

1) Planung und Vorbereitung

Die Planung und Vorbereitung bezüglich des Auslandspraktikums gestaltete sich aufgrund der vorherrschenden Coronabedingungen sehr kompliziert. Erschwerend kamen Unstimmigkeiten bei der Einsatzplanung hinzu. Dank der Unterstützung und Hilfe der zuständigen Ansprechpartner der FH entwickelte sich dennoch ziemlich schnell eine gute Grundlage mit der man als Student bereits einige Vorbereitungen treffen konnte. Während des Bewerbungsprozesses stehen die Ansprechpartner stets zur Verfügung und bemühen sich um einen möglichst reibungslosen Ablauf. Da bereits eine Kooperation mit der Universität in Norwegen bestand, wurde der Bewerbungsprozess für eine Praktikumsstelle von Seiten der FH übernommen. Sehr positiv wurde der Kontakt über die Plattform MS-Teams angesehen, wodurch schnell Fragen und die richtigen Ansprechpartner_Innen beantwortet und gefunden werden konnten. Sobald der Kontakt mit den jeweiligen Ansprechpartner_Innen der Universität im Ausland hergestellt wurde, lag vieles in der eigenen Verantwortung, wie selbstständig den Aufenthalt und die Anreise zu planen. Da die Universität in Stavanger recht viele internationale Studenten annimmt, verläuft die Kommunikation und Organisation wirklich gut, wobei zu erwähnen ist, dass die Zahl der internationalen Pflegestudent_Innen im Vergleich zu den Student_Innen am Campus deutlich geringer war und es somit relativ schwierig war, an konkrete Informationen bezüglich Unterkunft und Praktikumsplatz zu kommen.

Um eine Auslandskrankenversicherung muss sich jeder Student selbst kümmern, genauso wie die Covid-Impfung, die notwendig ist, um einzureisen und dort zu arbeiten. Zudem war es verpflichtend für das Pflegepraktikum einen aktuellen, negativen MRSA-Abstrich vorzulegen, welcher somit im Vorfeld in Deutschland erfolgen musste (keine Kostenübernahme).

Eine gewisse Ungewissheit, ob das Auslandspraktikum letztendlich stattfinden wird, hat leider bis kurz vor der Abreise standgehalten, da ständig Änderungen der Coronaregelungen vorgenommen wurden.

2) Kosten und Finanzierung

Für alle Pflegestudenten wird als Unterkunft ein Haus, welches sich in der Nähe des Krankenhauses befindet zur Verfügung gestellt. Die Miete und auch die Kosten für die An- und Abreise, sowie die Bustickets (um auch vor Ort mobil zu sein) können von dem Betrag des Erasmus+ Stipendiums gerade so abgedeckt werden. In Norwegen wird vorzugsweise mobil bezahlt, wo ein norwegisches Konto von Vorteil wäre, um die Auslandsgebühren zu sparen. Allerdings kann dies erst angelegt werden, wenn der Aufenthalt über drei Monate beträgt.

3) Unterbringung

Die recht preisgünstige Unterkunft für die Pflegestudenten gestaltet sich als eine WG, die sich aus internationalen Studenten zusammensetzt, die ebenfalls in demselben Zeitraum ihr Pflegepraktikum absolvieren.

Die Gastinstitution hat jedem Studenten und jeder Studentin ein Zimmer zur Verfügung gestellt. Es gibt die Möglichkeit ein Doppel- oder Einzelzimmer zu beziehen, wobei sich der Preis eines Einzelzimmers unabhängig von der Größe preislich von einem Doppelzimmer unterscheidet (Single-Room: 4.375 NOK/month; Double-Room: 3.300NOK/month). Da zu der Zeit des Aufenthaltes viele Zimmer frei waren, bestand die Möglichkeit die Zimmer zu wechseln (nach Absprache mit dem Vermieter).

Das Haus verfügt über drei Etagen, 3 Bäder, einer Küche mit Balkon und einem Wohnzimmer und ist gut ausgestattet. Die Lage des Hauses ist optimal, da Krankenhaus, Stadtzentrum und Universität und auch Supermärkte (ca. 3-5 Minuten Gehweg) schnell und einfach zu erreichen sind (sowohl mit Bus, als auch mit E-Scooter oder E-Fahrrad). Es befindet sich nicht auf dem Universitätsgelände, sondern in einer Nachbarschaft mit u.a. norwegischen Familien.

