

Erfahrungsbericht Praktikum Schweiz, Fribourg

- 01.05.2022 bis zum 01.09.2022 -

Aufenthaltszeitraum und Vorbereitung

Es war schon lange mein Wunsch, ein Forschungspraktikum im Ausland zu absolvieren und für einen gewissen Zeitraum erneut außerhalb Deutschlands zu leben, nachdem ich nach dem Abitur sehr gute Erfahrungen in meinem Auslandsjahr in Australien sammeln durfte. Daher entschied ich mich, mich willkürlich an verschiedenen Erasmus-Partneruniversitäten der Fakultät für Psychologie um einen Praktikumsplatz zu bewerben. Da die Schweiz allerdings nicht mehr Teil des Erasmus-Programms ist, empfahl mir die Erasmus-Koordinatorin meiner Fakultät mich stattdessen für das Promos-Stipendium zu bewerben, das auch Praktika außerhalb der EU fördert. Nach nur wenigen Tagen erhielt ich dann eine Zusage von Frau Prof. Dr. Durrleman, einer Dozentin, die die Arbeitsgruppe *Autism Bilingualism Cognitive & Communicative Development (ABCCD)* leitet. Die Arbeitsgruppe zählt streng genommen zu der Abteilung für Medizin, allerdings betreibt die Arbeitseinheit hauptsächlich Forschung im Bereich der Psychologie, weswegen die Forschungsschwerpunkte auch schnell mein Interesse weckten.

Die Organisation des Praktikums gestaltete sich sehr einfach, da die Dozentin der Gastuniversität sehr schnell auf meine E-Mails antwortete und einwilligte, dass ich bereits im nächsten Monat (Mai) mit dem Praktikum beginnen könnte. An der Universität bekam ich dann einen eigenen Schreibtisch zugeteilt, der sich im Büro der DoktorandInnen befand, die die Dozentin betreute und mit denen ich schließlich zusammenarbeiten konnte.

Unterkunft

Bei der Suche nach einer Unterkunft in Fribourg hatte ich großes Glück, da die Semesterferien in der Schweiz bereits Anfang Juli beginnen und somit einige Plätze in den Wohnheimen über die Ferien frei werden (tatsächlich studieren recht viele junge Leute aus den Grenzgebieten in der Schweiz, wenngleich ich erfahren habe, dass die Studiengebühren hier wesentlich höher ausfallen im Vergleich zu Deutschland).

Beworben habe ich mich bei verschiedenen Studentenwohnheimen, die entweder der *apartis*-Stiftung angehören oder unabhängig operieren. Schließlich erhielt ich eine Zusage für ein *Foyer*, so nennen sich oftmals die Studierendenunterkünfte in der Schweiz, das sich etwa in einem Kilometer Entfernung von dem Campus der Medizin und Psychologie befand. Die Miete für das Zimmer war mit 465 Schweizer Franken vollkommen in Ordnung. Die Unterkunft gliederte sich in drei Etagen mit jeweils vier Zimmern, wobei jede Etage über eine eigene Küche, einen Gemeinschaftsraum, einen Balkon (ausgeschlossen natürlich das Erdgeschoss), zwei Toiletten sowie ein Gemeinschaftsbad verfügte. Auch gab es auf jeder Etage einen kleinen Waschraum, in dem sich eine Waschmaschine, Wäscheständer und Staubsauger/Besen/etc. befanden. Der Keller beherbergte eine Turnhalle und weitere Sportgeräte wie etwa eine Tischtennisplatte.

Die Zimmer waren sehr groß und bestanden aus einem Bett, einem Schreibtisch, einem großen Kleiderschrank sowie einem Regal und einem eigenen Waschbecken. Durch das große Fenster war der Raum weiterhin sehr lichtdurchflutet.

Zu dem Zeitpunkt meines Aufenthaltes befanden sich zwei weitere Studentinnen auf meiner Etage, die ebenfalls Psychologie studierten und mit denen ich schnell Freundschaft schließen konnte. Insgesamt gestaltete sich das Zusammenleben sehr angenehm und die Absprachen bezüglich der Nachtruhe etc. wurden vorab klar kommuniziert und auch von allen Bewohnern des *Foyers* eingehalten.

