau (...). Ich habe es bemerkt, dass ich besser... zum Beispiel, wenn man nervös ist, man versteckt das ein bisschen, man bleibt ruhig und okay, es geht weiter.

13:33 I: Wie versuchst du mit diesen Stressoren umzugehen?

13:38 Dd-1: Es ist schwierig zu antworten haha...ich habe noch nicht gelernt, also nicht komplett gelernt, aber ich versuche immer ein bisschen objektiv zu bleiben. Also ich sage mir okay, das ist nur ein Tag und es wird besser sein. Ich sage mir immer... okay... keine Ahnung, wenn etwas heute nicht gut gelaufen ist, wird es morgen besser... ich muss daran nicht so viel denken und nicht so viel overthinking und dann geht es besser. Ja, genau. Und viel Übung natürlich.

14:27 I: Bekommst du in dieser Situation Unterstützung? Also von Freunden, Familie...

14:34 Dd-1: Ja, weil ich finde, dass...die Leute, die dasselbe Studium machen, können sich besser verstehen, deswegen spreche ich immer mit meiner Mitbewohnerin zum Beispiel. Sie studiert auch Dialogdolmetschen, sie macht das Gleiche und sie kann mich wirklich gut verstehen und wir unterstützen uns gegenseitig und das ist wirklich gut. Ich glaube... es ist schwieriger mit anderen Leuten darüber zu sprechen, sie würden nicht verstehen...

15:11 I: Das stimmt.

15:15 Dd-1: Meine Mutter kann mich nicht so gut verstehen hahaha

15:20 I: Waren die Sprachen eine Herausforderung für dich? Also du hast gesagt, du hast Italienisch, deine Muttersprache und Deutsch. Wie war es mit Deutsch? Würdest du diese Sprache als Stressquelle identifizieren oder nicht?

15:44 Dd-1: ja unbedingt, vor allem im ersten Semester war das schwierig, weil natürlich alle diese theoretischen Kurse, die man hatte, die waren sehr schwierig auch auf Deutsch zu folgen und zu verstehen manchmal auch die Inhalte und alles, und ich musste immer (...) das kann ich vielleicht nicht sagen, aber... Aufnehmen und dann Lehrstoff wieder zu hören, um zu verstehen. Das war ein Problem am Anfang, aber bei uns ist es so, dass, wir sind alle Italienerinnen eigentlich, also in meinen Kursen und... ja ok, wir sind nicht Muttersprachlerinnen, aber das geht noch.

16:57 I: Arbeitest du daneben und wenn ja, wie viele Stunden?

17:03 Dd-1: Ja, ich arbeite theoretisch 10 Stunden pro Woche aber in der Praxis sind es mehr, weil ich mache viele Überstunden... in der Gastronomie mach man wirklich viele Überstunden.

17:21 I: Wenn ich fragen darf, also du musst nicht antworten, wieso hast du begonnen zu arbeiten?

17:30 Dd-1: (...) Es war nicht so ein finanzielles Problem, ich meine, meine Eltern natürlich Unterstützung mich auch. Das war nicht, dass ich Probleme hatte, aber ich wollte ein bisschen nicht nur studieren, weil in Italien zum Beispiel, ist es unmöglich, auch einen Nebenjob zu haben, also studieren und Nebenjob... es ist unmöglich, es gibt keine Jobangebote. Es gibt keine Möglichkeit, die Zeit besser zu kombinieren oder so. Hier ist es möglich, deswegen hab ich mir gedacht, warum nicht. ich will auch MEIN Geld sozusagen haben, mein Geld verdienen,

18:23 I: Also das war mehr, um Erfahrungen zu sammeln? Und auch zu verstehen, was wirklich arbeiten bedeutet?

18:27 Dd-1: Ja genau... ein bisschen Erfahrung und so.

18:33 I: Musst du ein Praktikum für deinen Schwerpunkt absolvieren oder nicht?

18:38 Dd-1: Ich musste... ja. Aber in unserem Schwerpunkt ist das so, dass, man das Praktikum mit zwei Kursen ersetzen kann. Ich meine, ich hab einfach die zwei Dialogkurse wieder gemacht, also ich mache jetzt gerade und das zählt als Praktikum. Das fand ich ein bisschen komisch am Anfang, aber okay hahaha.

19:14 I: Wenn ich fragen darf, wieso hast du dich für diese zwei Kursen entschieden und nicht für ein Praktikum?

19:20 Dd-1: Ja (...) das war ein bisschen schwierig, ein gutes Praktikum für Dialogdolmetschen hier zu finden... also hier in Wien meine ich, weil es gab ja eine Liste, ich hab so eine Liste von Praktika bekommen und, ja, die waren alle in Deutschland oder in Italien gab es manche aber es war ein bisschen schwierig, sich zu organisieren... ja organisatorisch war ja nicht möglich. In Wien gab es fast nichts.

20:05 I: Bezüglich deines Jobs, glaubst du dein Job hat einen Einfluss auf das Studium?

20:19 Dd-1: Ja, unbedingt, weil es kann auch passieren, dass ich zum Beispiel drei Vorlesungen an der Uni habe und dann muss ich sofort zur Arbeit gehen, deswegen muss man immer diese zwei Sachen innerhalb eines Tages kombinieren und auch innerhalb der Woche, man muss

immer denken, ok, dieser Tag muss ich lernen und dann muss ich arbeiten. Ja, das ist so... eine Sache der Organisation.

20:55 I: Fühlst du dich manchmal überfordert?

21:00 Dd-1: Dieses Semester geht ein bisschen besser, aber das letzte Semester war ich wirklich überfordert, weil an der Uni hatte ich... glaube neun Kurse und die waren alle Übungen. Das heißt, man muss immer so vorbereitet sein, immer auch zu Hause ein bisschen üben, Hausaufgaben erledigen und dann hab ich auch so viele Überstunden, wirklich... ich muss wie gesagt nur 10 Stunden und plötzlich waren es 25 pro Woche (...). Genau, das war ein bisschen überfordernd aber...ja jetzt gehts besser, weil ich hab nicht so viele Kurse, ich hab nur fünf diesen dieses Semester und ich mach ein bisschen weniger Überstunden, deswegen bin ich ein bisschen entspannter.

22:05 I: Hast du schon einmal daran gedacht, das Studium abzubrechen?

22:12 Dd-1: Nein... nein, weil ich mir gedacht hab... okay ich hab schon begonnen und ich hab so viel Zeit damit verbracht... also wenn ich das Studium dann abbreche, dann wäre es Zeitverschwendung, ich muss das beenden.

22:41 I: Wenn du die Zeit zurückdrehen könntest, würdest du dich wieder für dieses Studium oder sogar Schwerpunkt entscheiden?

22:53 Dd-1: (...) Schwerpunkt bin ich nicht sicher...also Studium ja, weil Ich muss sagen, ich hab keine Ahnung, ob ich auch in anderen Disziplinen gut bin, deswegen ich glaube dieses Studium passt zu mir, weil ich glaube (...)ja, die Sprachen gefallen mir einfach, aber Schwerpunkt... ich hatte immer Zweifel, weil ich wollte eigentlich Konferenzdolmetschern machen und ich könnte leider mit zwei Sprachen nicht, deswegen (...), aber ich liebe eigentlich Dialogdolmetschen das ist ein guter Schwerpunkt, aber zwei Sprachen...es ist ein bisschen wenig.

