

Freiwilliges Auslandspraktikum in Seoul, Südkorea

Zurzeit bin ich Masterstudentin des Studiengangs Public Health mit dem Schwerpunkt Gesundheitsförderung und Prävention. Während des Masterstudiums habe ich mir vorgenommen, ein zehnwöchiges Auslandspraktikum in Seoul, Südkorea zu absolvieren. Ich habe mich für das Land Südkorea entschieden, da mich vor allem die Sprache, die Kultur und im Allgemeinen das Land sehr interessiert. Auch aus der Public Health Sicht habe ich mich für Südkorea interessiert. Die pflegerische Versorgung der älteren Bevölkerung gewinnt immer mehr an Aufmerksamkeit in Südkorea, denn die Anzahl der älteren Bevölkerung steigt rasant an und die damit verbundene Zunahme der Pflegebedürftigen älteren Menschen in Südkorea stellt eine große Herausforderung dar. Das bedeutet, im Vergleich zu Deutschland ist auch Südkorea heute mit den gleichen Problemen konfrontiert. Somit war meine Intention mein Horizont vor allem bezüglich des International Health bzw. „Global Health“ zu erweitern. Nach Abschluss des Praktikums war mein Ziel umfangreiche Informationen über das südkoreanische Gesundheitssystem zu gewinnen, die ich sowohl aus dem theoretischen Wissen als auch durch meine Eindrücke sowie Rückmeldungen von dort lebenden Personen gewonnen habe. Zusätzlich habe ich versucht viele internationale Kontakte zu knüpfen und meine internationalen Kompetenzen zu stärken, welche in meinem zukünftigen Berufsleben von Vorteil sein wird. Darüber hinaus haben mich als Gesundheitswissenschaftlerin die kulturelle Heilmethoden und deren Subventionen sowie die dazugehörigen Maßnahmen aus Südkorea interessiert. Mit diesen Vorstellungen und Zielsetzungen habe ich für mein freiwilliges Auslandspraktikum vorbereitet.

Vorbereitungen

Ich habe mich bereits in den vergangenen Semestern mit der koreanischen Sprache und Kultur auseinandergesetzt und durch drei Koreanisch-Kurse auch das A2-Sprachlevel erreicht. Dies war einer der Gründe, weshalb ich mein freiwilliges Auslandspraktikum in Südkorea absolvieren wollte. Durch die Gespräche mit den Professoren in meinem Fachbereich und mit dem Praxisbüro wurden mir alle Türen für Südkorea geöffnet. Denn ich habe von Professoren aus meinem Fachbereich erfahren, dass wir einen Gastdozenten aus Seoul (Hauptstadt von Südkorea) hatten. Somit hatte ich einen direkten Ansprechpartner in Südkorea. Die Universität Bremen

ermöglicht einen schnellen Zugang ins Ausland und somit auch die Träume zu verwirklichen. Hierbei ist es entscheidend nicht aufzugeben und direkt mit Professoren des eigenen Fachbereichs in Verbindung zu treten und sich auszutauschen. Gemeinsam mit einem Professor aus meinem Fachbereich haben wir an den Professor aus Seoul eine Mail über meine Absicht und mein Vorhaben geschrieben. Glücklicherweise hat sich alles positiv entwickelt und ich habe für die gesamten Vorbereitungen mit dem Dozenten aus Seoul kommuniziert. Die Vorbereitungen für mein Auslandspraktikum haben somit sehr früh schon im November des vorherigen Jahres stattgefunden.

Parallel dazu habe ich einen Reisepass beantragt und eine Kreditkarte freigeschaltet, damit ich im Ausland mit der Karte problemlos einkaufen konnte. Erwähnenswert ist es, dass Südkorea ein teures Land ist, wenn es um Lebensmittel oder Unterkunft geht. Daher ist es sinnvoll sich für Stipendien auch rechtzeitig zu bewerben. Auch bei der Beratung ist die Universität Bremen eine große Hilfe.

Formalitäten im Gastland

Die Vorbereitungen haben schon vor circa 10 Monaten vor Antritt der Reise begonnen. Da ich mit den Vorbereitungen schon früher angefangen habe, hatte ich keinen Zeitdruck, um die notwendigen Formulare rechtzeitig auszufüllen und somit die bürokratische Arbeit fertigzustellen. Der Dozent aus Seoul hat mir auf meinem Weg große Unterstützung geleistet. Die Bezahlung des Gästezimmers erfolgte nach Antritt ins Land. Ich bin in einem Gasthaus der University of Seoul (UOS) untergebracht worden.

Allgemeine Informationen zur Partnerhochschule

Mein Flug hat mit einem Zwischenstopp in Istanbul Atatürk Airport, Türkei insgesamt 15 Stunden gedauert. Der Flug war, trotz des langen Weges, ganz angenehm. Mein Praktikum habe ich in der University of Seoul (UOS) absolviert. In der ersten Woche habe ich mit dem Professor mein Wochenplan besprochen. Mir wurde alles ausführlich erklärt wie mein Praktikum ablaufen wird und wen ich immer als Ansprechpartner/in haben werde. Darüber hinaus wurde mir die Universität Seoul vorgestellt.

In der ersten Woche war alles ganz neu für mich und mir ist zunächst das Verhalten der Menschen gegenüber den älteren Menschen besonders aufgefallen. Hier ist

Respekt und Vernunft ein großes Thema gegenüber den älteren Menschen. Wenn zum Beispiel ein/e Student/in einen älteren Menschen ansprechen möchte, bückt er/sie sich vor ihr mit ihren Oberkörper leicht nach vorne. Wenn das Gespräch vorbei ist wird dies wiederholt. Ich hatte daher Angst, dass ich mich gegenüber anderen falsch verhalte. Nach einer Weile habe ich aber diese Art der Begrüßung angeeignet und dies immer durchgeführt.