Studium und Lehre bzw. Arbeitsalltag & Wert des Auslandsaufenthaltes

Das Praktikum fand vor Ort an der Université de Fribourg statt. Die Freiburger Universität gliedert sich in verschiedene Campi. Mein Büro befand sich auf dem Campus *Pérolles 09*, an dem sich die Abteilungen für Medizin, Psychiatrie, Endokrinologie und weitere verwandte Disziplinen ansammeln. Der Arbeitsalltag an der Universität gestaltete sich sehr abwechslungsreich. Es fanden zwar wöchentlich Meetings von meiner Arbeitsgruppe statt, an denen ich teilnehmen durfte, ansonsten durfte ich mir die Aufgabenbearbeitung jedoch frei gestalten und war hier vielmehr an Deadlines als an eine konkrete Bearbeitungsreihenfolge gebunden. Während meines Praktikums erhielt ich zahlreiche wertvolle Einblicke in die Forschung vor Ort und durfte weiterhin an Seminaren der Universität und Gast-Vorlesungen teilnehmen. Dieses Angebot nahm ich dankerfüllt an und auch großzügig wahr. Für die letzten beiden Juli- und die ersten beiden Wochen Augustwochen konnte ich außerdem an einem Französisch-Sprachkurs teilnehmen, der von der Stadt Fribourg organisiert wurde. Der Sprachkurs fand drei Mal wöchentlich im Abendbereich in einem Park im Zentrum der Stadt statt und war zudem kostenlos – ein tolles Angebot, durch das ich viele weitere nette Bekanntschaften schließen konnte. Nun zu meinen Aufgaben im Praktikum: Diese fokussierten sich primär auf die Entwicklung und Ausarbeitung von Studienmaterial. Ich war unter anderem für die Übersetzung und Rückübersetzung von deutschen und englischen Skripten, die Bearbeitung von Ton- und Videoaufnahmen und die Rekrutierung wie auch Pilotierung von Versuchsteilnehmern für anlaufende und laufende Studien zuständig. Als besonders schön empfand ich es, dass meine Arbeit und Arbeitsweise zu jedem Zeitpunkt wertgeschätzt und gelobt wurden. Das hat nicht nur zum Weiterarbeiten motiviert, sondern war auch hilfreich, um sich schnell einzuleben und so stellte sich auch schnell das Gefühl bei mir ein, nun Teil des Teams zu sein. Dazu wesentlich beigetragen hat auch die Tatsache, dass die DoktorandInnen, Frau Prof. Dr. Durrleman und die anderen PraktikantInnen super herzlich, offen und interessiert waren. Auch toll war es, dass ich häufig meine eigenen Ideen miteinbringen durfte und diese schließlich auch berücksichtigt wurden (etwa bei der Entwicklung von Testmaterial) und dass mir viele wertvolle Kompetenzen mit an die Hand gegeben wurden. So wurde mir unter anderem der Umgang mit mir zuvor unbekanntem Programmen und Plattformen wie *Audacity*, *daVinci* und *Gorilla* nahegelegt.

Alltag und Freizeit

Die Schweiz ist ein ziemlich überschaubares Land. Entsprechend konnte ich viele Ausflüge in angrenzende Städte unternehmen, da diese mit dem Zug sehr schnell und unkompliziert erreichbar sind. Die Schweiz hat unfassbar viel zu bieten – von einer Vielzahl an Museen, über ihre bezaubernde Natur (es gibt unzählige sehenswerte Seen und Flüsse, an denen man toll entlangspazieren oder eine Radtour machen kann), alte Kirchen und Ruinen bis hin zu kostenlosen Freizeitaktivitäten, die von den jeweiligen Städten angeboten werden. Empfehlen kann ich definitiv, einen Tagestrip nach Lausanne, Thun und Bern zu machen – aber auch Fribourg ist größer als man denkt und birgt viele interessante Orte, die zu Fuß erreichbar sind. Ausgehendsmöglichkeiten in Fribourg gibt es zahlreiche, jedoch hält sich das Shoppingangebot in Grenzen. Den Großteil meiner Freizeit habe ich mit den DoktorandInnen und PraktikantInnen verbracht. Wir sind oft ausgegangen, um etwas zu trinken (empfehlen kann ich hier das *Café Cyclo*, *Les Trentenaires*, das *Cafe Populaire*; in der Pizzeria *Luigia* gibt es außerdem die meiner Meinung nach beste Pizza und der *Boutique Chocolat Villars* kann man gut einen Besuch abstatten, wenn man gerne guten Kaffee trinkt und auf der Suche

nach süßen Mitbringseln ist) oder durch die Stadt zu schlendern. Im Juli organisiert die Stadt Fribourg außerdem ein jährliches Festival, das Les Georges Festival, auf dem verschiedene Musikbands auftreten und das zudem kostenlos ist. Wir haben das Festival an zwei Abenden besucht und es ist wirklich unterhaltsam und gut besucht. Des Weiteren durfte ich dank einem der DoktorandInnen kostenlos Badminton spielen. Die Gruppe organisiert sich selbstständig über eine WhatsApp-Gruppe und wird von einem Dozenten angeleitet, der über Zugang zu der Turnhalle der Universität verfügt. Ansonsten gibt es in Fribourg aber auch viele weitere Sportangebote, die von der Universität verwaltet werden und sogar zu dem städtischen Schwimmbad erhält man über die Universität gegen eine geringe Gebühr Zugang.

Fazit

Die Zeit in Fribourg war wirklich schön und lehrreich und ich kann jedem wärmstens empfehlen, die Chance zu nutzen und während des Studiums ein Auslandspraktikum zu absolvieren. Man sammelt unzählige unvergessliche Erfahrungen, schließt viele neue Freundschaften und lernt nicht nur in akademischer Hinsicht eine Menge dazu, sondern profitiert auch im Hinblick auf die persönliche Entwicklung. Dank der Promos-Förderung hat