23:52 I: In unserer Uni kann man nicht einfach zurückgehen. Wenn man einen Schwerpunkt gewählt hat, bleibt es so bis Ende des Studiums.

23:56 Dd-1: Das ist das Problem. Ich hatte Angst... Ich wähle zum Beispiel Konferenzdolmetschen und ich mache Russisch als C-Sprache und dann, keine Ahnung (...). Ich bin so in einer Situation, ich bleibe hier für 10-12 Semester und ich kann das Studium nicht mehr abbrechen oder ein anderer Schwerpunkt wählen.

24:23 I: Ich verstehe sehr gut... bei mir war aber auch so, also ich wollte eigentlich Dialogdolmetschen machen, aber ich wollte auch mein Englisch nicht verlieren und ich habe auch kein gutes Gedächtnis haha. Ich hatte auch wirklich viel Angst, nicht gut zu sein, nicht gut genug... und dann war ich so okay ich kann auch Literatur, Medien und Kunst nicht machen, weil Deutsch nicht meine Muttersprache ist, dann das Einzige, was es gab war Fachübersetzen (...) aber ja, so ist es. (...) Hast du Angst vor der Zukunft?

25:14 Dd-1: Wie alle glaub ich (...) ja, weil ich bin nicht sicher, wie ich eine Karriere in diesem Bereich machen kann, also wie ich Aufträge zum Beispiel bekomme oder so... ich glaube, es wird schwierig sein. Ich will eigentlich nach Italien nach dem Studium zurückfahren und ich hab keine Ahnung, wie funktioniert das in Italien. Also jetzt kenne ich mich gut mit dem österreichischen Panorama aus, aber in Italien keine Ahnung...

25:59 I: aber du willst mit Dialogdolmetschen versuchen?

26:04 Dd-1: Ja, aber ich bin nicht so streng mit mir (...). Ich meine...ich muss nicht unbedingt Dialogdolmetscherin werden. Nein...das wird vielleicht nicht passieren (...) keine Ahnung.... Ja, man muss ein bisschen flexibel sein, glaube ich.

26:35 I: Hast du andere Gedanken? Willst du etwas hinzufügen, hast du Fragen?

26: 42 Dd-1: (...) Ich überlege kurz, aber ich glaube, ich hab schon viel gesagt. Vielleicht zu viel. Haha

26:53 I: Nein, alles war super! Vielen, vielen Dank für deine Teilnahme

26:58 Dd-1: Ja, danke dir für das Interview...es war sehr interessant. Danke.

Interview 8

InterviewerIn: I

InterviewpartnerIn: Dd-2

00:00 I: Hallo, wie gehts dir?

00:02 Dd-2: danke, gut soweit.

00:06 I: Zunächst einmal vielen Dank, dass du zugestimmt hast mitzumachen.

00:13 Dd-2: Gerne. Ich stehe jederzeit zur Verfügung. Danke fürs fragen.

00:18 I: Bevor ich beginne, möchte ich kurz den Zweck meiner wissenschaftlichen Arbeit erläutern. Es handelt sich um eine Forschung zum Thema Stress im akademischen Bereich und genauer gesagt im Bereich der Translation. Mit dieser Forschung möchte ich die häufigsten Stressoren sozusagen, die an unserer Universität auftreten identifizieren und analysieren und sie nach den verschiedenen Schwerpunkten differenzieren. Ich möchte noch hinzufügen, dass es bei diesen Fragen um persönliche Erfahrungen und Gedanken geht also, es gibt keine richtige oder falsche Antwort und die Antworten bleiben anonym. Also macht dir keine Sorge, du kannst sagen alles, was du willst, haha (...). Hast du noch Fragen?

01:18 Dd-2: haha. Nein, ich hab keine Frage.

01:21 I: Okay dann werde ich beginnen. Welchen Schwerpunkt hast du gewählt?

01:27 Dd-2: Ich hab Dialogdolmetschen gewählt, weil ich nur zwei Sprachen auf dem Niveau habe, dass für die Universität notwendig ist und so...

01:34 I: Welche?

01:36 Dd-2: Deutsch und Italienisch. Deutsch ist meine Muttersprache und Italienisch meine B-Sprache.

01:43 I: Okay. In welchem Semester bist du jetzt?

01:47 Dd-2: Also offiziell im vierten Semester, aber im ersten Semester habe ich nur Zulassungsvoraussetzungen absolviert. Das heißt für mich, rein vom Master her ist es eigentlich erst das dritte Semester, wo ich Masterkurse besuche.

02:09 I: Wo hast du deinen Bachelor absolviert?

02:13 Dd-2: Ich habe eben meinen Bachelor in Romanistik gemacht, hier in Wien, und nicht transkulturelle Kommunikation, deswegen musste ich halt einige Lehrveranstaltungen nachholen und das habe ich im ersten Semester quasi die meisten gemacht und damals habe ich auch nebenbei gearbeitet, also war ich das erste Semester nicht wirklich in Masterkursen.

02:42 I: Erinnerst du wie viele ECTS musstes du machen?

02:47 Dd-2: Ich glaube, das war 20 ECTS, es waren fünf Lehrveranstaltung und davon waren es zwei Übungen und drei Vorlesungsprüfungen.

02:56 I: Glaubst du, diese Prüfungen haben einen Einfluss auf dein Studium gehabt?

03:03 Dd-2: Ich würde sagen, die Übungen schon. In meinem Fall, weil ich halt nicht aus dem Transaktionsbereich kam und deswegen war es ein guter Überblick oder einen Einblick in die

Ganzen, also sowohl ins Dolmetschen als auch ins Übersetzen zu bekommen. Die Vorlesungsprüfungen meines Erachtens jetzt nicht so wirklich, ich muss die maschinelle Translation nachholen, Fachkommunikation und Terminologearbeit und muss, das fehlt mir noch, Text und Diskursanalyse nachholen. Aber (...) ja vielleicht wäre ich ohne diese Kurse schon fertig gewesen...wer weiß.

03:38 I: Wieso hast du dich dafür entschieden den Master Translation in Wien zu machen?

03:43 Dd-2: Also grundsätzlich, warum ich Translation machen wollte, ist, weil ich nach dem Bachelor Romanistik nicht genau wusste, was ich weitermachen will. Ich wusste, dass ich nicht den Master in Romanistik machen will, weil dieselben Kurse sind, wie während des Bachelors und deswegen wollte ich dasselbe nicht nochmal machen und (...) Translation, weil ich halt weiterhin mit Sprachen arbeiten wollte oder halt mehr über Sprachen beziehungsweise besser werden in Italienisch und... wieso in Wien? Dafür gibt es eigentlich keinen richtigen Grund, im Gegenteil, ich habe in Wien zu dem Zeitpunkt gearbeitet. Ich wollte eigentlich... Arabisch machen und dann habe ich überlegt, ob ich nach Graz oder Innsbruck gehen soll, deswegen, weil Arabisch nicht in Wien gab. Aber aufgrund der Arbeit und dann eher zu meiner Heimatstadt oder Heimatort bin ich halt in Wien geblieben.

04: 37 I: Ja, verstehe ich (...). Wie fühlst du dich jetzt? Wie läuft dein Studium?

