

Inhaltsverzeichnis

Motivation.....	1
Vorbereitung/Bewerbung.....	1
Formalitäten.....	1
Anreise.....	2
Unterkunft.....	2
Praktikum.....	3
Freizeit.....	4
Fazit.....	5

1 Motivation

Im Rahmen meines Bachelorstudiums Public Health an der Universität Bremen habe ich das vorgeschriebene Praktikum, im fünften Semester, an der University of Auckland in der Health System Section bzw. im Institut für Gesundheitssystemforschung, in Neuseeland, absolviert. Der Praktikumszeitraum erstreckte sich vom 03.10.2016 bis zum 14.01.2017. Da ich bereits während des Studiums internationale Berufserfahrung sammeln wollte, habe ich nach einer Praktikumsmöglichkeit im Ausland gesucht. Aufgrund einer dem Studium vorausgegangenen abgeschlossenen Ausbildung im medizinischen Bereich, konnte ich bereits praktische Erfahrungen in den letzten Jahren sammeln. Um allerdings Berufserfahrung international und im Bereich des wissenschaftlichen Arbeitens zu erlangen, erschien mir die Forschungsabteilung der University of Auckland als ein interessanter Praktikumsgeber.

2 Vorbereitung/Bewerbung

Bereits im Dezember, sprich neun Monate vor dem Auslandsaufenthalt, habe ich mit der Vorbereitungszeit angefangen. Der Bewerbungsprozess war geprägt von einem hohen Maß an organisatorischem Aufwand in Form von Initiativbewerbungen. Da es für mich der erste Auslandsaufenthalt war und ich daher keinerlei Erfahrungen mit englischen Bewerbungsformalitäten hatte, nahm ich die Beratung zur internationalen Praktika- und Stellensuche der Universität Bremen in Anspruch. Hierbei erhielt ich Unterstützung bei der Suche nach Praktika im Ausland, Finanzierungsmöglichkeiten sowie spezielle Hinweise zum Verfassen eines Lebenslaufes und Anschreiben auf Englisch. Von besonderer Relevanz war die Auswahl des Praktikums in einem englischsprachigen Land, um meine Englischkenntnisse zu verbessern. Deshalb habe ich den Fokus bei der Suche insbesondere auf Amerika, Australien und Neuseeland gelegt.

3 Formalitäten

Um die Kosten für ein Auslandspraktikum finanzieren zu können, habe ich verschiedene Fördermöglichkeiten in Anspruch genommen. Darunter zu nennen ist die finanzielle Unterstützung durch das Auslands-BAaföG und PROMOS-Stipendium vom DAAD (Deutscher akademischer Austauschdienst). Alle Informationen rund um Bewerbung und Antragstellung sind jeweils auf den Webseiten der Universität Bremen bzw. des Studentenwerks Frankfurt (Oder) (zuständig für die Förderung in den Ländern Ozeaniens, ohne Australien, und Afrikas) erhältlich. Des Weiteren empfiehlt sich für den Reisezeitraum eine Auslandsrankenversicherung abzuschließen. Die HanseMercur hat hierfür ein spezielles Angebot für Studenten, welche einen umfassenden Versicherungsschutz bietet.

Des Weiteren sollte man das Visum, das sogenannte Working Holiday Visum, am besten so früh wie möglich beantragen, spätestens einen Monat vor Abreise. Dieses kann ausschließlich online, auf der Webseite der neuseeländischen Immigrationsbehörde, beantragt werden. Die Kosten liegen derzeit bei ca. 130€ mit einer Bearbeitungszeit von ca. 14 Tagen. Darüber hinaus habe ich ein kostenloses Girokonto mit Kreditkarte bei der DKB eröffnet. Durch die Visa-Card wird eine kostenlose Geldabhebung weltweit ermöglicht, was sehr zu empfehlen ist in Neuseeland. Zusätzlich sollte man unbedingt an die Mitnahme eines internationalen Führerscheins denken, wenn man sich vor Ort mit dem Auto fortbewegen möchte.

4 Anreise

Den Flug nach Auckland habe ich im STA Travel Reisebüro in Bremen gebucht, da man hier Vergünstigungen als Student erhält durch entsprechenden Nachweis eines internationalen Studentenausweises von ISIC (International Student Identity Card). Diesen kann man online beantragen und bekommt ihn innerhalb weniger Tage zugesandt. Je nach Buchungszeit und Airline variieren die Preise, im Schnitt kann man aber mit 1000-1400 Euro rechnen. Ich bin mit Emirates über Dubai nach Auckland geflogen, Flugdauer insgesamt beträgt ca. 30h mit einem 4stündigen Aufenthalt in Dubai. Unter Berücksichtigung der Anpassung an die Zeitverschiebung (12h Sommerzeit, 10h Winterzeit) und Orientierung der Umgebung in Auckland, bin ich 1 ½ Wochen vor Praktikumsbeginn angereist. Vor Ort habe ich den Public Transport (AT Metro) genutzt, wodurch man sich innerhalb Aucklands mit Bus, Zug oder Fähre fortbewegen kann. Da die öffentlichen Verkehrsmittel in Auckland sowie in ganz Neuseeland nicht mit denen in Deutschland zu vergleichen sind, stellt ein Auto generell die bessere Alternative als Fortbewegungsmittel dar.