Tätigkeiten

Meine Aufgaben während des Praktikums waren unterschiedlich. Der Professor aus Seoul hatte mir für jede Woche ein Plan mit Aufgaben erstellt. Jede Woche habe ich verschiedene Einrichtungen wie Krankenhäuser und Pflegeheime in verschiedenen Orten von Seoul hospitiert. Ich habe die Gelegenheit ergriffen Experten aus verschiedenen Abteilungen anzusprechen und Fragen wie zum Beispiel bezüglich der pflegerischen Versorgung der älteren Menschen in Südkorea zu fragen. Da auch die Experten leider nicht Englisch sprechen konnten, ist immer eine Studentin mit mir gekommen, um zu übersetzen. Darüber hinaus habe ich an verschiedenen Gesundheitskonferenzen in Seoul teilgenommen, wo ich ebenfalls viele internationale Kontakte knüpfen konnte. Außerdem habe ich die Gelegenheit ergriffen zwei stellvertretende Direktoren im Gesundheitsministerium kennenzulernen. Sie haben sich für mich Zeit genommen, sodass ich ein langes Gespräch mit ihnen hinsichtlich des Pflegeversicherungssystems und welche Veränderungen bei der pflegerischen Versorgung der älteren Menschen seit der Einführung der Pflegeversicherung gegeben haben, führen konnte. Südkorea hat bezüglich der Pflegeversicherung viele Systeme aus Deutschland in ihr eigenes Land transportiert und aufgebaut. Somit habe ich eine Kooperation von Südkorea und Deutschland im Gesundheitssystem näher kennengelernt. Dies hat mein Horizont erweitert und mich dazu bewegt meine zukünftige Berufsvorstellung zu verändern und klarer zu machen.

Da das Land teuer ist, habe ich zum größten Teil selber gekocht. Ich habe mir keine Simkarte geholt, da jeder in Südkorea überall in allen Cafés und Geschäften sowie Subway Zugang zum freien WLAN hat. Südkorea ist eine sehr lebendige Stadt. Daher war jeden Tag für mich ein neues Abenteuer. Die Hauptstadt Seoul ist sehr groß, sodass der Weg von A nach B mindestens eine Stunde dauerte. Aus dem Grund war der Tag schnell vorbei. Dies war für mich zunächst sehr anstrengend. Da das Land

auch hügelig ist gab es überall lange Treppen. Das Laufen wurde immer anstrengender und ich hatte mich schwer daran gewöhnt. Ich empfehle daher jedem sehr gute Sportschuhen zu tragen. Ich hatte Unglück mit meinem Schuhen, sodass ich mehrere Schuhe kaufen musste. Wer ein Student ist und in Seoul lebt, der hat immer große Wege zu Fuß zu laufen und dafür braucht man gesunde Füße. Dies war mein größtes Problem während meines Aufenthaltes in Südkorea.

Ich habe es geschafft die Stadt in vollen Zügen zu genießen und dabei viele tolle Fotos zu machen (siehe unten). Darüber hinaus habe ich viele internationale Freunde gewonnen, die mir ins Herz gewachsen sind. Die Verabschiedung von Freunden ist für mich daher unheimlich schwer gefallen.

Das koreanische Essen hat mich fasziniert. Ich würde das koreanische Essen an sich als "Kunstwerk" bezeichnen. Es erfordert so viel Zeit, Mühe und kunstvolle Fähigkeiten, um es vorzubereiten. Die koreanische Küche ist vielfältig.

Nach der Rückkehr musste ich mich zunächst die ersten Tage an die Zeitzone gewöhnen und ich habe realisiert wie stark und selbstbewusster ich mich fühlte. Ich habe festgestellt, dass ich mich verändert habe und durch meine Erfahrungen viel reifer wurde. Ich habe gespürt, dass ich nicht mehr die Alte bin und ich viel weiter in die Zukunft blicken kann. Ich mache klare und viel bewusster Schritte nach vorne in die Zukunft. Es ist alles möglich und ich empfehle daher raus zu gehen, um sich selbst neu zu entdecken.

Fotos

Gyeongbokgung Palast in Seoul

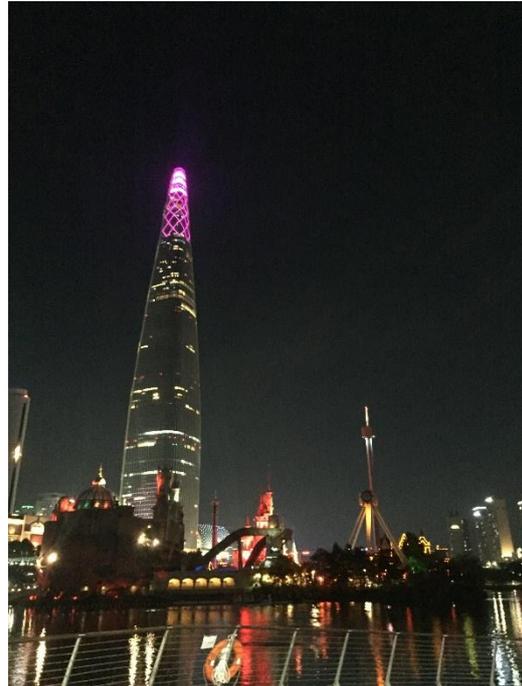




König Sejong



World Lotte Tower



War Memorial of Korea



Koreanische Küche