04: 41 Dd-2: grundsätzlich fühle ich mich gut. Mein Studium läuft mehr oder weniger, nämlich auch nach Zeitplan. Ich bin jetzt eben auch im Seminar für die Masterarbeit und habe begonnen die Masterarbeit zu schreiben. Also... ich versteh das Masterarbeitsthema gerade sehr gut. Ich muss auch gerade die 1. Kapitel jetzt im 31. Januar abgeben.

05: 19 I: Musstest du den neuen Kurs machen bzw. der Kurs, der im neuen Curriculum steht?

05: 25 Dd-2: Ja genau, ich musste den neuen Kurs machen und eben...wir müssen bis Ende Jänner schon zwei Masterarbeitskapitel abgeben.

05: 38 I: Das finde ich gleichzeitig gut und schlecht ahah. Also es ist stressig aber am Ende schreib man schneller.

05:43 Dd-2: Ja genau, also grundsätzlich gut und eigentlich relativ gut im Zeitplan. Ich weiß nicht, ob ich es innerhalb der im Curriculum vorgesehenen Zeit schaffen werde aber...definitiv mir fehlen halt hauptsächlich noch Modulprüfung, Masterarbeit und die Freifächer.

06: 02 I: Wie findest du die anderen Studentinnen? Wie gehen die Studierenden miteinander um? Also in deinem Schwerpunkt

06:10 Dd-2: Also grundsätzlich versteh ich mich mit eigentlich alle soweit. Ich finde die Studentinnen nett, wobei ich sagen muss, dass man nicht so viel mit anderen KollegInnen zu tun hat, außer in den Kursen per se selbst und deshalb nur sehr sprachspezifisch ist. Also ich hab zum Beispiel mit Leuten von anderen Sprachkombinationen eigentlich fast gar nichts zu tun und eigentlich hauptsächlich mit Italienern zu tun, was für meinen sehr gut ist...aber ich finde es ist sehr sprachspezifisch und schon sehr selten, dass es irgendwie sprachübergreifend ist, aber sonst gut und ja nichts auszusetzen.

06:39 I: Glaubst du es gibt Wettbewerb zwischen den Studentinnen?

06: 41 Dd-2: Also per se Wettbewerb finde ich jetzt nicht so. Es gibt schon eher so...das Ziel, das man recht gut ist, aber jetzt nicht irgendwie auf einen Wettbewerbsdruck oder so finde ich jetzt nicht so extrem, wie ich von anderen schon gehört habe in anderen Studiengängen. Ja, ich

selbst vergleiche mich, aber untereinander also ich glaube es jetzt nicht, dass es so ein großes Thema ist... der Vergleich.

07:04 I: Wie würdest du dein Universitätsumfeld in einem Wort beschreiben?

07: 09 Dd-2: Fordernd, weil ich schon finde, dass also, ich speziell, bin jetzt nicht so der extrovertierteste Mensch, und das ist schon so, dass man in dem Studium, was mir ja auch daran gefällt, aber aus seiner Komfortzone rausgehen muss und... fordernd wird jetzt gar nicht negativ betrachtet, sondern man muss halt jedes Mal sich sehr, sehr intensiv vorbereiten und in neue Rollen schlüpfen, wo ich da vorher noch nie irgendwie damit konfrontiert war.

07: 53 I: ich möchte jetzt eine Definition über Stressor geben. Der Begriff Stressor bezieht sich dabei auf die Ursachen bzw. Faktoren, die Stress auslösen und somit der Körper dazu bringen auf Stress zu reagieren. Mit dieser Definition möchte ich dich fragen: welche sind deiner Meinung nach die häufigsten Stressoren in deinem Schwerpunkt?

08:12 Dd-2: Also während des Dolmetschens?

08:15 I: Ja, genau

08:17 Dd-2: Während des Dialogdolmetschens finde ich ein Punkt, der zu einem Stressor werden kann...der Sprachenwechsel einfach, dass man in beide Sprachen aktiv dolmetschen muss und da nicht durcheinander kommt, was meistens funktioniert, aber nicht immer...und halt die sehr intensive Vorbereitung auf sehr spezifische Themen in beiden Sprachen, also aktiv in beiden Sprachen, weil du halt sowohl vom Deutschen ins Italienische ja (...) keine Ahnung, eine Koloskopie dolmetschen musst und auch vom italienischen ins Deutsche. Genau und dann die Modulprüfung und vielleicht auch für dieses teilweise emotionale... die Emotionalität, die beim Dialogdolmetschen halt vorhanden ist. Wir hatten zum Beispiel ein Sexualdelikt, dass wir dolmetschen mussten, dass man sich dann halt quasi abgrenzt oder das halt nicht zu nah ranlässt.

09:04 I: Okay also ihr macht wirklich Simulationen sozusagen?

09:09 Dd-2: Genau, wir machen Simulationen, wir haben dieses Semester über Diplomatentreffen, über Paartherapie, über Suchgiftmittelgesetz als Thema, über Sexualdelikt über Asylverfahren besprochen. Alles.

09: 23 I: Wie lang musst du dich vorbereiten, also wann beginnst du, wenn du die Vorlesung oder die Übung am Mittwoch hast...wie früher beginnst du?

09: 37 Dd-2: Also es ist ja in zwei Wochentags und meistens beginne ich direkt nach der Übung, dass ich mich schon für die nächste Übung vorbereite, aber aus dem Grund, dass man ja Glossare vorbereiten muss und die muss man bis ne Woche vor der Übung oder ein paar Tage vor der Übung wiederherstellen haben, weil die Professorinnen dann kontrollieren. Also das ist quasi ein fliegender Wechsel von einem Thema ins andere und dann bereite ich mal das Glossar vor und dann lass ich's ein bisschen liegen und dann schau ich noch ein paarmal die Vokabeln an und da ist es halt auch so... ich versuche halt recht schnell das Glossar zu machen, weil jeder musste Wörter eingeben und wenn du am Schluss das Glossar irgendwie machst, dann sind halt kaum Wörter oder du musst dich mehr damit auseinandersetzen, welche Wörter noch relevant sein könnten.

10: 51 I: Würdest du sagen, dass deine B-Sprache bzw. Italienisch eine Herausforderung für dich war/ist?

11: 03 Dd-2: Also ich muss ehrlich zugeben, dass also ja natürlich bis zum gewissen Grad schon, weil ich nicht der Meinung bin, dass mein Italienisch so gut ist. Also es gibt immer

Verbesserungsmöglichkeiten. Aber ich muss sagen, dass im Dolmetschen selbst für mich teilweise das Deutsche mehr stressig ist als das Italienische, weil ich beim Deutschen höhere Erwartungen an meinen Ausdruck hab...wenn ich vom Italienischen nicht das perfekte Wort hab, dann denke ich mir, ok, ist nicht meine Muttersprache, wenn ich beim Deutschen mich nicht perfekt ausdrücke, dann denke ich es ist meine Muttersprache, ich muss mich sehr gut ausdrücken können und das stresst mich manchmal mehr als jetzt mich nicht perfekt im Italienischen auszudrücken.

11:48 I: Wie versuchst du mit diesen Stressoren umzugehen?

11:55 Dd-2: ich versuche einerseits mich vorzubereiten, andererseits meinen Perfektionismus runterzuschrauben was ich mir denk, ja, ich tue das, was für mich möglich ist oder was eben im Alltag drinnen ist und ich versuche mich vorzubereiten und dann...aber nicht zu sehr... also, dass ich mir nicht zu viel Kopfgedanken mach, weil ich dazu tendiert, dass ich ein sehr kopflastiger Mensch bin, der sich sehr viele Gedanken macht und Sorgen macht.

