Promos Erfahrungsbericht zum Praktikumsaufenthalt 17.08.2015 – 02.10.2015 am Essex County Mental Health Department in Elizabethtown, New York, USA

im Folgenden möchte ich den Erfahrungsbericht von meinem Praktikum am Essex County Mental Health Department darlegen, welches ich vom 16.08.2015 – 02.10.2015 in New York State absolviert habe.

Persönliche und akademische Motivation und Vorbereitung

Im Winter 2014 fasste ich den Entschluss ein klinisches Praktikum in den USA nach dem 4. Semester meines Psychologiestudiums zu absolvieren. Motiviert von der Idee Praktikum mit Auslandsaufenthalt zu kombinieren und gleichzeitig die persönliche Herausforderung dieses Projekt selbstständig zu planen, begann ich mich über verschiedene Kliniken in den USA zu informieren. Dank eines Bekannten wurde ich auf das Mental Health Department of Essex County aufmerksam. Ich kontaktierte Annie McKinley, "Assistant Director" des Institutes, verfasste ein Motivationsschreiben und bat meinen Professor und zwei ehemalige Arbeitgeber um ein Empfehlungsschreiben, welche ich für die Bewerbung brauchte.
Da es in den USA nicht üblich ist, Praktika schon während des Studiums zu absolvieren und die Klinik noch nie eine internationale Praktikumsanfrage hatte, dauerte es mehrere Wochen bis bürokratische Formalitäten geklärt waren und ich die lang ersehnte Zusage bekam.
Ein Visum brauchte ich für diesen Aufenthalt nicht, da es sich um ein unentgeltliches Praktikum handelte und ich für weniger als 90 Tage im Land sein würde.
Anfang 2015 informierte ich mich im International Office in Greifswald über eventuelle Förderungsprogramme und wurde somit auf das Promos Programm des DAAD aufmerksam. Welche Unterlagen erforderlich sind, ist der Internetseite zu entnehmen. Bei Unklarheiten erhielt ich viel Unterstützung aus dem International Office, wofür ich sehr dankbar bin. Ich kann empfehlen, früh genug mit der Planung z.B. dem Motivationsschreiben anzufangen, da man die Arbeit nicht unterschätzen sollte.
Die Anerkennung des Aufenthalts am Mental Health Department als Praktikum erwies sich als problemlos. Bedingungen waren von einem Diplompsychologen/Master in Psychologie betreut zu werden und fünf Tage die Woche über einen Mindestzeitraum von vier Wochen in einem Institut zu arbeiten. Da alle diese Kriterien erfüllt wurden, stand dem Projekt nichts mehr entgegen.
Um die Unterkunft in den USA kümmerte ich mich selbstständig, was sich als komplizierter als erwartet, herausstellte. Nach unzähligen Emails und Telefonaten fand ich schließlich ein Apartment mithilfe der Website AirBnb, welches von einer jungen Familie vermietet wurde. Die Entscheidung nicht in einem Hotel/Motel zu wohnen, erwies sich als eine sehr Wichtige, denn dank der Familie fiel es mir sehr leicht mich einzugewöhnen und Kontakte zu schließen.
Rückblickend möchte ich alle ermutigen, die sich für ein Auslandspraktikum entschieden haben, sich vom organisatorischen Aufwand nicht entmutigen zu lassen, die Arbeit lohnt sich!

Das Praktikum: Essex County, NY Mental Health Services

Es handelt sich beim „Department of Mental Health“ um eine ambulante psychologische und psychiatrische Einrichtung, bei der eine Vielzahl an Psychotherapeuten mit unterschiedlichen Spezialisierungen, Sozialarbeiter und Psychiater zusammen arbeiten.
Hier ein Auszug von der Internetseite der Klinik:

MISSION STATEMENT

The mission of Essex County Mental Health Services is to provide community members with opportunities to improve their emotional, behavioral, and psychological well-being through therapeutic partnerships with mental health professionals.

ADMISSION POLICY

The Clinic is designed to serve Essex County residents who are in need of mental health services for a range of diagnoses. However, individuals with concerns specific to alcohol or drug disorders, developmental disorders, and/or organic brain syndrome may be referred elsewhere for services.

Admission of eligible individuals or families will be based on their ability to benefit from the range of services available at this clinic. The Clinic provides case management as well as individual, group, school, and crisis services on an out-patient basis to Essex County residents of all ages. If a professional assessment indicates a need for resources that are not available at this Clinic, a referral will be offered to the individual or family.

