

Erfahrungsbericht - Auslandspraktikum in Sydney

Im Zuge des 5. Semesters, welches in unserem Studienfach ein komplettes Praxissemester darstellt, entschied ich mich ein Praktikum im Ausland zu absolvieren. In erster Linie soll das Praktikum dazu dienen einen Einblick in mögliche Arbeitsfelder zu erhalten und praktische Erfahrungen zu sammeln. Der zeitliche Rahmen war durch die Semesterzeiten im Prinzip bereits vorgegeben, ich entschied mich aber dazu schon während der Semesterferien am 1. September 2015 mein Praktikum zu beginnen. Uns ist eine Anzahl an Stunden, die wir innerhalb der Praktikums ableisten müssen, vorgegeben, rechnet man dies in Wochenstunden um benötigt man ungefähr 4 Monate. Ich würde meine Arbeit also am 31. Dezember 2015 beenden und hätte danach noch Zeit, das Land, in dem ich dann bin, ein wenig zu erkunden und weitere Erfahrungen durch das Reisen zu sammeln. Durch sprachliche Barrieren kamen hierfür hauptsächlich englischsprachige Länder in Frage. Durch eine umfassende Internetrecherche und eine Liste von möglichen Praktikaplätzen, die bereits von anderen Studenten meines Studienfaches in den Vorjahren besucht worden sind, erstellte ich eine Liste von Betrieben die für mich in Frage kommen würden. Mit all dem begann ich bereits Anfang des Jahres. Da ich besonders in den Bereichen der Gesundheitspolitik und dem Gesundheitsmanagement interessiert bin hatten die Unternehmen alle einen entsprechenden Schwerpunkt in diesen Vertiefungen. Nachdem die Auswahl der Arbeitsstellen durch die Betriebe, die auf meine Bewerbung per e-Mail antworteten, nochmals eingegrenzt worden ist entschloss ich mich letztendlich dafür, mein Auslandspraktikum am 'Menzies Centre for Health Policy' in Sydney zu absolvieren. Durch ein Skype-Interview vorab konnte ich zumindest schon einmal meinen Betreuer besser kennen lernen und mir ein Bild darüber machen, ob mir die Praktikumsstelle sympathisch erscheint. Das 'Menzies Centre for Health Policy' ist ein kleines Institut, welches an die 'University of Sydney' angegliedert ist und Forschung und Lehre in dem Bereichen der Gesundheitspolitik betreibt.

Da nach langer Praktikaplatzsuche und auch vielen Absagen angeschriebener Unternehmen nun doch endlich fest stand, wo ich innerhalb meines Praxissemesters landen würde konnte ich mit der weiteren Planung beginnen. Australien war für mich schon immer ein Traumreiseziel und nun bekam ich innerhalb meines Studiums die Chance, dort eine gewisse Zeit zu leben, die Kultur und die Lebensweise besser kennen zu lernen, natürlich auch mein Englisch zu verbessern und in die Arbeitsweise eines Institutes meines Faches reinzuschmecken.

Als erstes galt es, den ganzen Papierkram mit meinem Institut zu klären. Dies geschah weitestgehend über e-mails und ging durch die liebe Unterstützung und die schnellen Antworten der Mitarbeiter im Institut relativ reibungslos über die Bühne. Anschließend machte ich mich auf ins Reisebüro, um mich nach Flügen zu erkundigen. Weil ich sowieso schon ans andere Ende der Welt flog beschloss ich meine Zeit, die ich im Anschluss meines Praktikums noch zu Verfügung habe noch zu nutzen und ebenfalls Neuseeland einen Besuch abzustatten. Ich buchte somit gleich ein ganzes Reisepaket.

Da dies meine erste Reise außerhalb Europas war musste ich mir außerdem einen Reisepass erstellen lassen, was bei dem Bürgeramt in Bremen schon einige Zeit für die Bearbeitung des Antrags in Anspruch nehmen kann. Damit man das Visum rechtzeitig beantragen kann sollte man das also nicht allzu weit aufschieben. Das Visum selbst ist leicht zu beantragen da es sich um ein elektronisches Visum handelt. Man füllt einfach den Antrag auf der Seite der australischen Regierung aus und bekommt dann bei Einreise einen Stempel in seinen Reisepass.

Da ich wusste das Sydney relativ teuer werden wird, alleine schon von den Lebensunterhaltskosten her, war auch die Finanzierung eine große Frage. Durch die Bewerbung und die späterer Zusage für das PROMOS-Stipendium hatte ich schon einmal eine gewisse Unterstützung, desweiteren versuchte ich vor Antritt meiner Reise in Deutschland noch einmal viel Geld durch einen Kellnerjob, den ich seit meines Studiumantrittes in Bremen habe, zu sparen und jemanden zu finden, der während meines Auslandsaufenthaltes mein Zimmer in meiner WG übernehmen würde, um nicht

doppelt Miete zahlen zu müssen. Gesagt, getan, auch wenn ich mein Zimmer wirklich erst auf den letzten Drücker vermietet bekommen habe da im August kaum jemand nach eine Wohnung sucht in Bremen. Ebenfalls versuchte ich in Sydney schon vor meiner Ankunft eine Wohnung zu finden was sich aber als unmöglich heraus stellte da die meisten jemanden suchen, der wirklich sofort einzieht. Daher beschloss ich diese Sache auf später zu verschieben.

