

## Erfahrungsbericht

### 1. Vorbereitung

Zum Ende des dritten Semesters (WiSe 16/17) habe ich mit der Vorbereitung meines Auslandspraktikums im fünften Semester (WiSe 17/18) begonnen. Da für mich schon recht früh feststand, dass ich mein Praktikum im außer europäischen Raum durchführen möchte, habe ich zu dieser Zeit schon Informationsveranstaltungen zum Thema Auslandssemester und –Praktika besucht. Die Universität Bremen bietet mehrere Veranstaltungen dazu an und ermöglicht einen ersten guten Einblick in die Organisation und Planung eines solchen Vorhabens. Da ein Praktikum in Südafrika jedoch nicht von Erasmus unterstützt wird, habe ich mich über Alternativen der Förderung erkundigt und bin auf das Promos-Stipendium gestoßen. Alle Informationen über die Bewerbungsschritte und notwendigen Unterlagen sind sehr übersichtlich in der Internetpräsenz meines Fachbereiches 11 aufgeführt. Die Bewerbungsfrist für das Stipendium war Ende Februar 2017. Auf Grund der anstehenden Prüfungen sollte man seine Zeit gut planen, da der Aufwand für die Bewerbung leicht unterschätzt werden kann. Als einige Unklarheiten zum Bewerbungsprozess aufgekommen sind, konnte schnelle und kompetente Beratung der Promos-Beauftragten des Fachbereiches 11 eingeholt werden. Neben dem Motivationsschreiben, Lebenslauf und Notenspiegel wird auch die Bestätigung der Gasteinrichtung gefordert. Diese kann jedoch im Zweifel auch nachgereicht werden, wobei ich mich jedoch bemüht habe, diese schon Ende Februar vorweisen zu können.

Die Praktikumsuche hat in meinem Fall Anfang Dezember 2016 begonnen und bis zum Erhalt der endgültigen Bestätigung bis Mitte Februar gedauert. Es ist jedoch anzumerken, dass nicht unbedingt eine solch lange Zeit benötigt wird, da man die Suche auch intensiver gestalten kann. Da Afrika für mich feststand, habe ich angefangen Kliniken in Großstädten zu googlen und diese direkt per Mail zu kontaktieren. Die ersten Anfragen gingen in die Länder Uganda, Namibia und Südafrika. Aus den Rückmeldungen hat sich herausgestellt, dass viele den Studiengang Public Health nicht themenspezifisch einordnen konnten. In den folgenden Mails habe ich dieses dann berücksichtigt und möglichst genau Inhalte und Kompetenzen meines Studienfachs aufgeführt. Nach längerem Austausch konnte mir jedoch keine Klinik einen sinnvollen Platz für mein Praktikum bestätigen. Im Weiteren Verlauf und Austausch mit Freunden und Kommilitonen wurde mir zu einer sehr kleinen und familiären Praktikumsvermittlung „Live and Learn“ für Kapstadt geraten. Von der Idee einer Praktikumsvermittlung war ich nicht begeistert, im Anbetracht der fortschreitenden Zeit habe ich jedoch doch Kontakt aufgenommen. Diese hat mir Kontaktdaten zu möglichen und Studiengangspezifischen Einrichtungen gegeben. Mit einem Motivationsschreiben und nachfolgendem Telefonat konnte ich mir meinem Praktikumsplatz sichern. Die auszufüllenden Unterlagen wie Praktikumsvertrag und Bestätigung für das Stipendium nehmen nochmal einige Zeit in Anspruch und sollten unbedingt bei der Planung mitbedacht werden.

