

## Erfahrungsbericht PROMOS Peru

02.08.-30.09.2015

Schon seit Beginn meines Studiums verspürte ich den Wunsch einmal über die Grenzen von Deutschland hinauszugucken, eine neue Kultur und Sprache kennenzulernen und vor allem auch einmal den deutschen Standard der Psychologie hinter mir zu lassen und zu erfahren, wie in anderen Kulturen in diesem Bereich gearbeitet wird. Meine Auslandserfahrungen beruhten bis dahin auf Urlaubsreisen und nie zu vor hatte ich für eine längere Zeit in einem anderen Land gelebt, geschweige denn gearbeitet. Im Studium wird uns der neuste Stand der psychologischen Forschung nahe gebracht, wir arbeiten nach den neuesten Methoden und setzen uns kritisch mit verschiedenen Behandlungstechniken auseinander. Das Niveau der Psychotherapie in Deutschland ist sehr hoch. Das dies nicht überall so ist, war mir schon vor meinem Auslandspraktikum klar, allerdings hatte ich keine Vorstellung davon, was genau das bedeutet. Während Praktika in deutschen psychiatrischen Kliniken habe ich den Klinikalltag hier bei uns kennengelernt und wollte nun einmal Psychotherapie in einem anderen Land kennenlernen und vor allem dabei auch etwas Nützliches tun. Da ich schon bereits einige Spanischkenntnisse besaß, entschied ich mich für ein Auslandspraktikum in Südamerika, genauer gesagt in Peru.

Da ich keinerlei Kontakte in Peru besaß und ehrlich gesagt auch etwas Respekt vor einer solchen langen Reise hatte, fingen meine Vorbereitung mit der Suche einer Vermittlungsorganisation an. Im Internet stieß ich auf Academical Travels, eine Organisation die sich neben der Vermittlung eines Praktikumsplatzes auch um eine Unterkunft, Sprachschule und Abholung vom Flughafen kümmert. Natürlich machen sie das nicht umsonst, aber im Vergleich zu anderen Agenturen ist der Preis noch relativ moderat. Mir hat diese Organisation sehr gut gefallen, da sie sich um alles Organisatorische vor Ort gekümmert haben, sehr zuverlässig waren und mir vor allem zu Beginn das Gefühl von Sicherheit vermitteln konnten. Für mich war dies eine sehr gute Möglichkeit meinen Aufenthalt zu gestalten, allerdings ist es keinesfalls dringend notwendig. Man kann gut alles allein organisieren, gerade wenn man eventuell Bekannte in Peru hat, dürfte dies kein Problem darstellen. Nachdem ich mit Academical Travels alles abgesprochen hatte, bin ich ins International Office gegangen um mich über Finanzierungsmöglichkeiten zu informieren. Man erklärte mir ausführlich die Konditionen und Vorteile des PROMOS-Stipendiums und ich hatte genug Zeit um alle nötigen Unterlagen zu organisieren. Für die Bewerbung für das PROMOS-Stipendium musste ich eine Bestätigung der Praktikumsinstitution, ein Motivationsschreiben, mein Vordiplomszeugnis und ein Empfehlungsschreiben eines Dozenten einreichen. Dies erfordert viel Arbeit und Zeit und man sollte früh genug mit der Organisation anfangen.

Nebenbei habe ich mich schon um andere Dinge für meine Einreise nach Peru gekümmert. Man sollte gut geimpft sein (Gelbfieber), sich eine Auslandsrankenversicherung und eventuell eine Visakarte besorgen. Gut ist es auch, sich vorher schon ein bisschen über das Land zu belesen und natürlich sein Spanisch zu trainieren. Die Peruaner sprechen zwar ein klares Spanisch, dennoch natürlich sehr schnell und mit wenig Rücksicht darauf, dass man eventuell nicht ganz so gut folgen kann. Meinen Flug habe ich im Reisebüro GoAtlantis gebucht, wo mir ein gutes Angebot sowie die richtige Reiseversicherung rausgesucht wurde. Da ich mein Auslandspraktikum während der Semesterferien ablegen wollte, musste ich nicht viel mit der Uni absprechen. Lediglich einen Antrag auf Genehmigung des Praktikums einreichen und meine Prüfungen so organisieren, dass sie nicht in diesem Zeitraum lagen. Damit waren meine Vorbereitungen abgeschlossen und ich war startklar.