12:14 I: Arbeitest du nebenbei? Und wenn ja, wie viele Stunden?

12:17 Dd-2: Ich arbeite nebenbei. Ich arbeite Mittwoch bis Freitag 24 Stunden. Ja, also Montag, Dienstag bin ich an der Uni und Mittwoch bis Freitag bin ich in der Arbeit.

12:29 I: glaubst du, deine Arbeit hat einen Einfluss auf dein Studium?

12:34 Dd-2: Definitiv ja. Ich würde das auch niemandem raten, so viel zu arbeiten. Also es ist schon definitiv merke ich, dass ich einfach die Kapazitäten dann teilweise nicht hab und meiner Meinung nach 24 Stunden zu viel sind. Ich mach teilweise nur zwischen 20 und 24 Stunden, weil ich so viele Überstunden hab. Aber im Endeffekt sind fast immer 24 Stunden und ich hab halt Mittwoch bis Freitag und am Donnerstag habe ich momentan am Vormittag frei. Aber sonst Mittwoch oder Freitag ist halt für die Uni gar nichts drin. Also ich kann weder davor noch danach noch dazwischen was machen.

13:06 I: Okay (...). Wenn ich fragen darf, du musst nicht antworten, wieso hast du begonnen zu arbeiten, also um Erfahrungen zu sammeln, oder?

13:11 Dd-2: Ja einerseits... um Erfahrungen zu sammeln, andererseits hatte ich einfach im Herbst immer wieder mal Panik Momente, wo ich dachte, ich kann nicht nur studieren, weil ich bin schon älter... also ich bin 28 und dann ich kann nicht mit 28 nur studieren und ich muss was machen und ich kann nicht nur Unproduktiv sein und dann habe ich einfach so ganz random auf LinkedIn Bewerbungen verschickt und dann würde ich halt hier eingeladen zum Bewerbungsgespräch und dann habe ich mir gedacht ich kann ja auch gleich probieren und zusätzlich kam halt noch dazu, dass ich halt in einer Fernbeziehung bin/war und deswegen hab ich mir gedacht, ich brauch mehr Geld als wenn ich nur in Wien wohnen würde... deswegen, um irgendwie reisen zu können und mein Freund sehen zu können, deswegen brauch ich halt zusätzlich Geld, obwohl ich von meinen Eltern unterstützt werde oder halt sowohl von meinem Vater, als auch von meiner Mutter. Also die unterstützen mich finanziell, das heißt brauchen... würde ich das Geld nicht, um über die Runden zu kommen, aber ich hab mir gedacht für alles, was zusätzlich dazukommt, wie Reisen oder irgendwelche Luxusgüter oder was auch immer möchte ich arbeiten und mein Geld verwenden. Im Endeffekt bin ich nächste Woche ein Jahr hier und (...) ja.

15:36 I: Hast du andere Verpflichtungen?

15:39 Dd-2: Verpflichtungen per se nicht wirklich eben ich bin immer in einer Fernbeziehung, das ist noch sehr Time-consuming bis zum gewissen Grad, also zeitlich aufwendiger und

versuch halt sehr also regelmäßig Sport zu machen, aber Verpflichtungen per se nicht. Keine Familie, keine Kinder oder sonstiges hahaha

15:58 I: Fühlst du dich manchmal überfordert?

16:03 Dd-2: Definitiv ja, aber da bin ich selbst schuld, weil es bezieht sich nicht nur auf das Studium. Das Studium überfordert mich teilweise schon, auch wenn ich eben aus meiner Komfortzone rausgehen muss oder wenn ich irgendwie in einem Thema mich sehr intensiv damit auseinandersetzen muss oder wenn ich eine Rolle spielen muss, die sehr extrovertiert ist und ich mir da irgendwie schwer ist zu (...) aber es ist halt einfach grundsätzlich eine Überforderung aufgrund all diese Dinge, die ich hab, Fernbeziehung, Job mit sehr vielen Stunden, versuchen sportlich zu sein, regelmäßig die Familie in Niederösterreich zu besuchen... und ich bin überhaupt nicht organisiert und das überfordert mich noch mehr, wenn ich noch organisiert sein muss...und zusätzlich halt einfach das ich sehr oft denke, dass mein Sprachniveau nicht ausreichend ist für dieses Studium und ich mir dann denke ja okay das macht eigentlich keinen Sinn. Aber das ist halt mein Kopf, wer das sagt, hahaha. Ich setze mich selbst unter Druck.

17: 48 I: Hast du schon einmal daran gedacht, das Studium abubrechen?

17:56 Dd-2: Ja, ich wusste zu Beginn... wann ich mich inskribiert hab für den Master nach dem Romanistik Studium, habe ich mich eigentlich ursprünglich nur inskribiert mit dem Gedanken, ich schau mir mal an wie Translation ist. Also ich habe überhaupt nicht gewusst, ob ich dieses Studium weitermachen will oder nicht. Ich habe mir nicht so viel unter Translation vorstellen können, was damit alles verbunden ist. Deswegen habe ich mir gedacht ich probiere es mal mit der recht wenige Aufwand von den Zulassungsvoraussetzungen und ich hatte im ersten Semester gleich im Juni und im Juli ein Praktikum in Rom, das heißt ich hab das ganze Semester gar nicht in Wien verbracht teilweise, deswegen konnte ich auch nicht so viel machen im ersten Semester und für mich war immer so das Thema. Ich musste 2 Bachelorarbeiten im Romanistik Studium schreiben auf italienisch und es war immer so der Gedanke so, ich glaube nicht, dass ich eine Masterarbeit schaff, ich glaube nicht, dass das jemals ich in der Lage bin, das umzusetzen und das war immer so ein großes Fragezeichen, wie ich dieses Masterstudium wirklich abschließe wegen der Masterarbeit...also ich habe jetzt nicht aktiv darüber nachgedacht, aufgrund des Studiums meinem Studium abubrechen, sondern nur aufgrund der Masterarbeit.

20:08 I: Ich wollte auch was über die Modulprüfung fragen...hast du Angst vor der Modulprüfung?

20:19 Dd-2: Also ich hab schon großen Respekt vor dem Modulprüfung, also wenn ich darüber spreche, dann sage ich auch immer, das ist quasi die wichtigste Prüfung im Studium und das ist schon etwas, was ich nicht auf die leichte Schulter nehme und auf der anderen Seite versuche ich mich zu beruhigen und denk mir, wenn ich die Dolmetschübungen, die Dialogübungen schaff und nicht schlecht absolviere, dann sollte es machbar sein... eine Modulprüfung. Also das ist schon so ein Mittelding...also es ist jetzt nicht so, dass ich sage, ach, das macht das ohne Probleme, ohne große Vorbereitung, oder ich mach das ja.

21:02 I: Was denkst du über die vier Versuche?

21:12 Dd-2: Also ich muss sagen, dass ich glaube, dass es in Dialogdolmetschen mit drei Antritten relativ machbar ist (...) also ich glaub das erste anderes kann sein, dass man sich anschaut, wie läuft das eigentlich ab, und wenn man nicht besteht, dann besteht man nicht, dann hat man immer noch den zweiten und den dritten und das bleibt ja immer gleich und ich glaub, dass es eben auf jeden Fall...hoffentlich machbar. Ja.