4) Ablauf des Studiums/Praktikums, etc.

Die Unterlagen für das Erasmus+ Stipendium sollten möglichst früh bearbeitet und eingereicht werden. Insbesondere das „Transcript of Records“ (welches von der Fachhochschule ins Englische übersetzt werden muss) kann einige Zeit in Anspruch nehmen und wird pünktlich von der Gastuniversität benötigt, um einen reibungslosen Verlauf zu ermöglichen und einen gesicherten Platz zu gewährleisten. Es ist teilweise nicht leicht den Überblick mit allen Dokumenten und Terminen zu behalten, jedoch scheint vieles komplizierter als es ist und lässt sich durch einfache Nachfragen oder spätestens vor Ort klären.

Neben der praktischen Arbeit in der Pflege fanden regelmäßige Treffen mit den Dozent_Innen aus der Universität statt, um Rücksprache über das Praktikum zu halten. Zu den unterschiedlichen Treffen (Angangs-, Zwischen- und Endevaluation) sollten von uns zudem verschiedene Dokumente bearbeitet werden, welche anschließend besprochen wurden. Hierbei wäre es einerseits hilfreich gewesen, ein spezifisches Treffen zu gestalten, um eventuelle Verständnisdifferenzen zu reduzieren oder Beispiele der Bearbeitung vorzustellen, um Sicherheit beim Schreibprozess zu erlangen. Differenzen entstanden durch das doch unterschiedliche Verständnis, wie beispielsweise ein Nursing Plan gestaltet wird (Unterschiede zwischen Deutschland und Norwegen).

Der Kontakt insgesamt erwies sich als sehr angenehm und war eine gute Möglichkeit, Lernfortschritte und Ziele zu besprechen und zu evaluieren. Ebenso bot die Praktikumsstelle einen sehr guten Einblick in die Arbeitswelt der ambulanten Pflege und die berufliche Perspektive konnte erweitert, bereichert und vertieft werden.

Während der Arbeitszeit ist ein Supervisor stets an der Seite der Praktikant_Innen, unterstützt einen, begleitet und erklärt. In unserem Fall waren die Erfahrungen mit den verschiedenen Supervisors und den Organisationen unterschiedlich, jedoch im Großen und Ganzen bei allen sehr positiv. Man konnte stets die Motivation der Supervisor (und anderen Kolleg_Innen) einem etwas zu lehren und beizubringen erkennen.

Durch die hervorragende Begleitung fühlte man sich trotz Sprachbarriere mit den Patienten und unterschiedlichen Arbeitstechniken sicher und konnte seine Skills und Fähigkeiten erweitern. Die gesamte Arbeit in dem Team wurde als sehr angenehm wahrgenommen, sodass es wirklich schwer fiel sich am Ende von Supervisor und Team zu verabschieden.

Im Unterschied zu den Erfahrungen in der ambulanten Pflege in Deutschland ist insbesondere das Arbeitsklima, die Zeiteinteilung, die Kommunikation untereinander, sowie der generelle Arbeitsablauf positiv aufgefallen. Der Arbeitstag begann um 7.30 Uhr morgens mit einem gemeinsamen Report im Team, der Verteilung der Arbeitsbereiche und der Medikamente. Anschließend wird die erste Tour zu den Patienten gestartet. Ein Mitarbeiter besitzt immer das „Emergency phone“, weshalb er weniger Patienten an diesem Tag zu versorgen hat. Kommt es während den Patientenbesuchen zu Schwierigkeiten, kann der Mitarbeiter mit dem „Emergency phone“ angerufen werden, welcher entweder selbst zur Unterstützung eilt oder weitere Pflegekräfte zur Unterstützung organisiert. Nach den morgendlichen Patientenbesuchen treffen sich alle Mitarbeiter des Frühdiensts in ihrem Gemeinschaftsraum, dokumentieren, machen gemeinsam Pause und besprechen sich in einem weiteren „Mittagsreport“. In diesem Mittagsreport werden Auffälligkeiten, Unsicherheiten o.ä. angesprochen und untereinander besprochen. Nach dem Report brechen die Mitarbeiter schließlich zu den nächsten Patienten auf oder bleiben im Office für administrative Aufgaben. Der Frühdienst ist schließlich um 15.00 Uhr beendet. Der Spätdienst verläuft einem ähnlichen Muster. Beginn ist um 15.30 Uhr, Ende um 23.00 Uhr.