Anfang August flog ich von Berlin Tegel aus über 24 Stunden nach Chiclayo. Am Flughafen wurde ich von einem Taxifahrer abgeholt, welcher mich ins 20minütige entfernte Pimentel zu meiner Unterkunft fuhr. Pimentel, ganz im Norden von Peru, ist ein kleines Fischerdörfchen am Pazifik mit rund 30 000 Einwohnern. Dies sollte für die nächsten 6 Wochen mein Zuhause sein. Die Organisation hatte mir eine Unterkunft mit verschiedenen anderen Praktikanten und Freiwilligen aus der ganzen Welt besorgt, welche einfach aber vollkommen ausreichend war. Wer nach Peru reist, sollte nicht allzu viel an Ausstattung erwarten und die hygienischen Verhältnisse sind sehr gewöhnungsbedürftig, aber man lernt mit allem umzugehen. Gleich am nächsten Morgen begann mein Sprachkurs. Die Sprachschule war ca. 10 Minuten entfernt und man konnte sich mit all seinen Fragen und Sorgen hierhin wenden. Nach einem Einstufungstest wurde ich einer Lehrerin zugewiesen. Ich hatte das große Glück, die einzige auf meinem Sprachniveau zu sein und deswegen Einzelunterricht zu erhalten. Hier bin ich wirklich gut vorangekommen und konnte vor allem meine Schwächen im Sprechen ausgleichen. Neben mir absolvierten noch 2 weitere Mädchen das gleiche Praktikum. Wir arbeiteten in einer Entzugsklinik für Drogensüchtige, wobei sich eine solche in Peru doch sehr von dem unterscheidet, was man aus Deutschland kennt. Unser Betreuer war ein Diplompsychologe, welcher auch als einziger für die psychologische Betreuung der Patienten verantwortlich war. Die Klinik befand sich am Rande von Pimentel in einem 2 Stöckigem Haus. Im oberen Bereich wohnten die Patienten und im unteren Teil befanden sich ein Empfangs-/Therapieraum und ein Gruppentherapieraum. Die 45 Patienten waren alle männlich und zwischen 13-76 Jahren alt. Sie erhielten Einzeltherapie, Gruppentherapie, spirituelle Therapie und außerpsychologische Therapie, wie Psychodrama oder Musiktherapie, alle geleitet vom gleichen Therapeuten. Die Patienten sind verschiedenen Hierarchieebenen zu geordnet. Bereits länger anwesende Patienten haben eine höhere Position innerhalb der Hierarchie und erhalten somit organisatorische und administrative Aufgaben. Der Tagesablauf der Patienten war vom frühen Morgen um halb 8 bis zum Abend um 22 Uhr komplett strukturiert und die Patienten gestalteten einen großen Teil ihrer Therapie selbst. Das Therapiekonzept in dieser Klinik konnte mit nichts aus der Psychotherapie in Deutschland verglichen werden. In den Einzeltherapiesitzungen wurden vorher ausgefüllte Fragebögen vorgelesen und mit dem Patienten diskutiert. Die Therapiesitzung wurde von dem Therapeuten und uns Praktikanten zusammen geleitet. In den Gruppentherapien leiteten wir Psychoedukationen an oder teilweise haben sich Patienten bereiterklärt über bestimmte Themen zu referieren. Besonders viel Freude zeigten die Patienten am Psychodrama. Dieses fand jede Woche statt. Dabei wurden die Patienten in Gruppen geteilt und bekamen ein bestimmtes Thema aus dem Bereich Abhängigkeit zu geteilt, zu dem sie sich einen kurzen Sketch haben einfallen lassen und diesen in der kommenden Woche den anderen Patienten präsentiert haben. Besondere Therapien waren auch die spirituelle Therapie, bei der ein Mönch in die Klinik kam und eine Predigt hielt, Musiktherapie, in welcher gesungen und getanzt wurde und Spieltherapie, in der wir Gruppenspiele angeleitet haben. Zwischen Psychotherapie in Peru und in Deutschland gibt es enorme Unterschiede. Zum einen gibt es keine Schweigepflicht oder Datenschutz. Bilder von den Therapien samt Patienten wurden bei Facebook gepostet, die Akten zum Arbeiten mit nach Hause genommen und Informationen bereitwillig mit jedem geteilt, der fragte. Genauso wenig erlebt man den Ausschluss von Störquellen während der Therapie. Einzelsitzungen werden im 5-Minutentakt unterbrochen, im Nebenraum findet Musiktherapie statt und das Telefon klingelt mehrmals. Insgesamt war es unglaublich interessant einen Einblick in die Arbeitsweise eines peruanischen Psychotherapeuten und den Ablauf des Klinikalltags mitzuerleben. Ebenso habe ich viel zum Thema Abhängigkeit, Rückfall und Prävention gelernt. Natürlich fallen einem viele Schwächen der psychotherapeutischen Arbeitsweise auf, aber man kann auch selbst dazu beitragen etwas zu