21:48 I: Wenn du die Zeit zurückdrehen könntest, würdest du dich wieder für dieses Studium entscheiden?

21:54 Dd-2: Ja, ich glaub, ich will mich definitiv nochmal für das Studium entscheiden oder zumindest das kennenlernen wollen, weil ich schon finde, dass es sehr bereichernd ist und es mich sehr persönlich auch sehr weitergebracht hat... eben, dass ich vielleicht meine Komfortzone verlasse, was ich vielleicht sonst, wenn es nicht für das Studium wäre, vielleicht nicht so einfach machen würde. Also ich glaube schon, dass ich mich dafür nochmal entscheiden würde, weil ich es sehr interessant finde und weil ich es sehr spannend finde, dass man auch so viel Allgemeinwissen dazu gewinnt, also über die diversen Dinge und das finde ich sehr cool, dass ich jetzt viel mehr Einblicke in diverse Bereiche bekommen habe.

22:33 I: Okay danke für deine Ehrlichkeit und für die Antworten. Das war es. Danke noch mal für deine Teilnahme.

22:40 Dd-2: Gerne. Danke dir. Habe mich gefreut. Schönen Tag noch.

22:48 I: Danke ebenfalls.

Interview 9

InterviewerIn: I

InterviewpartnerIn: SaKd-1

00:00 I: Hallo, wie geht's dir?

00:04 SaKd-1: Hallo, mir geht es gut wie geht es dir?

00:07 I: Mir geht es auch gut danke. Zunächst einmal vielen Dank, dass du zugestimmt hast, mitzumachen.

00:13 SaKd-1: Gerne, danke fürs fragen

00:17 I: Bevor ich beginne, möchte ich kurz den Zweck meiner wissenschaftlichen Arbeit erläutern. Es handelt sich um eine Forschung zum Thema Stress im akademischen Bereich und genauer gesagt im Bereich der Translation. Mit dieser Forschung möchte ich die häufigsten Stressoren, die an unserer Universität auftreten identifizieren und analysieren und sie nach den verschiedenen Schwerpunkten differenzieren. Ich möchte noch hinzufügen, dass es bei diesen Fragen um persönliche Erfahrungen und Gedanken geht also, es gibt keine richtige oder falsche Antwort und die Antworten bleiben anonym. Also macht dir keine Sorge, du kannst sagen alles, was du willst (...). Hast du noch Fragen?

01:20 SaKd-1: Nein, wir können beginnen.

01:25 I: Welchen Schwerpunkt hast du gewählt?

01:28 SaKd-1: Ich habe Konferenzdolmetschen als Schwerpunkt gewählt.

01:31 I: Warum hast du dich entschieden, den Master in Übersetzung in Wien zu machen?

01:36 SaKd-1: Nach meinem Bachelorabschluss wollte ich mein Studium in einem Umfeld... fortsetzen sozusagen, in dem ich weiterhin mein Deutsch verbessern konnte. Zunächst hatte ich an Deutschland gedacht, aber dann habe ich ein Mädchen kennengelernt, das an meiner Universität studiert hat...also Bachelor... und sie hat sich entschieden, nach Wien zu fahren, um zu studieren. Sie hat sehr positiv über ihre akademische Erfahrung in Wien gesprochen und deswegen habe ich mich weiter über Wien informiert...und ich habe gesehen, dass die Universität Wien in den Bereichen Sprachen und Übersetzung sehr renommiert ist (...) also bin nach Wien gekommen.

02:41 I: Warum hast du Konferenzdolmetschen gewählt? Hast du das Studium unterbrochen, bevor du diese Entscheidung getroffen hast?

02:49 SaKd-1: Ich habe Konferenzdolmetschen gewählt aufgrund der Dynamik und der Anwendbarkeit in internationalen Kontexten. Am Anfang war ich mir unsicher... ich wusste es nicht, ob ich Fachübersetzen oder Dolmetschen machen wollte, aber die Entscheidung für das Dolmetschen kam nach mehreren Simulationen während meines Bachelorstudiums (...). Außerdem wollte ich auch Themen im Bereich der Politikwissenschaften und internationalen Beziehungen vertiefen....also ja (...). Ich habe das Studium nicht unterbrochen, bevor ich diese Entscheidung getroffen habe. Ich hab mich für Dolmetschen entschieden, weil zu dem Zeitpunkt hat es mir sehr gefallen.

03:52 I: Wann hast du entschieden, das Studium zu unterbrechen?

03:58 SaKd-1: Ich habe mich entschieden, das Studium nach zwei Jahren zu unterbrechen. Die Entscheidung war das Ergebnis eines langen und komplexen Reflexionsprozesses... der sich im Laufe der Zeit entwickelt hat. Am Anfang war ich sehr motiviert, aber mit der Zeit... habe ich begonnen, eine Diskrepanz zwischen die Erwartungen und der Realität der akademischen Erfahrung zu spüren. Mit der Zeit habe ich bemerkt, dass ich nicht mehr zufrieden war... also mit meiner Wahl. Die Intensität des Studiums, der Druck, hervorragende Ergebnisse zu erzielen, und die zunehmende Frustration haben mich (...) also ich hab mir überlegt, es ist vielleicht besser, eine Pause zu nehmen.

05:11 I: Ich verstehe...welche Herausforderungen hast du während des Studiums erlebt?

05:16 SaKd-1: Während meines Studiums gab es mehrere Faktoren, die die Erfahrung besonders schwierig gemacht haben. Eine der größten Herausforderungen war der konstante Druck, den ich vom ersten Tag gespürt habe. Die Vorbereitung auf jede Prüfung und jede Simulation (...). Das alles war zu viel für mich, und oft habe ich mich von der Menge an Arbeit und... den hohen Erwartungen, die ich an mich selbst gestellt habe, überwältigt gefühlt (...). Was ich sagen muss, ist, dass das akademische Umfeld für Studenten, die nicht-Muttersprachler sind, sehr herausfordernd ist, also für die Personen, die kein Deutsch als A-Sprache haben (...). Die meisten meiner KollegInnen waren deutschsprachig oder zweisprachig, und oft habe ich das Gefühl gehabt, es gab... eine sprachliche Barriere und es war einfach schwierig für mich, mich zu integrieren und zu kommunizieren. Ein weiteres aber sehr wichtiges Problem war die unterschiedliche Behandlung durch einige Professoren, die mehr Rücksicht sozusagen auf Muttersprachler oder Zweisprachige genommen haben. Dies, zusammen mit der Tatsache, dass man seinen Schwerpunkt nicht wechseln kann, hat einfach die Erfahrung zu stressig gemacht (...). Die „Null-Toleranz“-Politik bezüglich Fehlzeiten ist ein weiterer Aspekt... der nicht geholfen hat. Ich glaube wir konnten nur zweimal fehlen und für mich war es zu schwierig das Studium und andere Verpflichtungen miteinander zu vereinbaren. Ein zusätzliches Problem waren die vier Antritte, die man hat, um eine Prüfung zu bestehen... und, wenn man es nicht schafft, dann wird man aus dem Programm rausgeschmissen. Das war ein Problem für mich, weil ich dann das Gefühl hatte, das ich gar keine Fehler machen konnte. Zuletzt...die wettbewerbsorientierte Atmosphäre. Die Kolleginnen sind sehr kompetitiv... es gab fast keine Zusammenarbeit und gegenseitige Unterstützung, was für mich sehr wichtig sind. Viele waren nur auf ihren eigenen Erfolg konzentriert (...). Ich würde sagen, es gaben genug Herausforderungen...die dann mich geführt haben das Studium abzuberechnen.

