

Mein Auslandssemester in der Schweiz

Warum ich mich für ein Auslandssemester entschieden habe

Für mich stand schon lange fest, dass ich einen Teil meines Studiums im Ausland verbringen möchte. Ich denke, für längere Zeit in einem anderen Land zu leben und zu arbeiten ist sowohl persönlich als auch fachlich eine einzigartige Möglichkeit.

Da die Schweiz immer wieder als Beispiel für hohe Standards in der Physiotherapie genannt wurde, fiel mir meine Wahl sehr leicht. Zudem reizte mich die Vorstellung, einmal länger in den Bergen zu leben – ein großer Kontrast zu meiner norddeutschen Heimat.

Organisatorisches – Vorbereitung und Ablauf

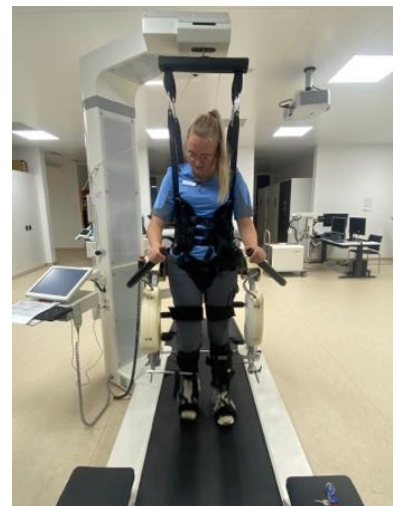
Den Praktikumsplatz in der Schweiz hat die ZHAW für mich organisiert, nachdem ich meinen bevorzugten Fachbereich angeben durfte. Als feststand, dass es für mich nach Valens gehen würde, folgten die organisatorischen Schritte: das Ausfüllen von Learning Agreements, Praktikumsdokumenten und Aufenthaltsbewilligungen. Die Kommunikation mit dem International Office verlief dabei sehr unterstützend, sowohl seitens meiner Heimathochschule als auch der ZHAW.

Vor der Abreise kümmerte ich mich um Unterkunft, Versicherung (internationale Krankenversicherung) sowie die finanzielle Planung.

Mein Praktikum in der Klinik Valens

Insgesamt habe ich vier Monate in der Klinik Valens gearbeitet, einer Rehabilitationsklinik mitten in den Bergen der Ostschweiz. Die Klinik betreut überwiegend neurologische Patient:innen mit Erkrankungen wie Schlaganfall, Schädel-Hirn-Trauma, Multipler Sklerose oder Parkinson. Zusätzlich werden dort auch Patient:innen mit muskuloskelettalen Erkrankungen, wie Knie- und Hüft-TEPs, behandelt.

Ich arbeitete hauptsächlich mit Patient:innen mit neurologischen Erkrankungen, hatte aber durch das breite Therapieangebot einen sehr abwechslungsreichen Arbeitsalltag. Neben Einzeltherapien durfte ich auch in anderen Bereichen wie der medizinischen Trainingstherapie mitwirken und erhielt Einblicke in die Wasser- und Hippotherapie. Besonders spannend war für mich, moderne Technologien wie VR-Brillen und den Lokomaten selbst auszuprobieren.



Der enge Austausch mit anderen Studierenden und Therapeut:innen war sehr bereichernd. Mir fiel auf, dass die fachlichen und medizinischen Hintergründe in der Schweiz oft fundierter vermittelt werden als ich es aus meiner Ausbildung in Deutschland kannte. Die gemeinsamen Fortbildungszeiten mit anderen Studierenden und Praxisanleiter:innen waren deshalb äußerst wertvoll.