5 Unterkunft

Die Wohnungssuche lässt sich leichter von Neuseeland aus gestalten, weil die Vermieter einen eventuellen Mieter fast immer persönlich kennenlernen wollen. Da meine Freundin aus Bremen bereits als Au-Pair in Auckland gearbeitet hat, konnte ich die ersten sechs Wochen bei ihrer Gastfamilie, im Süden der Stadt in Onehunga, leben. Ich habe die Zeit bei der Gastfamilie genutzt, um selbst eine Wohngemeinschaft (WG) zu finden. Die wohl erfolgreichste Website ist www.trademe.co.nz, diese ist mit dem europäischen Ebay zu vergleichen. Eine andere Alternative ist die Unterkunft in einem Studentenwohnheim, für das man sich rechtzeitig bewerben muss. In WG's sind Mietverträge für den Bezug eines Zimmers eher unüblich. Es ist Standard, dass man 2- 3 Wochenmieten, die sogenannte Kaution, als Sicherheit bezahlt und die Miete wird dann wöchentlich abgerechnet. Die Preise liegen dabei in Auckland durchschnittlich zwischen 200-250 NZ \$/ pro

Woche. Kurzfristige Unterkünfte wie Hostels lassen sich außerhalb der Saison sehr leicht finden, während der Saisonzeit können diese schnell ausgebucht sein.

Nach sechs Wochen Zusammenleben mit einer Gastfamilie bin ich dann in eine Wohngemeinschaft nach Mt. Eden (Central Auckland) gezogen, welche ich über www.trademe.co.nz ausfindig machen konnte. Es ist nicht sonderlich schwer eine Unterkunft in Neuseeland zu finden, die Menschen dort sind sehr aufgeschlossen und hilfsbereit. Dementsprechend habe ich mich auch in der WG, mit drei weiteren Mitbewohnern, sehr schnell eingelebt.

6 Praktikum

Die University of Auckland wurde 1883 gegründet, ist Neuseelands größte Universität und befindet sich in Auckland. Sie besteht aus acht Fakultäten, die sich wiederum in unterschiedliche Fachabteilungen gliedern. Eine davon stellt die Population School of Health dar, dazugehöriges Institut ist die Health System Section, welches 2003 gegründet wurde. Dieser Bereich beschäftigt sich vor allem mit der Gesundheitssystemforschung und daher mit der Analyse von Determinanten der Funktionalität von Gesundheitssystemen und ihrer Komponenten. Der Schwerpunkt liegt dementsprechend auf der Analyse von Einflussfaktoren auf die Qualität der medizinischen Grundversorgung. Seit 2012 arbeitet das Institut mit dem National Institute of Health Innovation zusammen, Neuseelands führendes Forschungsinstitut. Der Fokus liegt hierbei auf Maßnahmen zur Prävention und Handhabung schwerwiegender Erkrankungen bzw. zur Gestaltung einer effektiven Gesundheitsversorgung.

Das Institut zeichnet sich insbesondere durch die interdisziplinäre Zusammenarbeit folgender Fachbereiche aus: Gesundheitsökonomie, Gesundheitspolitik- und Management, Gesundheitssystemforschung, Programmevaluation, Verhalten in Organisationen, Systemplanung sowie Medizin- und Gesundheitsethik. Ziel der Gesundheitssystemforschung ist es, die Strukturen, Prozesse und Auswirkungen von Gesundheitsdienstleistungen und gesundheitspolitischer Maßnahmen zu erfassen und Erkenntnisse für die Verbesserung der Ressourcenallokation abzuleiten. Dadurch soll ein wesentlicher Beitrag zum Aufbau eines wirtschaftlicheren und gerechteren Gesundheitssystems in Neuseeland geleistet werden. Insgesamt werden in dieser Abteilung 30 Mitarbeiter beschäftigt, darunter Wissenschaftler/innen (in Vollzeit), wissenschaftliche Mitarbeiter und Hilfskräfte sowie Master- bzw. Promotionsabsolventen. Abteilungsleiter ist Dr. Tim Tenbessel, sein Forschungsinteresse gilt vorwiegend der Gesundheitspolitik und medizinischen Grundversorgung. Die derzeit laufenden Projekten reichen von Evaluation von Initiativen zur Notfallversorgung in Auckland, das Einführen von Modellen zur medizinischen Primärversorgung für ältere Menschen mit komplexeren Bedürfnissen, kürzere Verweildauern in Notfalleinweisungen bis hin zu Kosten und Komplikationen bei der Behandlung von Prostatakrebs. Demzufolge lagen die

