

Field Report Summer School Japan

July 2015, 2 weeks

Saitama Prefectural University, Tokyo, Japan

Student Bachelor Nursing, between 1st and 2nd year of study

SPU Summer School 2015

I am very interested in different cultures and Japan is known as a country with a very different culture compared to Switzerland. I wanted to know and self-experience the difference, so I registered to attend this Summer School Program at SPU in Japan.



Class together with students from Hong Kong

There, I learned a lot about the nursing education system in Japan and at SPU, about the main problems which confront Japan and how they want to overcome these problems.

The nursing education system has differences to Switzerland. For example, the time of studying in Japan is 4 years while in Switzerland we only have 3 years (with a vocational health background). Or the profession of public health nurse does not exist in Switzerland. In Switzerland, the field of work of a public health nurse is performed by a medical doctor, but a change in the law, that decides that, is in

progress. At SPU there is a focus on interprofessional education and work. They do not only have the same lectures as in Switzerland, at SPU they also have some fieldwork together. At SPU there are nurses, midwives, occupational therapists and physiotherapists. Also the occupational field of oral hygiene with dental hygienist is represented and part of education.

I saw that the main problems in Japan are almost the same as in Switzerland. Like in Switzerland, the rate of older people compared to younger people is rising. This results in higher costs in medication and healthcare. This is paid mainly through insurance which is paid through the government (taxes) and the insurance fee which is mainly paid through the younger people. So the problem is, that the smaller group of young people have to pay for the bigger



At the Soya Sauce Factory

group of older people. Another problem of the rising number of older people is that there have to be more caregivers, too. But there aren't. In addition, diseases that are connected to rising age are such as, cognitive-, psychological- or physiological related diseases, cancer and degeneration were also discussed. In Switzerland, cardiovascular disease is also a big problem, less in Japan. So, I learned about cancer rehabilitation, cognitive rehabilitation also with assistive technologies, prevention of depression which leads to suicide and general (primary) prevention and rehabilitation for a healthier life.



Eating in a Japanese Restaurant

During the time at SPU Summer School, I had the opportunity to live in an awesome homestay. Family Mori, which is a big family compared to my family, consists of the grandparents (the parents of my host mother), Yasuhiko and Kazue; the parents, Kenichiro and Shiori; the aunt (Shiori's sister), Yuri and the kids, Yuchi, Yukari and Yumeka. The parents and the kids live together and the others are not far away. I had a great time with them! I experienced every day something new and delicious to eat, they took me to different places such as the Soya Sauce Factory where I got 6 bottles of Soya sauce and experienced one of the best ice cream with soya sauce flavor, the Japanese Gardens where I was wearing a yukata, shopping at the big AEON shopping mall, Honjo Life Safety Learning Centre where I experienced an earthquake of level 6 and 7, to the Skytree tower and the Sensaj-Temple. They also took me to the shrine of the deceased brother of Shiori and Yuri. He died after he had a bad birth at the age of five. I was really impressed and honoured, because I think it is something very personal they shared with me and that's not something you can take for granted.

SPU Summer School was a great opportunity to see how different, but also how similar different cultures are. Before I came to Japan I expected a lot of differences, but I experienced many similarities. Of course there are differences, but I thought the differences are huge so that you can't even compare it. The most interesting parts was what I didn't know or what was different to Switzerland: Inter-professional education/work with practical work in the field in interprofessional groups, cognitive rehabilitation and assistive technologies such as the use of robots or sound systems with personalized music, community-based rehabilitation for older people including exercise and education groups for a healthier life and oral hygiene in Japan which is more important than in Switzerland. Also the parts where you could learn and do something: Physiotherapy for older people. I improved a lot from the discussions with the nurses and undergraduate nursing students and the fieldwork at Soka Municipal Hospital,



At Soka Municipal Hospital

because I could see and ask about the work of a nurse. I saw that the goal of the nurse is to provide a good environment for the patient's well-being.

It was a short time to experience the culture and the nursing system of Japan. The most important thing I learned was that in Japan the emphasis is on the patient's well-being. I hope I can bring that caring about the patients into my work. In Switzerland, the goals of the patients are mostly made by the nurse. So the patient has to do what the nurse wants. In Japan it is different. The goal of the patient is made by the nurse AND the patient. At school we learn this way but in practice it looks often very different. I hope I manage to bring that also into practice.



Field Report Summer School Saitama

July 2015, 2 weeks

Saitama Prefectural University, Japan

Student Bachelor Nursing, between 2nd and 3rd year of study

This summer I had the opportunity to attend the Summer School of Saitama Prefectural University. Thanks to this Summer School I experienced many different faces of Japan and developed some of my professional and personal skills.