10:28 I: Warum hast du dich entschieden, dein Studium abzuberechnen?

10: 31 SaKd-1: Die Entscheidung, das Studium abzuberechnen, kam, weil ich mich extrem unter Druck gefühlt habe. Ich hab mich nicht nur von den Professoren, sondern auch von meinen Kollegen beurteilt gefühlt und...jeder kleine Fortschritt wurde einfach ignoriert statt anerkannt zu werden (...) und dann.... kam die Frustration. Also das Gefühl auf dem Niveau eines Muttersprachlers zu sein war für mich erdrückend und die Professoren wissen eigentlich, wie schwierig das Erlernen einer Sprache sein kann (...) ich hab mich einfach erschöpft gefühlt. Das wettbewerbsorientierte Umfeld hat nur die Situation schlimmer gemacht. Das Wettbewerb... also statt mich anzuspornen, hat er mich noch unsicherer gemacht, vor allem in Bereich des Konferenzdolmetschens, das eine konstante Vorbereitung erfordert und...am Ende habe ich verstanden, dass für so einen Job muss man wirklich eine Leidenschaft haben und ich hab sie am Anfang meines Studiums gehabt aber dann (...) nicht mehr. Es war Zeit sozusagen, eine Pause zu machen (...). Ich wollte eine größere Frustration und einen Burnout einfach verhindern.

14:04 I: Musstest du während des Studiums arbeiten? Wenn ja, wie viele Stunden?

14:09 SaKd-1: Ich hatte das Glück, während des Studiums nicht arbeiten zu müssen. Ich wollte mich komplett auf die Universität konzentrieren und intensiv der Sprache und dem Studium widmen und meine Eltern haben mir dabei geholfen. Am Ende des vierten Semesters wollte ich aber ein bisschen arbeiten, um was zu verdienen, um auch in der Lage zu sein, etwas für mich kaufen zu können... und ich hab begonnen 20 Stunden pro Woche zu arbeiten. Arbeiten, wenn auch Teilzeit war aber eine neue Herausforderung für mich (...). Ich hab einfach mehr Stress in mein akademisches Leben eingefügt, weil es gibt eben Anwesenheitspflicht (...) Ich war aber glücklich... ich konnte endlich mal ein bisschen Erfahrung sammeln.

15:12 I: Hattest du andere Verpflichtungen?

15:14 SaKd-1: (...) Nicht wirklich... also familiäre Verpflichtungen schon. Ich musste eigentlich oft nach Italien für persönliche Probleme und ja (...), also Organisation war sehr wichtig, um die familiären Anforderungen mit dem Studium und der Arbeit in Einklang zu bringen.

15:35 I: Was sind deiner Meinung nach die Hauptstressfaktoren in diesem Studium?

15:41 SaKd-1: Ein ist definitiv der ständige Druck, auf sehr hohem Niveau zu performen. Präzision und Geschwindigkeit sind in diesem Bereich entscheidend und Fehler werden, sehr oft nicht toleriert, was frustrierend sein kann. In meinem Fall kam dieser Druck auch von meiner Familie, die mich ständig gefragt hat, wie das Studium läuft und wie lange werde ich noch brauchen, um das Studium abzuschließen. Der Wettbewerb hat auch für mich ein Stressfaktor repräsentiert... wie schon gesagt. Die Modulprüfung war auch ein sehr stressiges Argument für mich. Die Professoren haben uns von Anfang an darauf hingewiesen und uns immer wieder gesagt, wie wichtig es für uns ist, zum Unterricht zu gehen und immer gut vorbereitet zu sein (...) und das alles für eine Prüfung, die nur zwei ECTS kostet...unnötig finde ich.

17:04 I: Wie hast du versucht, mit diesen Stressfaktoren umzugehen?

17:09 SaKd-1: Um diesen Druck zu bewältigen, habe ich versucht, mich abzulenken und etwas anderes zu tun, wenn es möglich war, um nicht ständig an das Studium und die Verpflichtungen zu denken. Sport war besonders hilfreich, auch meine Freundinnen und meine Schwester haben mich unterstützt mit sehr langen Telefonaten hahaha... aber diese Unterstützung hat mir so ein Gefühl gegeben (...) diese Personen haben mich verstanden und dieses Verständnis war eben, was mir im akademischen Umfeld zu diesem Zeitpunkt gefehlt hat.

17:55 I: Hast du Unterstützung von der Universität erhalten?

18:01 SaKd-1: Leider war die Unterstützung, die ich von der Universität erhalten habe, ziemlich begrenzt. Zwei Professorinnen haben mir empfohlen, zusätzliche Kurse zu folgen, um mein Sprachniveau zu verbessern, oder eine Arbeit zu suchen, um mit den Kolleginnen Deutsch zu sprechen und eben die Sprache zu üben. Diese beiden Lösungen hatten jedoch nicht den gewünschten Effekt. Die zusätzlichen Kurse konnten meine spezifischen Bedürfnisse nicht erfüllen und die Arbeit, die ich begonnen habe, gab mir nicht genug Zeit, meine Sprachkenntnisse tatsächlich zu verbessern. Abgesehen von diesen Empfehlungen habe ich keine konkrete Unterstützung oder keine Ahnung... Orientierung von der Uni bekommen (...). bezüglich dieser emotionalen und psychischen Schwierigkeiten, die ich durchgelebt habe. Mir hat diese Hilfe wirklich gefehlt und konnte deswegen mit dem Stress und den täglichen Herausforderungen des Studiums nicht umgehen.

19:37 I: Wenn du die Möglichkeit hättest, würdest du etwas anderes tun? Vielleicht ein anderes Fachgebiet wählen? Warum?

19:42 SaKd-1: Wenn ich die Möglichkeit hätte, würde ich wahrscheinlich ein weniger intensives Studium wählen, das besser zu meinem Lebensstil und meinen persönlichen Neigungen passt. Wahrscheinlich hätte ich ein Fach gewählt, das mir immer noch ermöglicht, mit Sprachen zu arbeiten, aber in einem dynamischeren und weniger stressigen beruflichen Umfeld. Eine andere Möglichkeit, wäre Übersetzen gewesen (...). Ich glaube...im Gegensatz zum Dolmetschen, das Perfektion im Moment erfordert, bietet Übersetzen mehr Zeit zum Nachdenken, Korrigieren und Verbessern. Diese Eigenschaft hätte mir den Raum gegeben, in Ruhe zu arbeiten und den Druck zu verringern, immer sofort perfekt zu sein.

20: 33 I: Hast du daran gedacht, das Studium wieder aufzunehmen oder einen anderen Ausbildungspfad zu verfolgen?