Schwerpunkte meiner Tätigkeit in der Abteilung vor allem in der Literaturrecherche bzw. Datenrecherche und Datenanalyse. Die Teilnahme an Meetings, Videokonferenzen, Workshops und Seminaren war zudem eine zusätzliche Möglichkeit, um einen Einblick in verschiedene Arbeitsprozesse der Abteilung zu erhalten. Zu den Schwerpunkten meines Praktikums zählten daher:

- Aneignung von Wissen zum Thema Gesundheitssystem Neuseeland und Kanada (aktuellstes Projekt)
- Literaturrecherche
- systematische Übersichtsarbeit
- Einblick in Dissertationsarbeiten erhalten
- Datenanalyse (NVivo), Evaluation
- Einarbeitung im Umgang mit verschiedenen Datenbanken (Scopus, Pubmed, Cochrane)
- Umgang mit Literaturverwaltungsprogrammen (RefWorks, EndNote)
- Teilnahme an Workshops/Präsentationen zu aktuellen Forschungsthemen, Dissertationsarbeiten
- Teilnahme an Meetings (Projekt mit Kanada), Videokonferenzen
- Unterstützung bei Themenfindung zur Bachelorarbeit

Die Aufgaben erforderten vor allem überwiegend selbstständiges Arbeiten am Computer. Wünschenswert wäre an dieser Stelle mehr Unterstützung und Einarbeitung vom Supervisor gewesen. Diesbezüglich habe ich oftmals selbst die Initiative ergriffen und an Workshops teilgenommen, um eine auf diese Weise eine Einarbeitung zu erhalten.

7 Freizeit

Neuseeland, auch „Aoteaora“, das Land der langen weißen Wolke genannt, hat eine unglaubliche Vielfalt zu bieten. Es ist ein Paradies für Outdoor Aktivitäten, zudem laden wunderbare Landschaften und unzählige Strände zum Reisen und Erkunden ein. Ich habe vor allem die Wochenenden genutzt, um Ausflüge sowohl auf der Nord- als auch auf der Südinsel zu unternehmen. Zumal die Einwohner in Neuseeland ungewohnt freundlich und hilfsbereit sind, sodass man sich sehr schnell einlebt und Willkommen fühlt. Ein sehr wichtiger Bestandteil im Leben der Kiwis, wie sich die Einwohner Neuseelands bezeichnen, ist die Kultur und Sprache der Maori. Die Tradition der polynesischen Urbevölkerung ist im ganzen Land zu beobachten. Viele Städte und Regionen tragen Namen, die der Sprache der Maori entstammen. Auckland ist mit 1,4 Millionen Einwohnern die größte Stadt Neuseelands. Eine Großstadt, die vielseitige Landschaften besitzt und somit eine Vielzahl an Aktivitäten und Sehenswürdigkeiten zu bieten hat. Ganz besonders empfehlen kann ich Ausflüge nach Piha Beach (Westküste), Takapuna Beach (North Shore) und Waiheke Island.

Wer nicht mit dem Auto durch Neuseeland reisen will, kann hierfür auch die Reisebusse vor Ort nutzen. Sehr bekannte Reisebusunternehmen sind unter anderem KiwiExperience, StrayBus,

Manabus und InterCity Bus, welche im ganzen Land verfügbar sind. Dadurch lässt sich die Reiseroute individuell gestalten und ist zusätzlich eine kostengünstige Alternative.

8 Fazit

Die vier Monate in Neuseeland waren eine sehr aufregende Erfahrung, die mich sehr bereichert hat. Es hat mich sehr viel Mut und Kraft gekostet diesen Schritt zu gehen, aber es war die Mühe allemal wert. Die eigene Komfortzone zu verlassen, Ängste zu überwinden, sich neuen Herausforderungen zu stellen, hat mich unglaublich wachsen lassen. Zudem ist es eine großartige Möglichkeit sich persönlich weiter zu entwickeln, Berufserfahrung zu sammeln und seine Sprachkenntnisse zu verbessern. Für mich war die Zeit sehr aufschlussreich und ich konnte viel mitnehmen für die Zukunft. Auch wenn die Arbeit manchmal sehr monoton war und der Bereich Forschung als Arbeitsplatz für mich nicht in Frage kommt, bin ich dennoch sehr dankbar dafür, herausgefunden zu haben, was ich will und was ich nicht will. An dieser Stelle möchte ich mich auch dafür bedanken, die Chance erhalten zu haben, so eine einzigartige Lebenserfahrung machen zu können. Zurück in Deutschland stelle ich fest, dass sich daheim nicht viel verändert hat, nur man selbst hat sich stark verändert. Dies zu realisieren und sich wieder einzuleben, stellt wohl die nächste Herausforderung dar. Ich kann auf diesem Wege jedem nur empfehlen solch eine Chance im Leben zu ergreifen, ihr werdet es nicht bereuen.



Piha Beach



Coromandel



Auckland