Why I applied

Last fall we received an e-mail from the international relations manager at ZHAW. She promoted a Japanese Summer School. At this time I just started the 2nd grade which is really demanding as the students have to pass several exams and write essays at the same time. So the offer to be a part of that Summer School was a surprise and change for me. After deliberation and speaking to my friends, I decided to apply. As Japan is a well-developed country quite far away from Switzerland, I thought I could get very interesting insights into another country's health care system and its educational system. Furthermore I liked the idea to live in a Japanese host family to get a real feeling of the Japanese way of living. Another reason why I applied to the Summer School was to get

in touch with nursing students from other countries. In fact I also wanted to open my mind for foreign cultures in combination with my future profession. In my opinion, a good nurse should always be open for different cultures, different ways of living and different ways to reach her professional aims. That's why being a part of this Summer School seemed a perfect opportunity for me to develop my professional and personal skills.

What I learned

I learned lots of different things while attending the SPU Summer School. Health system related subjects, specific skills, nursing in Japan and in Hongkong, working fields for Japanese nurses, Japanese demography, older people's needs and many other things. While trying to understand the mentioned subjects, I compared with Switzerland. I learned how nurses in a Japanese hospital work, even though it was rather difficult to get all the information because of the language difference. The most impressive fact was the calm atmosphere in the ward. It showed me that a hospital also performs well if the staffs are not in such a hurry. So I will try to adopt the calm and professional attitude of the Japanese nurses. In this regard I also learned that calm and cherishing atmosphere can also exist in a stressful context. This stressful atmosphere must not be recognized by the patient. A nurse can also treat her patient extremely cherishing but work effectively the same moment.



The Japanese care I observed also gives the patients a large amount of independence. They have some fixed appointments with the nurses during a day. At eleven o'clock in the morning the daily blood pressure and weight measuring takes place. Then every independent patient comes to the ward office instead of the nurse coming to the patients' room as it is usual in Swiss hospitals. That showed me that giving the patient the strength to be independent is an important factor in his healing process.

My cultural experiences through my home stay

My host family gave me a warm welcome. Even though the communication was quite difficult because my host parent's English skills and my Japanese skills are really poor, we could understand each other by using alternative methods. Thankfully my host sister's English was really good and that helped us a lot to communicate. During my stay at the host family I got an impression of the Japanese way of living. I could enjoy delicious Japanese food, sleeping on a tatami mat and a futon and experience the incredible Japanese summer heat. My host family included me in several activities such as summer festivals, wearing yukatas or showing me the cultural heritages in Nikko. Another confusing thing for me was the left-hand traffic which I experienced while riding the bike. Altogether I enjoyed a great time with my host family who treated me like a true family member.

Feedback

The SPU Summer School 2015 was a successful time in Japan for me. I really enjoyed my visit at SOKA hospital where I was on a ward with a Hongkong student. Through comparing our observations and sharing the habits from our different countries, I could benefit even more. The three days off in the middle of the Summer School were also excellent to spend some time with our host families and to do some sightseeing. The farewell party with our host families was a highlight of the SPU Summer School.

What I need for my future professional career

To be an excellent nurse many qualities and skills are required; a professional attitude towards the patient which includes empathy, cultural, gender and ethical understanding. Furthermore knowledge of physiology and pathophysiology of the human body are fundamental. Technical skills, recognition of symptoms, knowledge of interventions as well as the creation of realistic aims are required. These qualities are basics for a nurse on every ward. In my future professional career I would like to have challenging situations which require rational and objective thinking as well as calmness and the interaction with the patients in a qualified team. By attending the SPU Summer School 2015 I have already widened my cultural understanding and improved my personal skills while getting along in a foreign culture. Those are skills I will need each and every day in my nursing career.



Erfahrungsbericht Summer School Saitama

Juli 2015, 2 Wochen

Saitama Prefectural University, Japan

Studentin Bachelor Pflege, zwischen 3. und 4. Studienjahr

Erfahrungsbericht von einer halben Weltreise ins Land der aufgehenden Sonne mit schwülen Temperaturen, herzlichen Leuten und feinen Menüs....

Im Jahr 2015 bekamen die Schweizer Studenten des Departements Gesundheit der ZHAW erstmalig die Gelegenheit, eine zweiwöchige Summer School in Japan besuchen zu dürfen. Drei Studierende ergriffen die Chance und nahmen eine halbe Weltreise pro Weg in Kauf, um in eine vollkommen andere Kultur einzutauchen.