Eine kleine Herausforderung stellte zu Beginn die Arbeitszeit dar: Während in Deutschland eine 38,5-Stunden-Woche üblich ist, beträgt die Vollzeit in der Schweiz meist 42 Stunden. Mit einem täglichen Arbeitsausblick direkt auf die Berge konnte ich mich aber sehr schnell daran gewöhnen 😊

Studieren und Lernen an der ZHAW

Neben der Praxiserfahrung in Valens konnte ich auch Lehrveranstaltungen an der ZHAW besuchen. Besonders spannend war der praxisnahe und interaktive Unterricht. Themen wie klinisches Denken, evidenzbasierte Praxis und Selbstreflexion spielten eine große Rolle. Die Hochschule legt großen Wert auf die Verknüpfung von Theorie und Praxis, was mir sehr gefallen hat.

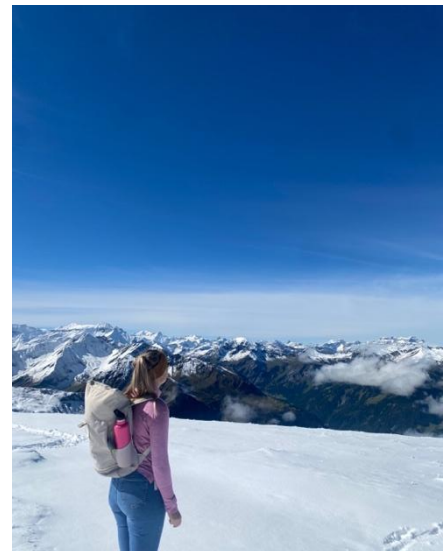
Auch der interprofessionelle Austausch mit Studierenden aus anderen Gesundheitsberufen wie der Pflege, Ergotherapie oder Hebammen, war sehr interessant. In gemeinsamen Projekten konnte ich von den unterschiedlichen Perspektiven profitieren und mein Wissen erweitern.

Leben in der Schweiz

Der Kontrast zu meiner Heimatstadt Hamburg hätte kaum größer sein können. Vom Leben in der Großstadt zog ich in ein kleines Bergdorf, was zunächst eine Umstellung, im Nachhinein aber eine meiner besten Erfahrungen war.

Jeden Tag von der Arbeit aus direkt auf die Berge zu blicken und an den Wochenenden wandern oder Ski fahren zu können, war für mich ein großes Highlight. Mit anderen Studierenden machte ich häufig Ausflüge, wodurch ich nicht nur die wunderschöne Landschaft kennenlernen, sondern auch viele neue Freundschaften schließen konnte.

Auch das Leben in Winterthur, wo die ZHAW ihren Hauptsitz hat, habe ich sehr genossen. Die Stadt ist lebendig, gut an den öffentlichen Nahverkehr angebunden und bietet viele kulturelle Möglichkeiten. Durch die gute Infrastruktur war es einfach, sowohl zu studieren als auch Ausflüge in andere Städte oder Nachbarländer zu unternehmen. Von der Größe ist Winterthur ähnlich wie Osnabrück, mit sehr guter Anbindung nach Zürich.



Interkulturelle Erfahrungen



Der Austausch mit Schweizer Studierenden und internationalen Kommiliton:innen war unkompliziert und herzlich. Trotz kleiner sprachlicher Hürden, da Schweizerdeutsch ist tatsächlich eine eigene Sprache ist, fühlte ich mich schnell integriert und gut unterstützt. In Winterthur hatte ich dann mit Studierenden aus der ganzen Welt Kontakt, sodass es nicht ungewöhnlich war, dass bei einer Wanderung Studierende aus Mexiko, Thailand, Indien oder Polen dabei waren.

Fazit

Alles in allem war mein Auslandssemester in der Schweiz sowohl persönlich als auch fachlich eine äußerst wertvolle Erfahrung. Ich konnte mein Wissen vertiefen, meine Selbstständigkeit stärken und viele neue Eindrücke gewinnen.

Die Kombination aus fachlicher Weiterbildung und praktischer Erfahrung macht das Auslandssemester in der Schweiz meiner Meinung nach sehr besonders. Ich kann ein Austauschsemester an der ZHAW und ein Praktikum in der Schweiz an alle empfehlen, die Lust haben, Neues zu lernen, über sich hinauszuwachsen und dabei eine der schönsten Landschaften Europas kennenzulernen.