

**Aufenthaltort: Auckland in Neuseeland**  
**Praktikum: Ko Awatea – Health System Innovation and Improvement**  
**Zeitraum: 09. März – 09. Juli 2020/ SoSe 2020**  
**Studienfach und Level: Public Health – Gesundheitswissenschaften (BA)**

### **Vor dem Praktikum:**

Nachdem ich bereits einige Monate vor meinem Studium in Südafrika verbracht habe, war für mich klar, dass ich gerne noch einmal einige Zeit im Ausland verbringen möchte. Der Studiengang Public Health – Gesundheitswissenschaften bietet vor allem im fünften Semester (Praxissemester) die Möglichkeit für ein Auslandspraktikum. Allerdings besteht auch die Option seine Bachelorarbeit im Ausland zu schreiben. Da ich schon eine Zusage von einem Unternehmen in Deutschland für ein Praxissemester bekommen habe, wollte ich dann meine Bachelorarbeit im Ausland schreiben. Mit Hilfe vom Career Center habe ich eine Bewerbung geschrieben, die den neuseeländischen Standards entsprachen. Die Bewerbung habe ich ungefähr an 20 Unternehmen/Organisationen in Neuseeland und Australien geschickt und habe eine Rückmeldung von zwei Organisationen bekommen. Als wichtig habe ich vor allem empfunden, dass eine E-Mail-Adresse mit einem spezifischen Ansprechpartner für die Bewerbung gefunden wurde und die Bewerbung nicht einfach an die Info-Mailadresse verschickt wurde. Nach den Skype Interviews habe ich mich dann für die Organisation Ko Awatea, die an dem Middlemore Krankenhaus in Auckland angegliedert ist, entschieden. Auf diese Organisation bin ich übrigens durch Praktikantinnen gekommen, die in den vergangenen Jahren schon einmal ein Praktikum in der Organisation absolviert haben. Ein Blick auf die Liste der vorherigen Praktika von Studenten von Frau Heitzhausen lohnt sich also.

Die Vorbereitungen für den Aufenthalt in Neuseeland liefen auch überwiegend reibungslos ab. Ich habe das Work & Holiday Visum beantragt, welches sich ganz einfach online erstellen lässt. Bei mir hat die Bestätigung für das Visum einige Zeit gedauert, da ich wegen meinem Aufenthalt in Südafrika eine Thorax Aufnahme von einem sogenannten Panel Arzt aus Berlin abgeben musste. Deswegen kann ich nur empfehlen, auch wenn der Prozess ansonsten schnell geht, ist es wichtig einige Zeit an Puffer einzuplanen für sowelche Ausnahmefälle.

Über das Career Center habe ich dann von dem PROMOS Stipendium erfahren, über das man sich aufgrund der Fristen und Bedingungen wirklich frühzeitig informieren sollte.

Außerdem habe ich mich um eine Auslandskrankenversicherung gekümmert und mein Handyvertrag in Deutschland pausiert, um Kosten zu sparen.

### **Praktikum:**

Meine Bachelorarbeit habe ich wie gesagt in der Organisation Ko Awatea geschrieben. Ko Awatea ist eine Organisation, die sich mit Health Innovation and Improvement auseinandersetzt und im Bezirk Counties Manukau in Auckland ansässig ist. Da ich mehr über die Arbeit in der Forschung erfahren wollte und bislang in diesem Bereich

noch keine praktischen Erfahrungen gesammelt habe, habe ich mich aus diesem Grund für diese Organisation entschieden. Ko Awatea ist an das Middlemore Krankenhaus in Auckland angegliedert und unterstützt das Krankenhaus mit Forschungsarbeit. Es liegt im Süden Aucklands. Ein Großteil der Bevölkerung dort stammt von den pazifischen Inseln oder gehört zu den Maaori, die Ureinwohner Neuseelands. Die Bevölkerung gehört zu einer der ärmsten in Neuseeland und diese Armut beeinflusst auch ihre Gesundheit. Aus diesem Grund beschäftigt sich Ko Awatea viel mit den Themen Gleichheit und Gerechtigkeit. Die Organisation unterstützt hierbei vor allem einzelne Personen und Personengruppen in Counties Manukau (Auckland). Ich war bei Ko Awatea in der Research and Evaluation Office eingesetzt. Die momentan gegenwärtige Covid-19 Situation war/ ist auch von großer Bedeutung für die Abteilung. Aus diesem Grund entschied ich mich in meiner Bachelorarbeit über die Auswirkungen von Covid-19 auf die Gesundheitsversorgung von Menschen mit Langzeiterkrankungen in Counties Manukau zu fokussieren. Im Anschluss habe ich mit der Organisation neue Strategien entwickeln, damit die Gesundheitsversorgung von Neuseeland und Counties Manukau auf den weiteren Ausbruch von Covid-19 und anderen Krisen in Zukunft gut vorbereitet ist.