An meinem ersten Arbeitstag wurde ich sehr freundlich in Empfang genommen. Zunächst wurden einige organisatorische Angelegenheiten besprochen, z.B. wurde mein Vorstrafenregister überprüft mithilfe eines Fingerabdruckes. Anschließend wurde ich in der Klinik umhergeführt und ich wurde beim „Staff Meeting“ vorgestellt. Ich bekam meinen eigenen Laptop, eine Chipkarte und lernte meine Betreuerin Terry Morse kennen. Noch am selben Tag war es möglich, dass ich an einer Gruppentherapie teilnahm, der „Healthy Connections Group“, welche von Terry geleitet wurde und die ich nun 7 Wochen begleiten würde. Die Dynamik der Gruppe war von Beginn an interessant zu beobachten. Nachmittags bekam ich die Möglichkeit an meinem ersten Einzelgespräch teilzunehmen. Auch wenn die Klinik sich nicht auf Substanzmissbrauch spezialisiert, haben viele Patienten ein

Abhängigkeitssyndrom, welches neben der primären Diagnose behandelt werden muss. Es besteht außerdem eine enge Zusammenarbeit mit St. Joes, der Suchtklinik im selben Ort.
In meiner ersten Woche in der Klinik bekam ich einen Stundenplan, der mir half meinen Tag zu strukturieren und mich einzuarbeiten.

Zu meinen Aufgaben während meines sieben wöchigem Praktikums gehörten die Teilnahme an psychotherapeutischen Einzel- und Gruppentherapien, Erst- und Entlassungsgesprächen und sogenannten „Follow-Up Appointments“ nach stationären Aufenthalten. Außerdem hatte ich die Möglichkeit Terry bei ihrer Arbeit in der Untersuchungshaft von Essex County zu begleiten, Risikoeinschätzungen bezüglich Suizidalität beizuwohnen und die Arbeit der Psychologen am Gericht mit zu verfolgen. Besonders inspirierend war die Möglichkeit die verschiedenen Interventionen und Ansätze der Therapeuten kennen zu lernen. Ich habe nicht nur unterschiedliche Methoden vor allem im Bereich der kognitiven Verhaltenstherapie gelernt, aber vor allem auch die Individualität jeder einzelnen Behandlung miterlebt.

Das Essex County Mental Health Department arbeitet sehr eng mit anderen Einrichtungen vor Ort zusammen, wie z.B. Families First, Youth Advocate Program, St. Joseph's Addiction Treatment & Recovery Centers. Es wird den Patienten eine Vielzahl von Möglichkeiten auf unterschiedlichen Ebenen angeboten, um ein möglichst selbständiges Leben zu führen. Die Gelegenheit dieser Kooperation, den vielen Teamsitzungen, in denen Einzelfälle besprochen werden, beizuwohnen, war äußerst spannend. Nicht nur erlebte ich dort neue Einsatzgebiete für Psychologen, ich bekam außerdem einen umfassenden Eindruck von der Sozialarbeit in New York State.

Nebenbei wurde ich zudem auch bei administrativen Aufgaben einbezogen. Ich scannte psychiatrische Gutachten, Überweisungen etc. Auch wenn dies nicht zu den abwechslungsreichsten Tätigkeiten gehörte, war es jedoch eine Möglichkeit, einen Blick auf Fallbeispiele und Gutachten zu erhalten und einen Überblick über Versicherungen und bürokratische Dokumentationen in den USA zu bekommen. Zudem wertete ich Fragebögen zur PTSD, dem Abhängigkeitssyndrom und Depressionsskalen aus und gab die Daten anschließend in den Computer ein.

Ich habe gelernt, dass es wichtig ist, Interesse deutlich zu zeigen auch wenn es manchmal einiges an Überwindung kostet z.B. in dem man auf die Therapeuten zugeht und fragt, ob man an der nächsten Sitzung teilnehmen könne. Nur so kann man das Beste aus dem Aufenthalt machen und viele Erfahrungen sammeln.
Es gab auch Tage, an denen nicht so viel zu tun war. Ich nutzte die Zeit um Störungsbilder zu recherchieren und wissenschaftliche Artikel zusammen zu fassen.

Die Möglichkeit den Klinikalltag hautnah mitzuerleben, unzählige Therapiesitzungen, Staff Meetings, Group Supervisions, zeigte mir, wo ich mich selbst nach dem Studium sehe und worauf ich weiterhin zielstrebig hinarbeite. Diese Erfahrung hätte ich keinem Lehrbuch entnehmen können. Meine Zeit in

den USA hat mich akademisch, sprachlich und vor allem persönlich sehr gefordert. Am Ende der sieben Wochen fiel es mir sehr schwer diesen Ort zu verlassen. Ich hatte nicht nur die Möglichkeit ein spannendes Praktikum zu absolvieren und in ein tolles Team aufgenommen zu werden, vielmehr habe ich auch viele Freundschaften geschlossen und mich in die Herzlichkeit der Menschen und die atemberaubende Natur verliebt. An dieser Stelle möchte ich mich bei Promos für die ungemein große Unterstützung bedanken und jedem Studenten, der über ein Auslandspraktikum nachdenkt dazu ermutigen, den Schritt zu wagen.