## 2. Formalitäten im Gastland

Um in Südafrika ein Praktikum durchführen zu können benötigt man ein Visum. Dieses hat sich als eine sehr große Hürde dargestellt. Neben dem Antrag des Visums an sich, welcher an die 25 DinA4 Seiten umfasst, werden auch zwei ärztliche Attests, Offenlegung der finanziellen Mittel und ein polizeiliches Führungszeugnis gefordert. Alle Informationen hierfür sind über die Internetpräsenz der der Südafrikanischen Botschaft in Berlin einzuholen. Der vollständige Antrag muss dann persönlich in Berlin eingereicht werden. Hierfür sollte man sicher sein, alle notwendigen Unterlagen in richtiger Form parat zu haben, da die Visumsvergabe sehr strikt ist. Außerdem ist anzumerken, dass man selbst mit allen Unterlagen nicht automatisch ein Recht auf ein Visum besitzt. Daher ist ein freundlicher und verständnisvoller Umgang ein Muss. Die Alternative ist es über ein Urlaubsvisum einzureisen, welches 90 Tage beträgt. Damit kann man der Bürokratie ein wenig aus dem Weg gehen. Um dieses dann im Land zu verlängern kann eine Aus- und Einreise über ein Nachbarland durchgeführt werden. Auch hier kann es jedoch zu Komplikationen kommen. Wenn man also ein Visum für einen Zeitraum für mehr als 90 Tage benötigt, sollte man es zuerst mit der Botschaft in Berlin versuchen, auch wenn dieses einen größeren Aufwand mit sich bringt. Wichtig ist es die Kosten für das Visum (ca. 35 Euro), und die Kosten für die ärztlichen Untersuchungen (ca. 100 Euro) einzuplanen. Eine Auslandsversicherung sollte unbedingt abgeschlossen werden, wenn diese noch nicht durch die Einrichtung im Praktikumsvertrag geregelt ist. Ein Bankkonto habe ich persönlich nicht als notwendig empfunden, da ich finanzielle Angelegenheiten über die Kreditkarte der DKB geregelt habe. In Kapstadt wird diese fast überall akzeptiert und ins handlicher und sicherer als Bargeld.

## 3. Allgemeine Informationen zum Praktikum

Waves for Change (W4C) ist eine Organisation mit NPO und PBO Status in Kapstadt, Südafrika. Sie wurde offiziell 2011 von Tim Conibear gegründet. Das Grundkonzept ist es mit Hilfe von Surfing die mentale Gesundheit zu verbessern. Die Zielgruppe von W4C sind benachteiligte Kinder im Grundschulalter. Sie sind in großer Armut in sogenannten Townships aufgewachsen, in denen u.a. körperliche und sexuelle Gewalt den Alltag beherrschen kann.

Die Vision der Organisation ist es, dass Surftherapie als normale Form der Gesundheitsversorgung in Südafrika akzeptiert und durchgeführt wird. Als Leitbild der Organisation selbst gilt es als ein Bestandteil der staatlichen Bildungs- und Gesundheitsförderung zu sein, um noch mehr Kindern in ganz Südafrika Zugang zu Surftherapien zu ermöglichen.

Ich habe mich gerade für diese Organisation entschieden, da ich von der Idee mentale Gesundheit im Kontext mit Sport zu bringen begeistert bin. Eine Therapie bildet sich um die fünf Grundprinzipien von Waves for Change. „Connection to consistent adult support“- Man möchte durch die kontinuierliche Betreuung und Unterstützung der Coaches den Kindern Sicherheit und Vertrauen geben. „Access to challenging new tasks“- Surfen ist keine Leichtigkeit und das bekommen auch die Kinder zu spüren. Mit der Unterstützung der Coaches stellen sich die Kinder den neuen Aufgaben und zelebrieren die festzustellenden Fortschritte. „Access to a safe place“-

Das Leben in Südafrika, vor allem in den Townships, ist nicht ohne Gefahren. Waves for Change möchte mit seinem Programm einen physiologischen und psychologischen geschützten Raum schaffen. Durch Einzelgespräche, Schul- und Hausbesuche wird die Entwicklung der Kinder Ein klares Ziel vor antreten meines Praktikums war die Verbesserung meiner Englischkenntnisse, sodass ich in der Lage bin einen englischsprachigen Alltag ohne Probleme zu bestreiten. Des Weiteren wollte ich einen tieferen Einblick in die Arbeit einer NPO erhalten, da sich ein Interesse für diesen Bereich durch das Seminar „Global Health“ im dritten Semester herausgestellt hat. Die Organisation befindet sich in Muizenberg, einem Vorort von Kapstadt. Ich selbst wohne in diesem Ort und kann daher den Weg zur Arbeit zu Fuß gestalten.