Kurz vor Abflug kam dann doch die große Aufregung. Mein Flieger ging abends um 22 Uhr, die letzten Tage verbrachte ich nochmal in meiner tatsächlichen Heimat mit meiner Familie, mein Zimmer in Bremen hatte ich für meine Zwischenmieterin auch bereit ausgeräumt. Ich hatte morgens noch ein paar Besichtigungstermine für Zimmer in Sydney abgemacht und ein Hostel für die ersten 2 Tage in Nähe des Stadtzentrums gebucht. Durch die Zeitverschiebung landete ich dann 2 Tage später in Sydney. Obwohl ich von dem langen Flug relativ müde war blieb mir nicht groß Zeit für Entspannung da ich am Nachmittag schon 2 Besichtigungstermine hatte. Erschlagen von der Großstadt musste ich mich erst einmal mit dem öffentlichen Verkehrssystem und zwischen den ganzen Menschenmassen zurecht finden. Von überall kommen laute Geräusche, eine wirkliche Fußgängerzone gibt es eigentlich nicht und selbst in der Stadt sind die Straßen dreispurig. Nachdem ich beide Male durch Orientierungsprobleme zu spät zu den Besichtigungen kam und es am Tag darauf auch noch nicht wirklich besser wurde fand ich doch eine nette 6er WG 20 Minuten von meinem Arbeitsplatz entfernt mit anderen internationalen Studenten oder Backpackern, die als Working Holiday nach Australien gekommen sind. Das Zimmer teile ich mir da es hier unmöglich ist ein bezahlbares Einzelzimmer zu finden. Im Grunde ist ein Zweierzimmer schon fast Luxus, viele teilen sich ein Zimmer zu viert, die Mietpreise hier sind einfach unglaublich. Nachdem ich meinen Wohnort gewechselt habe konnte ich zum ersten mal seit meiner Ankunft etwas runter kommen und hatte noch 4 Tage Zeit bevor mein Praktikum dann nächste Woche los ging. Diese Zeit nutzte ich um die Stadt besser kennen zu lernen und die Umgebung von Sydney mit seinen wunderschönen Stränden und atemberaubender Natur zu erkunden. Der Hafen der Stadt ist einer der schönsten Plätze in der Stadt wo sich Bars, Cafés und Restaurants aneinanderreihen und man die fröhliche 'After-Work'-Kultur der Australier miterleben kann. So ziemlich jeder geht gefühlt nach der Arbeit noch mit den Kollegen oder Freunden in eine Bar und somit wirkt das Leben hier in der Stadt sehr lebendig und fröhlich. Das schöne an einer Großstadt ist dass eigentlich immer was los ist, das Kulturangebot ist unglaublich vielfältig und irgendwo gibt es immer ein kleines Konzert, ein Festival unter freiem Himmel oder weitere Veranstaltungen, die man besuchen kann. Da ich hauptsächlich den Frühling und den Sommer hier miterlebe ist auch ein Strandbesuch mit den typischen BBQ's immer eine Alternative, öffentliche Grillplätze mit frei zugänglichen Gasgrills gibt es hier an jeder Ecke.

Im Anschluss an die entspannten ersten Tage begann dann am Montag mein Praktikum. Den Weg zum Institut bin ich vorher schon einmal abgelaufen um mich nicht wieder hoffnungslos zu verirren wie in meinen ersten Tagen hier. Ich wurde mit der australischen Herzlichkeit, die mir ebenfalls in meiner ersten zeit hier aufgefallen ist, begrüßt und willkommen geheißen. Durch die Größe des Instituts, welches im Moment ca. aus 20 Mitarbeitern besteht, existiert eher eine familiäre Atmosphäre. Die Türen der einzelnen Büros sind immer offen sodass man bei Fragen einfach kurz einmal bei dem anderen reinschauen kann, ich selbst habe einen Schreibtisch in einem größeren Raum, den ich mir mit 6 weiteren Mitarbeitern teile. Meine erste Aufgabe bestand zunächst darin, mich mit dem australischen Gesundheitssystem etwas vertrauter zu machen. Hierfür bekam ich Lesestoff und freien Zugang zu der Universitätsbibliothek. Außerdem konnte ich mit verschiedenen Mitarbeitern, die jeweils einen bestimmten Schwerpunkt in ihrer Arbeit verfolgen, Gespräche führen. Nachdem ich mir die wichtigsten Dinge über die Strukturen hier angelesen hatte bespach ich mit meinem Betreuer, was meine spätere Arbeit umfassen könnte. Dabei stellte er mir verschiedene Projekte, die aktuell am 'Menzies Centre for Health Policy' durchgeführt werden vor. Ich selbst durfte entscheiden, in welchen Bereichen ich am meisten interessiert bin und welches Projekt dementsprechend geeignet erscheint. Im Endeffekt bekam ich sogar ein neues, eigenes

