

Erfahrungsbericht Auslandsjahr Physiotherapie in Winterthur, Zürich und St. Gallen

Februar 2016 bis Dezember 2016

ZHAW Winterthur, Stadtspital Triemli in Zürich und Kantonsspital St. Gallen, Schweiz

Studentin Bachelor Physiotherapie, Hochschule Osnabrück, 3./4. Studienjahr

Ein Jahr ins Ausland – doch wieso gerade in die Schweiz?

Neben der Schweiz standen mir für das Auslandsjahr noch zwei weitere Länder zur Auswahl: Irland und Australien. Für die Schweiz habe ich mich u.a. aus finanziellen Gründen entschieden. Ein weiterer wichtiger Punkt war jedoch, dass ich im zweiten Semester die Möglichkeit hatte in zwei Praktika, welche jeweils drei Monate dauerten, mich nicht nur im theoretischen Bereich, sondern auch in der Praxis weiterzubilden und einen direkten Einblick in den Arbeitsalltag eines Physiotherapeuten in der Schweiz zu erhalten. Bzgl. der Fachbereiche in denen ich die Praktika machte, konnte ich vor dem Auslandsjahr Wünsche angeben.

Organisatorisches was im Vorfeld und Vorort noch zu erledigen ist

Das Wichtigste was es vor einem Auslandsjahr zu tun gibt, ist wohl ein Vorab- und anschließend ein Final-Learning Agreement abzuschließen, welches von einem selbst, der Partnerhochschule und der eigenen Hochschule unterschrieben werden muss. Das ganze Prozedere wiederholt sich dann für das zweite Semester, ist jedoch wichtig damit die Credits anerkannt werden.

Des Weiteren sollten alle notwendigen Impfungen für das Praktikum rechtzeitig durchgeführt worden sein und sich bei Zeiten ein Dach über dem Kopf besorgt werden. Eine kurze Beschreibung oder Auflistung von den bisherigen Ausbildungsinhalten sowie Arbeitszeugnisse sollten zu organisieren sein, damit die Partneruniversität sich ein Bild von den bisher erworbenen Fähigkeiten und Berufserfahrungen machen kann.

Gesammelte Erfahrungen – persönlich und professionell

Auch wenn die Schweiz nicht weit von Deutschland weg ist und man (jedenfalls glauben das ja einige) in der Ostschweiz die «gleiche Sprache» spricht, habe ich das Gefühl, dass viele Schweizer trotz einer 42h-Woche eine sehr viel gesündere Work-Life-Balance haben als viele von uns Deutschen.

Nach der Arbeit noch auf ein Bier in die Bar oder eine Runde schwimmen im See und dann am Wochenende raus zum Wandern oder Skifahren ist für viele fast selbstverständlich. Durch meine Mitbewohner in den zwei WGs habe ich viele nette Menschen

kennengelernt, deren Sprache immer besser verstanden (diese zu sprechen bräuchte dann allerdings noch ein paar Jahre... :D) und es haben sich gute Freundschaften entwickelt.



Segeltörn (leider den Tag ohne Wind) auf dem Zürisee

Die Vorlesungen im ersten Semester an der ZHAW waren durch meinen Bildungsweg (erst 3 Jahre Ausbildung und dann bereits 2 Semester an der Fachhochschule in Deutschland) ohne zu großen Aufwand gut zu bewältigen und auch, oder vielleicht sogar besonders, die zwei Mastermodule haben sehr viel Spaß gemacht und einen detaillierteren Einblick in den Forschungsbereich der Physiotherapie gegeben.

Meine Praktika habe ich im Zürcher Stadtspital Triemli und im Kantonspital St. Gallen absolviert. Beide Praktika fanden in der Orthopädie/Chirurgie statt, jedoch waren die Patientenfälle recht unterschiedlich, so dass es nie langweilig wurde. Anders als in Deutschland arbeiten die Physiotherapeuten in den Krankenhäusern stationär als auch ambulant. Praktikanten werden von einem zugewiesenen Ausbilder begleitet und jede Woche gibt es eine vorgeschriebene Stundenanzahl an Ausbildungs- und Selbststudiumszeit. Dadurch konnte ich stationär, sowie ambulant vieles dazu lernen.

Durch beides - Vorlesungen und Praxiserfahrungen - in der Schweiz, habe ich das Gefühl mich im internationalen Vergleich besser einschätzen zu können und auch die Möglichkeit einer Festanstellung im deutschsprachigen europäischen Ausland würde ich durch das Jahr im Ausland besser einschätzen als zuvor.