20:38 SaKd-1: (...) Nachdem ich das Studium abgebrochen habe, dachte ich mir, vielleicht soll ich eine Pause machen... und sehen, ob ich später mit weniger Stress... eventuell zurückzukehren kann. Ich hab mich gefragt, ob die Motivation mit etwas Abstand wiederkommen würde (...) dann habe ich auch mir gedacht, naja, vielleicht es ist besser etwas Neues zu beginnen, etwas, das mir die Möglichkeit geben würde, neue Bereiche zu erkunden und mich vom sprachlichen Bereich zu entfernen. Aber... ich habe einen neuen Job begonnen und habe ich bemerkt, dass es mir viel besser ging ohne die Universität. Die Arbeitserfahrung hat mir eine neue Perspektive gegeben...ich hab einfach verstanden, dass man MUSS NICHT unbedingt das Studium abschließen, wenn man nicht glücklich ist. Und weißt du, wie ich weiß, dass ich die richtige Entscheidung getroffen habe? Indem ich mit einigen Leuten in Kontakt geblieben bin, die dieselbe Universität besuchen haben und (...) die sind einfach vieeeeel mehr gestresst als ich... so ist es. Also jetzt fühle ich nicht den Drang, zurückzukehren...aber wer weiß.

22:31 I: Ich verstehe (...) also wir sind am Ende, vielen, vielen Dank für deine Ehrlichkeit. Ich hoffe es war nicht zu schwierig für dich darüber zu sprechen. Danke nochmal für deine Teilnahme!

22:43 SaKd-1: Danke dir... manchmal ist es gut alles rauszulassen!

Interview 10

InterviewerIn: I

InterviewpartnerIn: SaFü-2

00:00 I: Hallo, wie geht es dir?

00:002 SaFü-2: Hallo, mir geht es gut, danke!

00:07 I: Zunächst einmal vielen Dank, dass du zugestimmt hast mitzumachen.

00:12 SaFü-2: Gerne, danke für die Einladung.

00:15 I: Bevor ich beginne, möchte ich den Zweck meiner wissenschaftlichen Arbeit erläutern. Es handelt sich um eine Forschung zum Thema Stress im akademischen Bereich und genauer gesagt im Bereich der Translation. Mit dieser Forschung möchte ich die häufigsten Stressoren, die an unserer Universität auftreten identifizieren und analysieren und sie nach den verschiedenen Schwerpunkten differenzieren. Ich möchte noch hinzufügen, dass es bei diesen Fragen um persönliche Erfahrungen und Gedanken geht also, es gibt keine richtige oder falsche Antwort und die Antworten bleiben anonym. Also macht dir keine Sorge, du kannst sagen alles, was du willst...Hast du noch Fragen?

01:21 SaFü-2: (...) Nein.

01:23 I: Dann werde ich mit den Fragen beginnen (...). Welchen Schwerpunkt hast du gewählt?

01:33 SaFü-2: Ich hab mich für Fachübersetzen und Sprachindustrie entschieden.

01:36 I: Wieso hast du dich dafür entschieden, den MA-Translation in Wien zu machen?

01:39 SaFü-2: Ich habe mich für den Master Translation an der Universität Wien entschieden, weil ich zuvor Romanistik und Skandinavistik studiert hatte und ein... starkes Interesse an der Sprache und ihrer vielfältigen Anwendung entwickelt hatte, deswegen habe ich diesen Master ne Möglichkeit gesehen, meine Sprachkenntnisse zu vertiefen und mein Verständnis für Übersetzungsprozesse sozusagen... zu erweitern. Mit diesem Master wollte ich eine (...) solide Grundlage schaffen, um später im Übersetzungsbereich arbeiten zu können, und ich habe gehofft, dass das Studium mir dabei helfen würde, meine... Vorkenntnisse und Fähigkeiten auf ein höheres Niveau zu bringen.

02:42 I: Also du hast Fachübersetzen gewählt, Warum? Hast du das Studium unterbrochen, bevor du zu dieser Entscheidung gekommen bist?

02:45 SaFü-2: Ich habe den Schwerpunkt Fachübersetzen und Sprachindustrie gewählt, weil dieser Bereich besonders praxisorientiert ist... und mir die Möglichkeit gegeben hat, Fähigkeiten in der technischen und spezialisierten Übersetzung zu entwickeln. Ursprünglich hatte ich die Absicht, mich auf Übersetzen in Literatur - Medien - Kunst zu konzentrieren... da mich dieser Bereich ebenfalls sehr interessiert hat (...) aber es hat sich herausgestellt, dass meine Sprachkombination für diesen speziellen Schwerpunkt nicht so...geeignet war, was mich dazu gezwungen hat einen alternativen Schwerpunkt zu wählen. Fachübersetzen war also eher eine pragmatische Wahl, die mir auch den Zugang zu einer breiteren Palette an beruflichen Perspektiven im Übersetzungssektor eröffnet hat.

03:57 I: Wann hast du dich dafür entschieden, das Studium abzubrechen?

04:01 SaFü-2: Ich habe mich entschieden, das Studium abzuberechen, als ich auf ein großes Problem gestoßen bin (...) es war für mich wirklich unüberwindbar. Trotz des hohen Niveaus meiner Muttersprache...also Italienisch, die ich mit Matura abgeschlossen hatte, wurde sie mir nicht als... C2-Niveau anerkannt, was eine Voraussetzung für das Studium war. Es wurde mir stattdessen vorgeschrieben, ein... kostenpflichtiges Zertifikat zu erwerben, um das geforderte Niveau nachzuweisen. Aber (...) das Problem war eben...also die Zeitspanne zwischen dem Zertifikat und dem Beginn des Semesters war zu kurz, um beides miteinander zu vereinbaren. Diese Diskrepanz hat zu erheblichem Stress geführt.... und dazu wurde ich von Panikattacken, Angstzuständen und erheblichem Leistungsdruck belastet, was meine Entscheidungsfähigkeit stark beeinflusst hat (...). Es war wirklich keine gute Zeit für mich. Die Angst vor einem möglichen Scheitern und die Überforderung durch die hohen Anforderungen haben mich dazu geführt... dass das Studium abzuberechen. Also am Ende war es eine Kombination aus unvereinbaren administrativen Anforderungen und psychischem Druck, die mich dazu gebracht hat, diesen schweren Schritt zu gehen... ja.

06:34 I: Warum hast du das Studium abgebrochen?

06:37 SaFü-2: Wie bereits erwähnt, war der Abbruch des Studiums vor allem auf Stress und Panikattacken zurückzuführen, die... durch die hohe Arbeitsbelastung und den Studienplan verursacht wurden und das war alles nicht mit meinem Job vereinbar. Hinzu sind Herausforderungen im Zusammenhang mit der Sprachkombination gekommen, die sich als problematischer herausgestellt haben, als ich ursprünglich angenommen hatte.

07:18 I: Musstest du nebenbei arbeiten? Wie viele Stunden?

07:21 SaFü-2: Ja, ich habe seit meinem Bachelor-Studium nebenbei gearbeitet (...). In der Regel zwischen 30 und 40 Stunden pro Woche.

07:33 I: Hattest du andere Verpflichtungen?

07:36 SaFü-2: Nein, ich hatte keine persönlichen Verpflichtungen.

07:41 I: Jetzt möchte ich eine kurze Definition über Stressoren geben (...). Der Begriff Stressor bezieht sich dabei auf die Ursachen beziehungsweise Faktoren, die Stress auslösen, um somit den Körper dazu bringen, auf Stress zu reagieren. Mit dieser Definition möchte ich dich fragen, welche waren deiner Meinung nach die häufigsten Stressoren dieses Studiums?

