

Praktikumsbericht **[C1]** Erasmus+ Praktikum – Akademisches Jahr 2024 / 2025

Stand: April 2024

Bitte füllen Sie alle Felder des Formulars am Computer aus, NICHT per Hand, und senden Sie es als E-Mail-Attachment an den EU-ServicePoint: eu-servicepoint@international.uni-mainz.de.

Ihre Angaben sollen in anonymisierter Form anderen Studierenden bei der Praktikumsuche zur Verfügung stehen. Bitte achten Sie daher unbedingt darauf, wichtige Internetadressen und weitere hilfreiche Informationen anzugeben!

ALLGEMEIN

Zielland:	Tansania
Studienfach:	Psychologie und Soziologie
Heimathochschule:	Universität Koblenz
Berufsfeld des Praktikums:	Forschung
Arbeitssprache:	Englisch
Zeitpunkt des Praktikums:	Von 17.02.2025 bis 30.04.2025 (jeweils Tag / Monat / Jahr)

PRAKTIKUMSSTELLE

Name des aufnehmenden Unternehmens:	Olosiva Primary School
Straße/Postfach:	Karatu
Postleitzahl und Ort:	Arusha
Land:	Tansania
Homepage:	
E-Mail:	

VORHER – Informationen zur Vorbereitung auf das Auslandspraktikum

Bitte füllen Sie die folgenden Felder detailliert aus und machen genaue Angaben, wie die Suche und Vorbereitung abgelaufen ist (Internetadressen, Hinweise, Kontakte, etc.).

Praktikumssuche:	Ich habe über Kommiliton:innen, die ebenfalls den Zwei-Fach Bachelor Psychologie und Soziologie studieren, über das Forschungspraktikum in Tansania erfahren und mich dann dafür beworben.
------------------	--

Bewerbung (Ablauf, Initiativbewerbung, Auswahlgespräch, etc.):	Um eine Praktikumsstelle zu erhalten, habe ich ein Gespräch mit der zuständigen Professorin geführt. Dabei hat sie mir nähere Informationen zum Praktikum gegeben und ich hatte die Gelegenheit, mich persönlich vorzustellen, damit wir uns kennenlernen konnten. Anschließend habe ich eine Zusage für das Praktikum bekommen.
Wohnungssuche:	Die Unterkunft vor Ort hat die zuständige Professorin organisiert. Die letzten Praktikant:innen haben ebenfalls dort gewohnt.
Versicherung:	Die Auslandsrankenversicherung und Auslandshaftpflichtversicherung waren verpflichtend und habe wir selbstständig abgeschlossen.
Telefon-/Internetanschluss im Zielland:	Der telefonische Kontakt nach Deutschland gestaltete sich in Tansania zunächst schwierig, da ich mir vor Ort eine neue SIM-Karte zulegen musste und sich dadurch meine Handynummer änderte. Außerdem wären Auslandsgespräche nach Deutschland sehr kostspielig gewesen. Glücklicherweise verfügte ich über eine gut funktionierende Internetflatrate, die auch Internettelefonate ermöglichte. Zudem war das WLAN in meiner Unterkunft leistungsstark und zuverlässig.
Bank/ Kontoeröffnung:	Für mein Auslandspraktikum in Tansania habe ich mir vorher eine Visakarte angeschafft.
hilfreiche Internetadressen/ Sonstiges:	-

INFORMATIONEN ZUR PRAKTIKUMSSTELLE

Bitte füllen Sie die folgenden Felder detailliert aus und machen genaue Angaben, wie das Praktikum abgelaufen ist (Internetadressen, Hinweise, Kontakte, etc.).

Art des Praktikums:	Das Auslandspraktikum umfasste sowohl psychologische als auch pädagogische Forschung. Der Ablauf sah zu Beginn und am Ende standardisierte Testungen vor, um mögliche Veränderungen im Bereich der mentalen Rotation bei Kindern zu erfassen. Bei diesen Tests, die über ein Tablet durchgeführt wurden, sollten die Kinder anhand von Objekten, Buchstaben oder Figuren die korrekte Rotationsrichtung erkennen und auswählen. Zwischen der Pre- und Posttestung fand täglich eine spielerische Förderung statt: Die Kinder nahmen jeden Tag für mindestens 30 Minuten an gezielten Spielen teil, die speziell zur
---------------------	---