Neben einzelnen japanischen Worten und Silben schreiben, lernte ich während den zehn Tagen bei meiner Hostfamily die japanische Kultur und die Essgewohnheiten der Japaner kennen und schätzen. Ich habe viel im Umgang mit japanischen Personen und über die Wirkung meiner Kommunikation gelernt. Auch kann ich nun viel besser mit dem Dictionnaire umgehen oder mich mit Händen und Füßen ausdrücken oder auch das Ausgedrückte verstehen. Im Spital-Setting habe ich eine Arbeitsteilung erlebt wie ich sie noch nie sah. Im Soka Municipal Hospital hatte jede Person eine Aufgabe, welche im Gesamtpaket eine unglaubliche Ruhe und Entspannung auf der Station ermöglichte. Im Gegensatz zur Schweiz steht definitiv der Patient (in der männlichen Schreibweise ist stets die weibliche inbegriffen) im Zentrum der Behandlung und nicht seine Krankheit.

In Saitama, einem Teil von Tokyo, ist das Leben ähnlich jenem in der Schweiz. Jeden Morgen gibt es gehetzte Pendler, die auf den Zug sprinten oder auf den nächsten Bus warten. Es hat jedoch definitiv viel mehr Fahrradfahrer als in der Schweiz. Da es in den Fahrradparkplätzen Personen hat, welche die Fahrräder näher zueinander stellen, damit mehr Fahrräder parkiert werden können, kommt es durchaus vor, dass man abends sein Fahrrad 20 Meter weiter rechts oder links findet.



Panoramabild des Fahrradbahnhofes an der Iwatsuke-Station, abends um 17.00 Uhr

Am Morgen und Abend sind die Züge wie die S-Bahn in der Schweiz gefüllt, jedoch hat man immer noch Platz darin. Der grosse Unterschied zwischen dem Pendeln in Japan und der Schweiz ist das Ein- und Aussteigen und gehen in den Bahnhöfen. Während in der Schweiz jeder irgendwo steht und geht, hat auf dem japanischen Perron jeder Zug eigene Perronabschnitte zum Einsteigen gekennzeichnet. Die Brücken und Treppen sind zudem so geteilt, dass jeweils eine Seite nach unten und die andere Seite zum Hochgehen sind. Es geht wesentlich schneller voran als in der Schweiz.

Für mich wirkt das Leben in Japan einseitiger. Viele Japaner arbeiten von frühmorgens bis spätabends und haben wenig Zeit für Familie oder Hobbys. Auf den Strassen sieht man in Saitama wenig bis gar keine Sportler. Viele machen kein Fitness und wenn dann in Sportvereinen oder Teams. Eine zweite Freizeitbeschäftigung der Japaner ist das Glücksspiel in sogenannten Pachinkos (Spielhallen). Allein auf meinem täglichen Schulweg bin ich an drei Pachinkos vorbeigekommen.



Wasserfall bei Nikko mit Muriel und meiner Gastmutter



Feuerwerk in Saitama

In Japan beginnt der Tag früher und endet auch später als in der Schweiz. Dadurch,

dass viele Japaner mehr als einen Beruf haben, leben sie weniger zu Hause und sind viel mehr ausser Haus. Sie essen nie währendem sie gehen, sondern nehmen sich die Zeit und setzen sich hin. Zudem nehmen viele ihr Essen von zu Hause mit und in den Kantinen wird frisch gekocht.

Während unserer Freitage oder an den Abenden wurden wir einzeln oder auch zusammen ausgeführt und in die lokalen Bräuche eingeführt. Im Sommer sind vor allem Feuerwerksfeste häufig oder auch Laternenfeste. So strömen an einem gewöhnlichen Donnerstagabend

hunderte, wenn nicht tausende in Yukata (traditionelle festliche Kleidung) gekleidete Frauen und Männer in einen Stadtteil und bewunderten üppige Feuerwerke oder Laternenketten.

Da sich einzelne Gastfamilien kannten, wurden einige Ausflüge zusammen unternommen, wie der Besuch des Weltkulturerbes von Nikko. Eine riesige Grabanlage zu Ehren eines Kaisers, der eine ganze Stadt errichten liess. Unvergessliche Eindrücke und Erlebnisse, die uns für immer bleiben werden.

Im Soka Municipal Hospital ist die Arbeit während den Schichten strikt aufgeteilt. Während Pflegeassistentinnen bereits vor dem Frühstück warme Tücher und frische Schlafanzüge (bestehend aus Oberteil und Hose) verteilen, kümmert sich eine diplomierte um das Verabreichen von Infusionen und zwei andere diplomierte um das Richten der Medikamente. Das Verabreichen der Medikamente benötigt viel mehr Zeit als in der Schweiz.



Gruppenbild im Soka Municipal Hospital

In Japan hat jeder Patient am Bett einen Strichcode, jedes Medikament hat ebenfalls einen Strichcode und auch jeder Mitarbeitende hat einen Code. Bereits beim Richten der Medikamente werden diese Codes zur Kontrolle benutzt. Auch beim Patienten wird damit alles auf seine Korrektheit geprüft, es benötigt allerdings viel mehr Zeit zur Kontrolle als in der Schweiz.

