



Auslandsjahr in der Schweiz im Rahmen des Studiengangs „International Physiotherapy B. Sc.“

Was verlief im Jahr 2020 wie geplant? Wer musste nicht ganz kurzfristig durch äußere Umstände seine Pläne komplett verändern? Wie für viele andere auch, wurde auch mein Auslandsaufenthalt durch die Corona-Pandemie geprägt – dennoch möchte ich euch im Folgenden kurz darüber berichten.

Mein Auslandsjahr in der deutschsprachigen Schweiz gliederte sich in drei Teile: zuerst studierte ich ein Semester an der Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften (ZHAW), dann folgte ein dreimonatiges Praktikum am Kantonsspital Baden und ein dreimonatiges Praktikum in der Reha Rheinfelden.

Mitte Februar begann das Semester an der ZHAW. Jede/r Studierende aus dem Ausland hat an der ZHAW einen „Buddy“, der/die vor allem beim Ankommen in Winterthur und dem Semesterstart aber auch während des Semesters Unterstützung gibt. Ich fand es sehr schön, dass ich von meinem „Buddy“ bei meiner Ankunft in Winterthur empfangen wurde und sie mir bei Fragen jederzeit unterstützend zur Seite stand. Zudem haben wir eine gute Einführung in die Abläufe von der Verantwortlichen der ZHAW, Frau Fiechter-Lienert, bekommen. Auch während des gesamten Auslandsaufenthalts konnten wir uns bei Fragen an sie wenden.

Der Stundenplan für dieses Semester setzte sich aus Fächern aus verschiedenen Studiengängen zusammen, wie Gesundheitsförderung und Prävention, Physiotherapie und interdisziplinäre Fächer. Nebenher konnte ich in der Zeit in Winterthur noch das tolle, sehr umfangreiche, vielfältige und kostenlose Angebot des Hochschulsports (ASVZ) nutzen. – Kann ich nur empfehlen, nimm deine Sportsachen mit und probier‘ es in Winterthur und/oder Zürich aus 😊

Vier Wochen später wurde auf Grund der Verschärfung der Corona-Pandemie, der komplette Lehrbetrieb der ZHAW innerhalb kürzester Zeit auf kontaktlose Lehrveranstaltungen umgestellt. Hierbei ist hervorzuheben, dass sowohl für Studierende als auch Dozierende sehr schnell die Anweisung kam, dass dies für das ganze Semester sein wird und somit konnte dies von allen Seiten geplant werden. Die Dozierenden waren trotz dem „Unterricht auf Distanz“ sehr bemüht die Lehrinhalte so praktisch wie möglich zu vermitteln und anzuwenden. Da auch in der Schweiz durch den Lockdown das öffentliche Leben und soziale Kontakte sehr eingeschränkt werden sollten und die Grenzen geschlossen wurden, entschied ich mich sehr schnell zu meiner Familie nach Deutschland zurückzukehren und von dort aus über kontaktlose Lehrveranstaltungen mein Studium fortzuführen. Soweit hat dies gut geklappt, hierbei ist die strukturierte Planung von Anfang an und Umsetzung durch die ZHAW hervorzuheben.

Die Studieninhalte, finde ich, waren sehr gemischt. Anfangs war für uns inhaltlich sehr viel Wiederholung. Später wurden sehr viele Aspekte in den verschiedenen Fächern beleuchtet. Oftmals konnten die Inhalte aber leider nur oberflächlich besprochen werden, was sehr schade war. Da in „Statistik“ für uns einiges schon bekannt war, wurde uns die Möglichkeit gegeben ein Tutorium zu geben – eine tolle, neue und lehrreiche Erfahrung!!

Direkt im Anschluss ging es für mich in das dreimonatige Praktikum am Kantonsspital Baden mit dem Schwerpunkt Innere Medizin. Meine Erfahrungen dort waren sehr gemischt, dennoch haben sie mich persönlich wachsen lassen.

Zu guter Letzt ging's für mich für drei Monate in die Reha Rheinfelden. Auch wenn ich dort, anders als geplant, schwerpunktmäßig in der Orthopädie gearbeitet habe, konnte ich durch das sehr offene und tolle Team dort viel lernen und „mitnehmen“.

Mein Auslandsaufenthalt in der Schweiz wurde durch die Stipendien, HAW.international vom DAAD und dem SEMP (Swiss European Mobility Programme), unterstützt.

Zusammenfassend bin ich sehr dankbar um die Erfahrungen, die ich in diesem Jahr machen durfte, dennoch möchte ich dir ein paar Gedanken mitgeben, denen du dir bewusst sein solltest, wenn du auch in die Schweiz gehst 😊:

In diesem Jahr haben ich insgesamt an drei verschiedenen Orten in der Schweiz (abgesehen von der Zeit, die ich coronabedingt bei meiner Familie in Deutschland verbracht habe) gewohnt. Einerseits ist das sehr schön, um viele Teile der deutschsprachigen Schweiz kennenzulernen – andererseits bedeutet dies auch umziehen, ummelden und da es drei verschiedenen Kantone waren auch neue Ausländerausweise zu beantragen, wofür du zusätzlich Zeit und Kosten einplanen solltest.

Das Leben in der Schweiz ist definitiv teurer als in Deutschland, die Praktika sind meist bezahlt und man kann meist in einem günstigeren Personalwohnheim wohnen, dennoch lohnt es sich, wenn der Bedarf besteht, sich rechtzeitig um Stipendien zu kümmern, vor allem für die Zeit an der ZHAW.

Das Semester an der ZHAW und die beiden Praktika haben sich bei mir direkt einander „angeschlossen“. Somit hatte ich in dieser Zeit von Studienbeginn und dem Ende des Aufenthalts kurz vor Weihnachten insgesamt nur eine Woche Urlaub, welche mir im ersten Praktikum zustand. Da doch Vieles neu ist in dieser Zeit, die Studieninhalte arbeitsintensiv sind, und die Praktika neben der 42h-Woche „vor Ort“ teilweise noch Vor- und Nachbereitung zuhause benötigen, kann es auch eine anstrengende Zeit werden.

Für die Praktikumsstellen kann man sich Fachbereiche „wünschen“, allerdings gibt es keine Garantie, dass es tatsächlich einen freien Praktikumsplatz gibt.

...lass dich aber jetzt nicht abschrecken!!...du sollst das einfach nur im Hinterkopf haben... 😊

Nun wünsche ich dir viel Erfolg bei der Planung deines Auslandsjahres und viele tolle Erfahrungen!!

Bei Fragen stehe ich dir gerne zur Verfügung - lass dir den Kontakt einfach über die Hochschule Osnabrück geben!!

Liebe Grüße,

Corinna

Als kleiner Hinweis 😊...darum solltest du dich unter anderem vor deinem Auslandsaufenthalt kümmern:

- Unterkünfte, v.a. in Winterthur
- Impfungen für die Praktika und teilweise ist ein Erste-Hilfe-Kurs erforderlich
- ggf. Stipendium
- ggf. Auslandskrankenversicherung
- ...