	Förderung ihrer mentalen Rotationsfähigkeit entwickelt wurden. Ziel des Projekts war es, durch den spielerischen Ansatz eine messbare Verbesserung der kognitiven Fähigkeiten im Bereich der mentalen Rotation zu erzielen.
Aufgaben im Praktikum: konnten Sie Erlerntes umsetzen? Waren Sie über-/unterfordert? etc.	Zu den zentralen Aufgaben während des Praktikums zählten die Anleitung und Begleitung der Testdurchläufe mit den Kindern sowie die Einführung, Betreuung und unterstützende Begleitung während der täglichen Spielphasen. Darüber hinaus war eine kontinuierliche Kommunikation mit der Schulleitung essenziell, um den reibungslosen Ablauf des Projekts sicherzustellen. Gerade zu Beginn stellten die Vielzahl neuer Eindrücke, die gleichzeitige Einarbeitung in die praktische Arbeit und die Kommunikation eine Herausforderung dar. Doch bereits nach kurzer Zeit gelang es, sich gut in die Abläufe einzufinden und sicherer im Umgang mit den Aufgaben zu werden. Mit wachsender Erfahrung nahm die Sicherheit im Handeln zu, wodurch die tägliche Arbeit zunehmend routinierter wurde.
Betreuung: (Einführungs-/Abschlussgespräch, wöchentl./monatl. Rücksprache, etc.)	Während des Projekts standen wir in kontinuierlichem Austausch mit zwei Dozierenden der Universität Koblenz, die uns beratend zur Seite standen und regelmäßig Gespräche mit uns führten. In den ersten Wochen wurden wir zusätzlich von einem erfahrenen Studenten begleitet, der aktiv an der Entwicklung des Projekts mitwirkte und uns dabei unterstützend anleitete.
soziale Kontakte während des Praktikums:	Im Verlauf des Praktikums ergaben sich zahlreiche Gelegenheiten, soziale Kontakte zu knüpfen – sowohl über unsere Unterkunft und die schulische Umgebung als auch durch gemeinsame Freizeitaktivitäten am Abend. Besonders bereichernd war der Austausch mit Einheimischen, durch den wir nicht nur tiefere Einblicke in die lokale Kultur erhielten, sondern auch unsere Sprachkenntnisse erweitern konnten.
Sprachkenntnisse (Nutzen, Verbesserung, etc.):	Die Hauptkommunikationssprache während des gesamten Praktikums war Englisch. Im Laufe der Zeit konnten wir jedoch auch grundlegende Ausdrücke und Redewendungen in der Landessprache Swahili erlernen. Gleichzeitig verbesserten sich unsere Englischkenntnisse durch den täglichen Gebrauch deutlich.

kurze Gesamtbewertung des Aufenthaltes: fachlicher/ privater Nutzen; was waren Ihre Erwartungen – wurden diese erfüllt? Was war besonders gut/ nicht so gut?	Rückblickend bin ich mit meinem Auslandspraktikum in Tansania sehr zufrieden. Ich bin mit relativ wenig Erwartungen in den Aufenthalt gestartet, da mir die Kultur zunächst nur wenig vertraut war und ich mich offen und unvoreingenommen auf neue Eindrücke einlassen wollte. Diese Haltung hat mir geholfen, die vielfältigen Erfahrungen vor Ort intensiv wahrzunehmen und wertzuschätzen. Die Unterbringung war insgesamt sehr sauber, das Personal freundlich, hilfsbereit und ausgesprochen gastfreundlich. Aus fachlicher Perspektive war das Praktikum äußerst bereichernd. Sowohl durch die aktive Mitarbeit im Projekt als auch durch den interkulturellen Austausch konnte ich wertvolle Einblicke gewinnen und meine Kompetenzen erweitern. Auch auf persönlicher Ebene war der Aufenthalt ein großer Gewinn: Ich habe nicht nur meine sprachlichen und sozialen Fähigkeiten weiterentwickelt, sondern auch viel über mich selbst gelernt. Der intensive Kontakt mit der lokalen Bevölkerung, insbesondere mit den Kindern, hat meine persönliche Entwicklung nachhaltig geprägt und mein interkulturelles Verständnis vertieft.
Dauer des Praktikums: zu kurz, richtig, zu lang – Empfehlung über optimale Dauer	Die Länge des Praktikums erwies sich als sehr passend. Eine kürzere Dauer hätte nicht ausgereicht, um umfassende Einblicke zu gewinnen, während ein längerer Aufenthalt vermutlich wenig zusätzlichen Erkenntnisgewinn gebracht hätte, da sich die Abläufe zunehmend wiederholt hätten. Jedoch hat mir das Leben und unsere Arbeit in Arusha sehr gut gefallen, weswegen ich gerne noch länger geblieben wäre.
Durchschnittliche monatliche Ausgaben im Ausland in € ; Mehrkosten ggü. Ausgaben in Deutschland:	Die monatlichen Ausgaben während meines Aufenthalts variierten je nach Umfang der Gestaltung. Insgesamt war das Leben vor Ort deutlich kostengünstiger als in Deutschland. Für Lebensmittel fielen etwa 100-150 Euro pro Monat an, die Unterkunft kostete rund 400 Euro. Hinzu kamen zusätzliche Ausgaben für Transport und individuelle Freizeitaktivitäten, die je nach persönlichem Bedarf schwanken konnten.
Was sollte man unbedingt wissen/ beachten?	Ein Auslandspraktikum bringt ganz eigene Herausforderungen mit sich und unterscheidet sich deutlich von einem Praktikum im Heimatland. Besonders wichtig ist es offen und belastbar zu sein, denn im Alltag vor Ort können immer wieder unvorhergesehene Situationen auftreten, die Flexibilität und Gelassenheit erfordern. Auch eine gute Selbstorganisation ist entscheidend, wer sich selbst strukturieren kann, findet sich leichter in den neuen