Meine Supervisorin war die Verantwortliche des Bereiches Programmevaluation und Monitoring und damit auch immer meine erste Kontaktperson bei Fragen aller Art. Meine täglichen Aufgaben umfassten zum größten Teil die Mitarbeit im Team für Monitoring und Evaluation sowie einige Aufgaben im Training Team. Es wurde hier allgemein eine große Eigenverantwortung gefordert, was sich am Anfang als nicht ganz einfach dargestellt hat. Im Laufe der Zeit konnte man sich aber gut in den Arbeitsalltag eingliedern und seine Ideen einbringen. Generell lief die Zusammenarbeit im Team häufig mit einigen Komplikationen ab, dieses lag sowohl an der Tatsache als Praktikant nicht immer für ernst genommen wurde, als auch an Kommunikationsschwierigkeiten in der Organisation an sich. Dennoch habe ich mich wohl gefühlt und konnte mich ins Unternehmen integrieren.

#### 4. Unterkunft

Bei der Wohnungssuche bin ich über das Internetportal „gumtree.co.za“ fündig geworden und habe ein Zimmer bei einem Südafrikaner gemietet. Kontaktaufnahme und Austausch war dann über WhatsApp und Skype kein Problem. Andere sind über AirBnB fündig geworden, was jedoch deutlich kostenintensiver ist. Des Weiteren besteht die Möglichkeit in einer Gastfamilie unterzukommen. Am besten spricht man mit seiner Arbeitsstelle, die meisten geben ein gerne Auskunft und kennen sich am besten aus.

#### 5. Sonstiges

Kapstadt ist eine unglaublich vielseitige Stadt. Wunderschön aber auch nicht ganz ungefährlich. Man sollte sich immer durch Bezugspersonen wie Vermieter oder Arbeitskollegen über die Situation vor Ort informieren, damit man weiß welche Straßen zu meiden sind und wie man sich am besten Verhält. Dennoch brauch man nicht mit Angst durch die Straßen laufen, lediglich bewusst sein, dass extreme Armut im Land auch schnell zu Kriminalität führen kann. Die einzige negative Erfahrung die ich in diesem Zusammenhang erlebt haben war es, dass in meinen Wohnkomplex eingebrochen wurde und mein Fahrrad geklaut wurde. Unbedingt immer alles hergeben und sich nie wehren, denn es ist nicht unüblich das Kriminelle Waffen mit sich tragen und unberechenbar handeln können.

Das öffentliche Verkehrsmittelsystem ist nicht sehr gut ausgebaut und nicht die sicherste Art sich fortzubewegen. Über die App „Uber“ ist es jedoch für kürzere Strecken eine sehr sichere und preiswerte Alternative. Für die Verpflegung mit Essen und Trinken sollten man mit R100 pro Tag rechnen, was zurzeit ca. 6 Euro entspricht. Nach oben gibt es natürlich kein Limit.

Meine Empfehlung ist es mit hier lebenden Leuten in Kontakt zu treten und sich abseits von Tourismus das wahre Kapstadt zeigen zu lassen. „Couchsurfing“ ist hierfür eine gute Anlaufstelle.

#### 6. Was ist tunlichst zu vermeiden?

Du bist als deutscher Student unglaublich privilegiert im Leben. Das ist mir zuvor noch nie so stark bewusstgeworden. Vermeide jegliche Arroganz und sei dir immer bewusst, dass viele hier unter absoluter Armut aufwachsen. Des Weiteren sind viele Südafrikaner nicht die besten im Umgang mit Kritik, daher achte immer gut auf die Wortwahl, denn viele fühlen sich schnell persönlich angegriffen. Probleme werden hier gerne ausgestanden und verschwiegen, anstatt diese offen anzusprechen. Man sollte sich vor allem mit der Geschichte der Apartheid auseinandersetzen um diese Diversität und zum Teil auch Hass im Land zu verstehen. Da dieses noch nicht lange vergangen ist, sind Witze und ähnliches in keinem Fall von einem aus dem Ausland kommenden Studenten geeignet.

#### 7. Fazit

Durch die Mitarbeit bei Waves for Change konnte ich die Strukturen und Arbeit in einem NGO kennenlernen und lernen einen englischsprachigen Alltag zu bewerkstelligen. Es ist aber zu beachten, dass es hier mit einer Arbeitsstelle in Deutschland kaum zu vergleichen ist, da die Kultur das Leben an sich ganz anders angeht. Für mich war dieses jedoch in keinem Fall ein negativer Punkt. Für meinen späteren Werdegang konnte ich im Bereich NGO und Surftherapie sehr nützliche Kontakte zu Organisationen aus der ganzen Welt knüpfen. Zusammenfassend war das Praktikum hier in Südafrika eine großartige Erfahrung für mich und kann nur allen ans Herz legen einen solchen Schritt zu gehen