08:12 SaFü-2: Also, ich würde sagen (...) die häufigsten Stressoren in meinem Studium waren die Organisation beziehungsweise die organisatorischen Schwierigkeiten, wie unklare Strukturen und schlecht koordinierte Zeitpläne (...) dann die Sprachkombination... auf jeden Fall, die unerwartet kompliziert und fordernd war. Die fehlende Anerkennung des muttersprachlichen Niveaus, was zusätzliche Anforderungen mit sich brachte. Ich muss auch sagen, dass die Modulprüfung war auch so ein Stressor für mich, weil eben das ganze Studium sich hauptsächlich auf die Vorbereitung auf die Modulprüfung konzentriert und deswegen hatte ich Angst, aber ich hab mein Studium vor der Modulprüfung abgebrochen also (...).

09:18 I: Wie hast du versucht, mit diesen Stressoren umzugehen?

09:23 SaFü-2: (...) Ich glaube... indem ich mit Studienkolleginnen zusammen gelernt habe und mich stark angestrengt habe, um den Anforderungen gerecht zu werden. Leider hat das langfristig nicht gereicht, um die Belastung zu bewältigen (...) was natürlich Schade ist.

09:52 I: Hast du Hilfe von der Universität bekommen?

09:55 SaFü-2: (...) Leider habe ich von der Universität keine hilfreiche Unterstützung erhalten. Die Antworten auf meine Anfragen waren meist unpersönlich und haben nicht wirklich zur Lösung der Probleme beigetragen. Also die haben auch nicht einmal versucht nett zu sein und mir was zu empfehlen.

10:29 I: Hast du Unterstützung bekommen? Also von der Familie oder Freundinnen?

10:35 SaFü-2: Ja, also meine Freundinnen und mein Freund haben mir am meisten geholfen... bzw. unterstützt. Meine Familie ist in Italien also die haben mich auch unterstützt, indem sie mir gesagt haben... es ist dein Leben, also wenn du es nicht schaffst, dann mach dir keine Sorge, du muss zuerst glücklich sein.

11: 03 I: Wenn du die Möglichkeit hättest, würdest du etwas anders machen? Vielleicht einen neuen Schwerpunkt wählen? Warum?

11:08 SaFü-2: Wenn ich die Möglichkeit hätte, zurückzugehen, würde ich mich gegen (...) einen Master in Translation entscheiden. Ich glaube, ich würde eher ein Studium im Bereich Tourismus wählen, da ich in diesem Bereich beruflich tätig bin (...) sodass ich mehr Anerkennung für meine Fähigkeiten erhalten kann

11:41 I: Hast du darüber nachgedacht, dein Studium wieder aufzunehmen oder einen anderen Bildungsweg einzuschlagen?

11:49 SaFü-2: Ja, ich überlege, etwas im Bereich Management oder Human Resources (HR) zu studieren. Diese Bereiche wären besser mit meinem Job (...), also ich arbeite derzeit in einem Hotel, und meinen Karrierezielen vereinbar und könnten mir langfristig mehr berufliche... so Perspektiven bieten.

12:16 I: Welche Aspekte des Studiums haben dir am besten gefallen?

12:22 SaFü-2: Mir hat besonders gefallen, dass... das Studium tiefere Einblicke in die Sprachindustrie gegeben hat. Es war äußerst bereichernd, die verschiedenen Facetten dieser Branche besser zu verstehen, von den Arbeitsprozessen bis hin zu den spezifischen Anforderungen an Übersetzungs- und Lokalisierungsprojekte. Was ich besonders spannend fand ist bzw. war die Einführung in verschiedene Tools, die in der Sprachindustrie weit verbreitet sind (...), wie zum Beispiel Übersetzungssoftware, Terminologiemangement-Systeme und wie heißen die (...) Tools für maschinelles Übersetzen. Diese Kenntnisse haben mein Arbeitsverständnis in der Branche stark erweitert und... mir praxisorientierte Fähigkeiten vermittelt, die direkt anwendbar sind.

14:41 I: Welche Herausforderungen haben sich während des Studiums ergeben?

14:50 SaFü-2: Eine der größten Herausforderungen war die Planung des Semesters in Kombination mit meinem Job...ja (...). Der wöchentliche Arbeitsaufwand im Studium war sehr hoch und ließ sich nur schwer mit beruflichen Verpflichtungen zu vereinbaren. Besonders schwierig war es, Deadlines für Projekte, Prüfungsvorbereitungen und andere akademische Anforderungen mit den unregelmäßigen Arbeitszeiten meines Jobs in Einklang zu bringen. Wenn ich ehrlich sein kann (...), also meiner Meinung nach wäre es sinnvoll, ein Masterstudium besser zu organisieren, um den Bedürfnissen von Studierenden gerecht zu werden, vor allem für die, die neben dem Studium arbeiten, weil eben im Master arbeiten die meisten Studentinnen (...). Flexible Zeitpläne, eine bessere Verteilung der Arbeitsbelastung innerhalb des Semesters und mehr Unterstützung bei der Zeitplanung könnten dazu beitragen, die Vereinbarkeit von Studium und Beruf zu verbessern...genau. Und auch...die Anwesenheitspflicht vor allem... erschwert es den berufstätigen Studenten, sich zu organisieren

(...) also ja... ich weiß, dass wir mit Sprachen zu tun haben und, dass man viel üben muss, aber ein Mittelweg wäre praktisch (...). Ich weiß, dass das Curriculum geändert wurde, also ich hoffe es wird dann besser sein... aber keine Ahnung.

18:06 I: Hoffen wir... haha. (...) Also das war es, wir sind fertig. Vielen Dank für deine Antworten, für deine Ehrlichkeit und für deine Teilnahme.

18:13 SaFü-2: Danke dir für die Einladung (...) ich glaube es hat mich auch gutgetan... über diese Sachen zu reden. Ich finde dein Thema sehr spannend.

18:19 I: Danke dir! Schönen Tag noch.

18:21 SaFü-2: Ebenfalls!

Abstract

Die vorliegende Arbeit analysiert die Ausbildung von ÜbersetzerInnen und DolmetscherInnen, mit Fokus auf den psychischen Herausforderungen, denen die StudentInnen während ihres Studiums ausgesetzt sind. Die zentrale Fragestellung dieser Arbeit lautet, welche spezifischen Faktoren zum Stress von ÜbersetzerInnen und DolmetscherInnen während ihres Universitätsstudiums beitragen, und wie sich diese Stressoren je nach gewähltem Schwerpunkt innerhalb des Studiums unterscheiden. Hierzu wurde das Masterstudium Translation der Universität Wien inklusive der vier Schwerpunkte Fachübersetzen und Sprachindustrie, Übersetzen in Literatur, Medien und Kunst, Dialogdolmetschen und Konferenzdolmetschen zuzüglich des Phänomens des Studienabbruchs als Grundlage der Forschung gewählt. Die Methodik umfasst eine Reihe an Interviews, die anschließend einer qualitativen Inhaltsanalyse unterzogen werden. Die durchgeführte Forschung zeigt Unterschiede in den Ursachen und Ausprägungen von Stress in der Ausbildung von ÜbersetzerInnen und DolmetscherInnen.

Schlüsselwörter: Stress | Ausbildung | Stressoren | ÜbersetzerInnen | DolmetscherInnen | Coping- Strategien | Universität Wien