Projekt zugeteilt wo es um ineffiziente Arbeit, mit Hauptaugenmerk auf die zeitliche Komponente, in Krankenhäusern geht. Ziel soll sein herauszufinden, welche Aufgaben im Krankenhaus die meiste Zeit der Mitarbeiter in Anspruch nehmen, welche Zeit davon unnötig verschwendet wird und wie man dementsprechend die organisatorischen Abläufe verbessern kann. Da Mitarbeiter der größte Kostenfaktor im Krankenhaus sind ist dies ebenfalls im ökonomischen Sinne eine interessante Frage. Im Zuge dessen war meine Aufgabe für die 4 Monate am Institut eine Metaanalyse von Studien zu verfassen, die bereits zu diesem Thema durchgeführt worden sind, zu verfassen welche dann die Datengrundlage für weitere Forschung bildet. Bei der Vorbereitung, dem wissenschaftlichem Vorgehen und dem Schreiben erhielt ich Unterstützung von einzelnen Mitarbeitern des Instituts. Bei der Arbeit selbst konnte ich relativ selbstständig arbeiten, so erhielt ich einen Uni-Account womit ich zu sämtlichen Suchmaschinen freien Zugang bekam und konnte dementsprechend auch teilweise von zuhause aus arbeiten. Wenn ich während meiner Recherche bzw. beim späteren Auswerten der Studien Fragen hatte oder Hilfe brauchte konnte ich mich jederzeit an einen Mitarbeiter wenden. Des Weiteren konnte ich an größeren Tagungen, Vorträgen und internen Mitarbeiterversammlungen immer teilnehmen, wodurch ich einen Einblick in die Arbeit der Gesundheitspolitik in Australien erhielt. Innerhalb der Woche gab es auch abendliche Freizeittreffen nach der Arbeit oder eine große Weihnachtsfeier, die zur freundschaftlichen Arbeitsatmosphäre beigetragen hat.

Durch den Kontakt mit meinen Kollegen und durch viele internationale Menschen, mit denen ich während meines Aufenthaltes hier Freundschaften schloss, konnte ich mein Englisch hier sehr gut verbessern. Ich konnte Fertigkeiten im Bereich des wissenschaftlichen Arbeitens erlangen und lernte verschiedenen Datenbanken, die im Bereich der Gesundheitswissenschaften relevant sind, und den Umgang mit diesen kennen. Ebenso konnte ich herausfinden, das Gesundheitspolitik und Forschung in diesem Bereich mich weiterhin sehr interessiert und als mögliches Arbeitsfeld später in Frage kommen könnte. Dadurch, das dies der erste selbstständige Auslandsaufenthalt überhaupt für mich gewesen ist konnte ich außerdem auch eine persönliche Weiterentwicklung an mir selbst feststellen. Alles alleine zu managen, von Abflug bis Wohnung bis die Zeit hier so gut wie möglich zu nutzen lässt einen nochmal viel Eigenverantwortung und Selbstvertrauen erlangen. Durch die vielen unterschiedlichen Menschen, auf die man besonders in Sydney trifft (die Stadt wimmelt nur so von internationalen Reisenden oder Studierenden, es ist sogar relativ schwer Leute zu treffen, die tatsächlich aus Australien kommen) wird man zudem noch einmal offener gegenüber anderen Lebensweisen als der eigenen.

Ich habe während meines Auslandsaufenthaltes in Australien tolle Menschen kennen gelernt, hatte einen tollen Praktikumsplatz und konnte ganz nebenbei einen von der Naturseite her betrachtet wahrscheinlich schönsten Kontinent der Welt bereisen. Von Sydney aus kann man bereits viele Orte erkunden, übers Wochenende sollte man auf jeden Fall mal nach Melbourne rüber fliegen und bei Zeit die Great Ocean Road mitnehmen. Sämtliche Nationalparks wie der Royal National Park, die Blue Montains oder das Hunter Valley, welches alles innerhalb von 1 bis 3 Stunden mit dem Zug von Sydney aus zu erreichen ist sind ebenfalls absolut sehenswert und umsonst, also auch positiv für den Geldbeutel der hier ansonsten schon mal ganz schön überstrapaziert werden kann wenn man mehrere Monate in Sydney verbringt. Und nicht zuletzt sind Weihnachten bei 35 Grad mit einem großen BBQ am Strand und Silvester mit dem beeindruckendsten Feuerwerk, welches ich bisher gesehen habe, über der Harbour Bridge sicherlich Highlights, die mir immer im Kopf bleiben werden. Der australische Lifestyle, der sich schlicht auch mit 'no worries' beschreiben lässt kann einen am Ende bei soviel Sonnenschein, Stränden und entspannten Leuten trotz des Großstadtrubels nur mitreißen und daher kann ich einen Auslandsaufenthalt hier nur weiter empfehlen.