verbessern. Zusammen mit den beiden anderen Praktikantinnen habe ich ein neues Konzept für die Gruppentherapie aufgestellt und mit dem Psychotherapeuten über Emotionsarbeit und Verhaltenstraining gesprochen. Es war wirklich eine sehr bereichernde Erfahrung, die mir sowohl sprachlich, intellektuell und persönlich weitergeholfen hat.

Peru ist wirklich ein sehr armes Land und vor allem der Norden, wo ich gewohnt habe, ist nicht touristisch. An den Anblick von Armut und Müllbergen muss man sich erstmal gewöhnen. Auch daran, dass einem als weiße Frau die gesamte Zeit nachgepiffen wird oder das man nicht bedenkenlos alles essen kann. Die Peruaner jedoch sind unglaublich herzlich und ein buntes, feierfreudiges Volk. Während meines gesamten Aufenthalts dort wurde ich nicht einmal unfreundlich behandelt, sondern mir wurde viel Hilfsbereitschaft und Freundschaft entgegengebracht. Man wird oft auf der Straße oder im Bus angesprochen und führt dann auch minutenlange Gespräche mit Fremden. Die Kriminalitätsrate in Peru ist hoch, das heißt aber nicht, dass man ängstlich sein muss. Hält man sich an einige Regeln, wie nachts nichts alleine rauszugehen, nur registrierte Taxis zu nutzen und auf seine Taschen aufzupassen, ist alles gut. Natürlich kann es passieren, dass man ausgeraubt wird, damit muss man rechnen und nicht so viele Wertsachen mit sich tragen. Ich hatte vor dem Antritt der Reise Euros in Dollar gewechselt. Dies kann ich nicht weiterempfehlen. In größeren Städten kann man auch problemlos Euro in Nuevos Soles (Währung in Peru) wechseln oder man hebt sein Geld direkt am Automaten ab. Wichtig ist, dass, sollte man vorhaben durchs Land zu reisen, man für verschiedenste Wetterverhältnisse packt. Peru bietet eine beeindruckende und unglaublich abwechslungsreiche Natur. Dies liegt aber auch an den verschiedenen Klimazonen. Das Wetter kann zur gleichen Zeit an verschiedenen Orten zwischen 0-40°C schwanken. Ich möchte wirklich jedem, der dieses Land besuchen will, nur empfehlen sich die Zeit zum Reisen zu nehmen. Von Wüste, über Gebirge und Regenwald – Peru bietet alles und viele Orte rauben einem den Atem!

Ich bin unglaublich froh, diese Reise gewagt zu haben. Dieses Land hat mir sehr viel beigebracht, meine Sichtweise zu vielen Dingen verändert, ich konnte mich sprachlich verbessern und habe auch für mein Studium einiges an Wissen mitgenommen. Ein Auslandsaufenthalt bringt einem auf vielen Ebenen weiter und Peru ist ein wunderbares Land um eine solche Erfahrung zu machen. Ob mit Organisation oder im Alleingang liegt bei einem selbst. Ich habe diese Kultur lieben gelernt und werde sie definitiv wieder besuchen.

Ich möchte an dieser Stelle PROMOS dafür danken, mir dies ermöglicht zu haben und empfehle jedem, der über eine Reise nach Peru nachdenkt, den Schritt zu wagen.