Durch die Arbeitsteilung ergibt sich auf der Abteilung eine Ruhe wie ich sie noch auf keiner Schweizer Abteilung im Spital erlebt habe. Im Zentrum der Behandlung steht der Patient, nicht seine Krankheit. Es soll dem Patient wohl sein, so dass er in Ruhe und entspannter Stimmung genesen kann.

In diesem Spital gibt es ein Pflegebad, welches von Pflegeassistenten betreut wird. Diese holen die Patienten auf der Abteilung ab und bringen sie wieder zurück. In der Schweiz gibt es nur noch vereinzelt Badewannen in Spitälern, aufgrund von hygienischen Aspekten. In Japan gehört das Baden allerdings zum Alltag und entspannt die Patienten sichtlich.

Ein weiterer Unterschied zur Schweiz ist der Gebrauch von Händedesinfektionsmittel. Vor jedem Zimmer hat es einen Desinfektionsmittelspender, benutzt wird der jedoch eher selten. In der Schweiz werden vor und nach jedem Patientenkontakt die Hände desinfiziert, in Japan wird dies nicht durchgeführt, auch nicht vor und nach Betreten eines Viererzimmers.



Alle Summer School Studenten mit ihren Gastfamilien

Die Summer School fand mit 6 weiteren Studenten statt, die aus Hongkong kamen. Während den Vorlesungen tauschten wir uns über viele gesundheitsspezifische Themen aus oder lernten diverse spannende Themen kennen, die nicht nur in Japan aktuell sind. Nicht nur in der Schweiz gibt es Diskussionen über den Einsatz von Robotern. In Japan wie auch in Hongkong oder der Schweiz werden Roboter bereits eingesetzt, wenn auch unterschiedlich ausgeprägt und häufig.

Gemeinsam wurden wir in die Kunst der Massage in der Physiotherapie von Japan eingeführt und lernten Tageskliniken für demenzkranke Menschen in Japan kennen. Zwischen diesen Vorlesungen kamen wir mit unseren Mitstudenten ins Gespräch und tauschten uns über das Leben in der Schweiz und in Hongkong aus. Es sind einige Unterschiede festgestellt worden, sowohl über die Lebenskosten als auch über die Lebensgewohnheiten.

In der SPU hängen zudem noch einige Plakate, welche die Winter School 2015 in der ZHAW Schweiz vorstellen. Es ist witzig, auf der anderen Seite der Welt zu sein und ein bekanntes Bild der eigenen Hochschule zu sehen.

Nach weniger als 10 Schultagen in Japan hätte ich gerne noch länger in diesem interkulturellen Setting studiert und gelernt.

Das Fazit der Summer School 2015 in Japan ist definitiv positiv. Nebst teilweiser sprachlicher Barriere zwischen der Gastfamilie und einzelnen Dozierenden ist der Lerneffekt aus diesen Tagen unglaublich gross. Ich verstehe nun einen kleinen Teil der japanischen Kultur und Sprache und kann sogar ein wenig japanisch schreiben. Im umgekehrten versteht die Gastfamilie besser Englisch und hat einiges über die Schweizer Kultur und das Leben in der Schweiz gelernt. Auch kann ich nun viel besser mit einem Dictionnaire umgehen☺

Von aussen definitiv als Ausländer ersichtlich, konnten wir durch die Aufnahme in einer japanischen Gastfamilie die japanische Kultur direkt kennenlernen und wurden auch nicht geschont, wenn es darum ging Neues zu entdecken.

Nicht nur die schulischen und praktischen Erfahrungen kann mir nun keiner mehr aus meinem Erfahrungsrucksack nehmen, auch das Erlebte mit den Gastfamilien ist von unschätzbarem Wert. Für meine berufliche Praxis möchte ich vor allem die Ruhe und das Behandeln des Menschen, nicht nur seiner Krankheit, mitnehmen und einsetzen. Gegenüber dem Einsatz von Technologien in der Praxis bin ich nun weniger skeptisch eingestellt, wenn der Einsatz adäquat und gut durchdacht ist.

Nach der Summer School würde ich diese jeder und jedem weiter empfehlen. Diese einzigartige Chance, trotz finanziellem Aufwand, ist unbezahlbar. Die lange Reise, ungewohnte Temperaturen, verschiedene Kulturen und ganz anderes Essen sind es definitiv Wert, die lange Reise anzutreten und in die japanische Kultur einzutauchen.

Als letztes möchte ich jedem Danken, der dieses Erlebnis ermöglicht hat. Speziellen Dank geht an Motoko Amanoya, meine Gastmutter, die mir sogar einen Geburtstagskuchen gebacken hat und auch sonst sehr um mein Wohlergehen besorgt war!



Anflug über Reisfelder auf den Narita Airport



Kuchen aus Matcha und Azuki-Bohnen