Abbildung 1: Eingang Ko Awatea

Mein Team bestand aus 10 weiteren Mitarbeitern. Mein Vorgesetzter war gleichzeitig auch mein Zweitprüfer. Er war unter der Woche 2-3 Tage im Büro, an diesen Tagen hatte ich dann ein Meeting mit ihm, um meine Bachelorarbeit zu besprechen. Außerdem konnte ich aber auch alle anderen Arbeitskollegen bei Problemen durchgehend fragen. Ein gewöhnlicher Arbeitstag ging von 8.00 bis 15.30 Uhr für mich. Die Arbeitszeiten waren aber besonders für Studenten sehr flexibel, solange man seine Arbeit pünktlich abgegeben hat. Die Arbeitskultur in Neuseeland habe ich als sehr angenehm wahrgenommen, das Team hat mich total herzlich aufgenommen und unter der Woche gab es mehrere „Social Events“ wie gemeinsames Frühstück, After

Work Drinks oder ein gemeinsames Mittagsessen, bei denen ich die Arbeitskollegen näher kennenlernen konnte. Das Team von Ko Awatea war quasi meine neuseeländische Familie. Auch in der „Extremersituation“ aufgrund von Covid-19 in der Welt haben meine Arbeitskollegen während des Lockdowns täglich gefragt, wie es mir geht und ob alles in Ordnung ist. An der Organisation Ko Awatea begeistert mich besonders, dass an zahlreichen Projekten gearbeitet wird und die Organisation nach kontinuierlichem Fortschritt strebt. Das ermöglicht mir neben einem großen Einblick in die Arbeitsweise, auch einen professionellen und umfassenden Einblick in das Gesundheitssystem Neuseelands. Ein Praktikum in dieser Organisation kann ich wirklich nur empfehlen!

### **Unterkunft:**

In den ersten 4 Wochen meines Aufenthalts in Neuseeland habe ich mir eine Unterkunft über AirBnb gesucht. In dieser Zeit habe ich mir dann für mein restliches Praktikum ein Zimmer zur Untermiete gesucht. Ich habe mir ein Zimmer mit jemand anderem geteilt und habe pro Woche 180\$ gezahlt. Allgemein läuft in Neuseeland viel über die Facebook Gruppen. Ich persönlich kann empfehlen den Facebook Gruppen „Auckland Flats/ Houses Flatmates Rooms & Boarding Wanted to rent“, „Auckland Flatmates & Flats Wanted (AFW)“ und „Neuseeland Work and Travel – Backpacker“ beizutreten. Über diese Gruppen habe ich meine Wohnung gefunden und auch viele andere Praktikanten oder Backpacker mit denen ich Zeit verbracht habe. Auch für Nebenjobs gibt es in Auckland mehrere Facebook Gruppen.

### **Sonstiges:**

In Neuseeland ist mir besonders aufgefallen, dass die Menschen dort sehr nett und hilfsbereit sind! Bei allen Problemen oder Schwierigkeiten, die ich hatte, wurde mir sofort geholfen.



Abbildung 2: Skytower und Queen Street Auckland

Bei allen Problemen oder Schwierigkeiten, die ich hatte, wurde mir sofort geholfen.

Die öffentlichen Verkehrsmittel habe ich allerdings als ausbaufähig empfunden, ich habe mir direkt am Anfang von meinem Ersparnissen einen Campervan gekauft, den ich dann am Ende wiederverkauft habe. Mit dem Van bin ich auch innerhalb von Auckland von A nach B gekommen und unter anderem auch zur Arbeit. Allerdings konnte ich den Weg zur Arbeit auch mit dem Zug fahren, da ich direkt an einer Bahnstation in Glen Innes gewohnt habe und das Krankenhaus auch eine eigene Bahnstation hatte. Für mich war es mit dem Van allerdings billiger zur Arbeit zu kommen.

Auf jeden Fall sollte man bei einer Reise nach Neuseeland genügend Zeit für das Reisen mitbringen. Neuseeland hat landschaftlich so unglaublich viel zu bieten, dass es wie die Neuseeländer sagen ein „Crime“ ist, das Land zu verlassen ohne es sich angeschaut zu haben. Auf der Reise nach Neuseeland habe ich auch ein paar Tage in Singapur verbracht, weil ich nicht 22 Stunden am Stück im Flugzeug sitzen wollte. Auch einen Zwischenstopp kann ich nur empfehlen, wenn man schon einmal um die ganze Welt fliegt.

### **Fazit:**

Für mich war meine Auslandserfahrung in Neuseeland eine unglaublich große Bereicherung.

Ich habe mich in Neuseeland nicht nur beruflich, sondern auch persönlich sehr weiterentwickelt. Gerade von meinen Arbeitskollegen konnte ich soviel lernen, aber auch von kleinen Unterhaltungen mit netten Menschen, die man in Neuseeland wirklich an jeder Ecke trifft. Neuseeland ist ein sehr international aufgestelltes Land, das auch landschaftlich unglaublich viel zu bieten hat. Überall trifft man Menschen, die hier Au Pair machen oder durch das Land reisen - tolle Bekanntschaften und Freundschaften zu schließen ist wirklich einfach.

Ich kann jedem nur den Rat geben: Solltet ihr vor haben für ein Auslandssemester nach Neuseeland zu gehen, zögert nicht, ich bin mir sehr sicher ihr werdet eine sehr tolle Zeit haben.



*Abbildung 3: Muriwai Beach Nähe Auckland*