Herausforderungen während des Praktikums entstanden insbesondere aufgrund der Sprachbarriere. Während jüngere Patient_Innen und Kolleg_Innen über sehr gute englische Sprachfähigkeiten verfügen, gestaltete sich die Kommunikation mit den älteren Patienten schwieriger, wodurch man auf eine konstante Übersetzung durch die Supervisor angewiesen war. Ebenfalls wurden alle administrativen Tätigkeiten (z.B. Dokumentation) in Norwegisch durchgeführt und auch der Report findet in Norwegisch statt. Die Schwierigkeiten wurden jedoch dadurch verringert, dass sowohl Supervisor als auch Kolleg_Innen motiviert waren zu

übersetzen und auf Englisch zu sprechen. Mitarbeiter_Innen, die in der Sprache eher unsicher waren, haben entweder Distanz gehalten oder sich entschuldigt und erklärt, dass sie nicht gerne Englisch sprechen.

5) Alltag/Freizeit

Mit dem monatlichen Studententicket, welches einfach mobil zu erwerben ist, kann die Umgebung recht komfortabel und günstig mit dem Bus oder Zug erreicht werden. Die Kosten betragen derzeit 300 NOK für Student_Innen. Wenn in der Freizeit jedoch Aktivitäten wie z.B. Wanderungen geplant werden, ist es zu empfehlen diese mit dem Auto anzufahren, da viele Orte mit dem Bus häufig nicht erreichbar sind. Nach Möglichkeit und Bedarf wäre es somit empfehlenswert, mit dem Auto anzureisen oder sich ggf. mit mehreren Personen ein Auto zu mieten.

Norwegen bietet dank der schönen Natur unzählige Möglichkeiten an Freizeitaktivitäten. Bereits in der nahen Umgebung von Stavanger gibt es viele Möglichkeiten zu Wandern, aber es existiert auch ein großes Angebot an Studentenaktivitäten, die i.d.R. kostenfrei in der App der Universität (minSIS) angeboten werden und absolut empfehlenswert sind, da dort für jeden etwas dabei ist. Auch das Sportcenter auf dem Campus, welches für 300 NOK monatlich gebucht werden kann, bietet ein ausgewogenes Sportprogramm an, welches in der Freizeit auch von vielen Student_Innen genutzt wird.

6) Fazit

Es war sehr spannend das Arbeitsleben der ambulanten Pflege in Norwegen kennenzulernen, viele Vergleiche zu meinen bereits gesammelten Erfahrungen ziehen zu können und neue Blickwinkel zu entdecken, aber auch einfach viel neues Wissen zu erlangen. Gleichzeitig war während der Arbeit ein guter Einblick in die norwegische Kultur möglich, was ebenso äußerst interessant war. Norweger sind generell, aber auch vor allem im Arbeitsleben sehr entspannt und gelassen. Ihr freundlicher und offener Umgang schafft ein angenehmes Klima.

Das Studentenleben in Norwegen ist definitiv sehr erfrischend und bietet viele Aktivitäten an, sodass es nie langweilig wird. Auch im Stadtzentrum bieten zahlreiche Bars, Clubs und Restaurants ein schönes Ambiente. Selbst wenn man gerne mal allein ist, bietet die Natur in Norwegen einen traumhaft schönen Rückzugsort. Der einzige Nachteil ist, dass es zum Winter ziemlich kalt, nass und dunkel wird, was aber in dem gemütlichen Zuhause kein Problem darstellen sollte.

Es war definitiv die richtige Entscheidung das Praktikum dort durchzuführen und wir können es nur weiterempfehlen.