	Abläufen und dem ungewohnten Umfeld zurecht. Zudem sollte man tolerant auf neue Menschen zugehen können, da der interkulturelle Austausch ein wesentlicher Bestandteil eines solchen Aufenthalts ist. Der Kontakt mit Einheimischen, Kolleginnen und Kollegen sowie anderen Freiwilligen kann nicht nur bereichernd, sondern auch unterstützend sein. Gleichzeitig sollte man sich bewusst machen, dass die räumliche Distanz zur Familie und zum vertrauten sozialen Umfeld emotional herausfordernd sein kann, insbesondere bei längeren Aufenthalten. Eine gewisse innere Stabilität, Offenheit gegenüber anderen Kulturen und die Bereitschaft, sich auf Neues einzulassen, sind daher essenzielle Voraussetzungen, um ein Auslandspraktikum erfolgreich und bereichernd zu erleben.
Sind Sie der Meinung, dass Ihnen das Praktikum bei der Ausübung Ihres zukünftigen Berufs (bitte angeben) von Nutzen sein wird? Wenn ja, in welcher Weise? Wenn nein, warum nicht?	Ja, ich bin davon überzeugt, dass mir das Praktikum bei der Ausübung meines zukünftigen Berufs im psychologischen Bereich von Nutzen sein wird. Das Praktikum hat mir nicht nur die Möglichkeit gegeben, theoretisch erworbenes Wissen in der Praxis anzuwenden, sondern auch meine Fähigkeiten im Umgang mit Kindern, in der Beobachtung und Einschätzung von Verhalten sowie in der Anwendung entwicklungsfördernder Methoden gestärkt. Besonders wertvoll war dabei die interkulturelle Erfahrung: Der Einblick in eine andere Bildungs- und Lebenswelt hat meine Perspektive erweitert und meine interkulturelle Sensibilität geschärft – ein Aspekt, der in unserer zunehmend diversen Gesellschaft auch im Berufsalltag immer wichtiger wird. Darüber hinaus habe ich gelernt, in neuen und teils herausfordernden Situationen eigenverantwortlich zu handeln, flexibel zu bleiben und lösungsorientiert zu denken – Kompetenzen, die für jede berufliche Tätigkeit mit Menschen unerlässlich sind. Das Praktikum war somit eine bedeutende Erfahrung, die mich sowohl fachlich als auch persönlich auf meinen beruflichen Weg vorbereitet hat.
Können Sie die Stelle weiterempfehlen? (bitte begründen) Wenn ja, wäre Ihre Praktikumsstelle bereit, auch zukünftig PraktikantInnen aufzunehmen?	Ja, ich kann die Praktikumsstelle auf jeden Fall weiterempfehlen, allerdings sollte einem bewusst sein, dass ein solcher Auslandsaufenthalt durchaus herausfordernd sein kann und nicht immer einfach ist. Man wird mit neuen Lebensbedingungen einer fremden Kultur und teils ungewohnten Arbeitsstrukturen konfrontiert, was gerade zu Beginn Überwindung kosten kann. Wer sich jedoch darauf einlässt und offen für Neues ist, wird mit einzigartigen und wertvollen

	Erfahrungen belohnt, die weit über das Fachliche hinausgehen. Es sind Erlebnisse, die prägen, den eigenen Horizont erweitern und in dieser Form im Leben nicht oft wiederkommen. Deshalb würde ich das Praktikum allen empfehlen, die Lust auf interkulturellen Austausch, persönliche Weiterentwicklung und die Arbeit in einem spannenden und neuen Umfeld haben. Soweit mir bekannt ist, ist die Praktikumsstelle grundsätzlich offen dafür, auch zukünftig Praktikantinnen und Praktikanten aufzunehmen.
hilfreiche Internetadressen/ Sonstiges	-

Sind Sie mit einer anonymisierten Veröffentlichung des Berichts auf der Website www.eu-servicepoint.de einverstanden?

Ja ☒ Nein