Ausblick auf die Alpen von einer Dachterrasse in Zürich



Blick vom Bürkliplatz über den Zürisee im Frühling

Empfehlungen

Ich habe mir mein WG-Zimmer selbst organisiert und dadurch mehr Schweizer kennengelernt als ich es wohl in einem Studentenwohnheim getan hätte. Per Skype funktionierte das heutzutage ganz gut 😊. Wenn man Glück hat, kann man auch versuchen über die JuWo oder die WoKo ein subventioniertes WG-Zimmer zu bekommen – diese sind allerdings sehr beliebt!

Erfahrungsbericht Auslandsjahr Physiotherapie in Winterthur, Zürich und St. Gallen

Februar 2016 bis Dezember 2016

ZHAW Winterthur, Stadtspital Triemli in Zürich und Kantonsspital St. Gallen, Schweiz

Studentin Bachelor Physiotherapie, Hochschule Osnabrück, 3./4. Studienjahr

Mein Auslandsjahr in der Schweiz

Wieso für die ZHAW entscheiden? Im Rahmen meines Studiums hatte ich die Auswahl zwischen Irland, Australien und der Schweiz. Zunächst hatte ich mich für die Schweiz entschieden, da mein Englisch nie sonderlich gut war, außerdem war die Schweiz das einzige Land, das neben dem Schulsemester auch ein Praktikum anbot. Doch erst während des Austausches fand ich heraus, warum es sich wegen so viel mehr Gründe lohnt, die Schweiz zu wählen. Nun nach dem Austausch habe ich die Entscheidung keine Minute bereut und würde immer wieder so wählen.

Aber zuerst ein paar formelle, organisatorische Dinge. Die Organisation lief teils gut teils weniger gut ab. Deutschland gilt schon als Land der großen Bürokratie, doch die Schweiz übertrifft dieses noch einmal um Längen. Vor Antritt des Studiums gab es sehr viele Formulare auszufüllen und Impfnachweise einzureichen. Die Kommunikation war von Seiten der ZHAW zwar bemüht, wenn auch nicht immer ganz einfach, da einige Missverständnisse auftraten. Nach einem klärenden Telefongespräch war jedoch direkt Sympathie vorhanden und ich konnte spüren, wie bemüht die ZHAW ist, mich in der Organisation bezüglich Wohnraum und Anreise zu unterstützen. Mein Tipp an alle Studierenden: Macht euch eine Liste mit allen Anforderungen und fragt konkret nach, wann was abgegeben werden muss und stellt direkte Fragen zu den Dingen, die ihr nicht versteht. Dann wird euch auch auf bestem Wege geholfen.

Die Praktikumsorte wurden von der Hochschule organisiert, die Verträge werden von den Spitälern selbst versendet und können daher auch zu unterschiedlichen Zeiten versendet werden. Von dem einen Spital habe ich den Vertrag beispielsweise mehr als 6 Monate vorher gesendet bekommen, von dem anderen erst ca. zwei Monate vor Beginn des Praktikums.

Kommen wir doch nun zu dem eigentlich spannenden Teil des Austausches. Die interkulturellen Erfahren, im Privaten wie auch im Berufsalltag. Es bietet sich an, in eine etwas größere WG in Winterthur oder Zürich zu ziehen, da man auf diesem Wege die meisten Bekanntschaften und Freunde gewinnen kann. Ich hatte ein tolles Jahr und habe

sehr viele Freunde gemacht, viel erlebt und jeden freien Tag genutzt, um das Land und auch die Menschen kennenzulernen. Dieses Land bietet so viele Möglichkeiten, dem doch zum Teil recht stressigen Uni- oder Berufsalltag zu entfliehen. Nach einem Arbeitstag noch ein paar Runden im Zürichsee mit Blick auf die Berge genießen zu können, lässt alle Kummer und Sorgen verschwinden.



Das Semester in der Universität war vom Lernaufwand durchaus machbar, es wurde besonders zum Schluss doch etwas stressig, aber mit der richtigen Organisation lief es reibungslos. Von dem Praktikumssemester bin ich begeistert. Ich hatte das Gefühl, dass die Spitäler wirklich daran interessiert sind, dass man etwas lernt und nicht einfach eine weitere Arbeitskraft darstellt. So konnte ich sehr viel lernen und habe viele gute Erfahrungen gemacht.

Ich kann jedem einen Austausch empfehlen, der Wert auf eine gute Ausbildung legt, offen ist und auch keine Scheu davor hat, die Menschen aktiv kennenlernen zu wollen. Denn das Wort «aktiv» wähle ich hier bewusst. Erwarte nicht, dass die Menschen (besonders in der Uni) auf dich zugehen, sondern suche aktiv Gespräche und sei interessiert und offenherzig.

