

Meine Zeit in der Schweiz



Kurz zu meiner Person: mein Name ist Sarah Konikowski, ich bin 22 Jahre alt und befinde mich im 3. Ausbildungsjahr zur Pflegefachfrau. Ich besuche die ev. Pflegeakademie „Hasensprungmühle“ in Remscheid. Im Zuge meines Wunscheinsatzes, gab es die Möglichkeit am Erasmus+ Projekt teilzunehmen und ein Auslandspraktikum von 4-6 Wochen zu absolvieren. Ich habe die Chance sofort genutzt und mich in verschiedenen Ländern beworben (darunter Norwegen, Schweden, Finnland, Island, die Niederlande, Österreich und die Schweiz). Schließlich erhielt ich eine Zusage für einen Praktikumsplatz im Pflegeheim „Abendfrieden, Wohnen und Pflege“ (Kreuzlingen), welches sich direkt in Bodensee-Nähe befindet.



Der Abendfrieden:

Meine gesamte Praktikumsplanung wurde durch eine Bildungsbeauftragte des Pflegeheims organisiert. Diese empfing mich auch sehr herzlich am 1. Einsatztag, führte mit mir ein Erstgespräch und zeigte mir das Haus. Außerdem erhielt ich Ausflugsempfehlungen für meine freie Zeit und das Angebot mich jederzeit auch bei privaten Belangen bei ihr zu melden. Hierdurch habe ich mich in den sechs Wochen wirklich sehr wohl und nicht allein fühlen können. Gearbeitet habe ich unter der Woche, an den Wochenenden hatte ich zuvorkommender Weise frei. Grundsätzlich arbeitet man hier im Tätigkeitsfeld der Pflege bis zu sechs Tage am Stück und dafür neun Stunden täglich. Meine ersten beiden Wochen verbrachte ich auf einem Wohnbereich mit Menschen unterschiedlicher Diagnosen. Hier befanden sich ca. 16 Bewohner mit körperlichen Behinderungen, Demenzerkrankte, bettlägrige und mobile Bewohner. Anschließend durchlief ich eine Spezialwoche, in welcher ich jeden Tag jeweils in unterschiedlichen Berufsfeldern Einblicke erhalten konnte. Hierunter fielen die hausinterne Physiotherapie, (stellvertretende) Pflegedienstleitung, das Sekretariat, Aktivierungstherapie, Geschäftsführung, Rechnungswesen und die

hauseigene Apotheke. Dies war sehr interessant für mich, da ich so Berufsfelder innerhalb des Pflegeheims aus einer neuen Perspektive sehen konnte. Die darauffolgenden drei Wochen verbrachte ich auf einem geschützten Wohnbereich, auf dem 14 Menschen mit einer fortgeschrittenen Demenz leben. Der Bereich verfügt über eine Terrasse und Garten und bietet den Bewohnern eine intensive und individuelle Betreuung. Das Personal war insgesamt sehr freundlich, offen, zugewandt und hilfsbereit mir gegenüber. Ich habe mich angenommen und wertgeschätzt gefühlt.

Sprachliche Hürden:

Anfangs war es sehr schwer für mich das Schweizerdeutsch zu verstehen. Meine Kollegen waren diesbezüglich jedoch sehr verständnisvoll und in der Lage Hochdeutsch zu sprechen, da dies in den Schweizer Schulen gelehrt wird. Mit der Zeit konnte ich das Schweizerdeutsch allerdings immer besser verstehen. Bezüglich der Kommunikation mit Bewohnern traten vereinzelt Verständnisprobleme auf, besonders, wenn diese demenz waren. Hierbei traf ich aber auch auf Verständnis und fragte nach, wenn ich etwas nicht verstand.

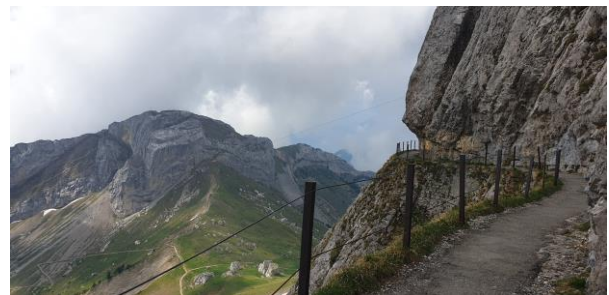
Meine Unterkunft:

Mit meiner Zusage für den Auslandseinsatz im Abendfrieden erhielt ich auch ein Angebot, in einem Zimmer der zugehörigen Villa (hier befindet sich die Administration) unterzukommen. Allerdings bat sich mir so nicht die Möglichkeit Wäsche zu waschen und mir war dies persönlich auch zu nah an der Arbeit.

Ich buchte mir eine Unterkunft über Airbnb, ca. Autominuten vom Abendfrieden entfernt. Da ich mit meinem eigenen Auto anreiste, konnte ich so schnell zur Arbeit gelangen. Das Zimmer befand sich über einem Restaurant und beinhaltete ein Schlafzimmer, Bad und eine Gemeinschaftsküche, welche ich mir mit drei weiteren Besuchern teilte. Die Besitzer waren sehr freundlich und boten mir ein Fahrrad an, welches ich über den gesamten Zeitraum verwenden durfte.

Freizeitgestaltung:

In meiner freien Zeit habe ich versucht so viel von der Schweiz zu sehen zu bekommen, wie es mir möglich war. Ich habe fast täglich Zeit am Bodensee verbracht. Mit dem Fahrrad war dieser nur zwei Minuten von der Unterkunft aus entfernt. Hier bin ich nach der Arbeit bei warmem Wetter auch schwimmen gegangen. An Wochenenden habe ich größere Ausflüge unternommen und habe mir Konstanz angeschaut, verschiedene Bodenseeeinseln erkundet (Reichenau, Mainau, Lindau), einen Ausflug zum atemberaubenden Rheinfall unternommen und mir weitere Städte, wie Luzern und St. Gallen angesehen. Außerdem bin ich das erste Mal zusammen mit meiner Schwester in den Bergen gewandert. Wir haben den „Hohen Kasten“ erklommen. Ein anderes Mal bin ich allein zum Seealpsee gewandert und bin mit einer Gondel auf den Pilatus gefahren. Ich habe es überraschenderweise sehr genossen auch allein Dinge zu unternehmen und bin insgesamt auch stolz auf mich, dass ich mich getraut habe für sechs Wochen völlig allein in ein fremdes Land zu reisen. Durch die Erfahrungen, die ich dort gemacht habe bin ich auf jeden Fall gewachsen in meiner Persönlichkeit. Ich würde es jederzeit wieder tun und kann es sehr weiterempfehlen.





Zukünftigen Praktikanten würde ich empfehlen, sich im Vorhinein über Möglichkeiten der Internetnutzung in der Schweiz schlau zu machen - es gibt Mobilfunkleister, welche Flatrates speziell für die Schweiz anbieten. Darüber hinaus habe ich Offlinekarten über Google Maps zur Orientierung verwendet. Ich bin sehr dankbar, dass ich durch Erasmus+ Arbeitserfahrungen in der Schweiz sammeln und so viele tolle Erfahrungen machen durfte, die mich bestärkt haben.

