

Wohnungs- & Praktikumssuche:

Am 24.01.2025 startete mein Abenteuer eines Erasmus Praktikums in Irland. Ich flog von Köln nach Dublin und nahm dort den Bus nach Kilkenny, eine kleine mittelalterliche Stadt im Südosten Irlands. Warum Kilkenny? Schon seit einigen Jahren bezeichne ich diesen Ort als mein zweites Zuhause, nachdem ich 2021 nach meinem Abitur dort bereits ein freiwilliges Praktikum absolviert habe und so meine Gastfamilie kennengelernt habe. Die Familie war auch einer der Hauptgründe, weshalb ich nun dieses Praktikum in Irland beziehungsweise in Kilkenny machen wollte. Die Chance noch einmal für längere Zeit bei ihnen zu wohnen und Zeit mit ihnen zu verbringen – nicht nur für einen kurzen Besuch- war für mich wie ein wahrgewordener Traum. Dementsprechend war auch meine Wohnungssuche für mein Auslandspraktikum quasi nicht existent. Ich hatte bereits vor der Praktikumssuche mit meiner Gastmutter gesprochen und sie hatte mir versichert, dass ich wieder bei ihnen wohnen könne.

Die Praktikumssuche hingegen gestaltete sich nicht so einfach. Insgesamt dauerte es fast fünf Monate, bis ich eine Praktikumsstelle gefunden hatte und die Anzahl an Bewerbungen und Emails, die ich in dieser Zeit verschickt habe, ist immens. Zwar war die Suche bereits leicht eingegrenzt auf Stellen in und um Kilkenny, da ich ja bereits wusste, wo ich wohnen würde, aber besonders aus der Ferne ist es nicht leicht selbstständig und ohne persönliche Kontakte einen Praktikumsplatz zu finden. Während meiner Praktikumssuche war ich außerdem gerade im Auslandssemester in Spanien, wodurch die Suche zusätzlich leicht erschwert war. Als ich schließlich das Sucht-Rehabilitationszentrum Aiseiri Aislinn in Ballyragget gefunden hatte, war ich nicht nur voller Vorfreude, sondern auch sehr erleichtert. Zunächst stand ich in Email-Kontakt mit der Einrichtung, wobei es oft etwas dauerte, bis ich Antwort bekam. Die Ansprechpartnerin war aber von Beginn an sehr offen und freundlich. Es folgte ein telefonisches Vorstellungsgespräch und schließlich das offizielle Angebot für einen Praktikumsplatz. Im gesamten Prozess war die Ansprechpartnerin der Einrichtung sehr hilfsbereit und verständnisvoll in Bezug auf Unterlagen, bürokratische Hindernisse oder Ähnliches, was mir schon zu diesem Zeitpunkt ein gutes Gefühl und Sicherheit vermittelte.

Praktikumsstelle & (Arbeits-)Alltag:

Aiseiri Aislinn ist ein Rehabilitationszentrum zur Behandlung von Suchterkrankungen für Jugendliche von 15 bis 21 Jahren. Es liegt in Ballyragget, einem kleinen Vorort von Kilkenny.

Psychologie (B.Sc.)

Leider gab es keine Busverbindungen, weshalb ich an meinen Arbeitstagen ein Auto mieten musste, um die Einrichtung zu erreichen.

Zu Beginn des Praktikums hatte ich die Option zu wählen, ob ich lieber fünf Tage die Woche jeweils acht Stunden arbeiten möchte oder an drei Tagen pro Woche zwölfstündige Schichten übernehmen möchte. Ich entschied mich für die zwölf Stunden an drei Tagen pro Woche, da sich dies mit der Anmietung des Autos besser vereinbaren ließ. Später stellte ich auch für mich persönlich fest, dass ich es präferierte den ganzen Tag vor Ort zu sein, da man die Klienten so durch den gesamten Tagesablauf begleiten konnte.

Meine Hauptaufgaben als psychologische Praktikantin lagen darin, Gruppentherapie-Sitzungen zu begleiten, Einzeltherapie-Gespräche durchzuführen und weitere therapeutische Aktivitäten zu begleiten, wie zum Beispiel Kunsttherapie, Sporttherapie, Psychodrama und auch Gartenbau. Außerdem gehörten die Unterstützung und Betreuung der Klienten im Alltag zu meinen Aufgaben und ich konnte mich auch durch Präsentationen und Vorträge im Bereich der Psychoedukation einbringen.

Ich selbst wurde besonders durch meine Supervisorin betreut, welche mir innerhalb der ersten Woche zugeteilt wurde. Sie stand mir jederzeit als Hauptansprechperson zur Verfügung, aber ich erhielt auch von allen weiteren Mitarbeitenden viel Unterstützung und Feedback. Mit meiner Supervisorin führte ich einzelne Gespräche und auch mit dem Manager der Einrichtung gab es gelegentliche Check-ins. Ich habe mich während des gesamten Praktikums sehr geborgen und unterstützt gefühlt, und wusste, dass ich jederzeit mit jemandem sprechen konnte. Die Zusammenarbeit mit den Mitarbeitenden in Aislinn hat mir immer sehr viel Spaß gemacht. Es herrschte ein angenehmes Arbeitsklima, trotz der schwierigen Themen, mit denen man sich tagtäglich beschäftigen musste, und ich wurde von Tag 1 sofort als Teil des Teams behandelt.

An Arbeitstagen startete mein Tag um 6.15 Uhr. Ich machte mich fertig für den Tag und aß Frühstück gemeinsam mit meinem Gastvater, bevor ich um 8.00 Uhr losfuhr zur Arbeit. Der Weg zur Arbeit dauerte circa 25 Minuten und mein Arbeitstag begann um 8.30 Uhr. Jeder Morgen startete zunächst mit einer Übergabe, bei dem die Mitarbeitenden des Nachtdienstes uns über die Ereignisse der Nacht und das Wohlbefinden der Klienten informierten. Gegen 9.00 Uhr ging es dann weiter mit der Betreuung der Klienten bei der Erledigung ihrer täglichen Aufgaben, zu welchen kleine Haushaltsaufgaben oder auch das Reinigen des eigenen Zimmers zählten. Es folgte ein morgendlicher Check-In und je nach Wochentag das Ausfüllen von Dankbarkeitstagebüchern, Psychoedukation, Meditation oder auch

Psychologie (B.Sc.)

Holzarbeiten. Um 12.00 gab es dann die erste Gruppentherapiesitzung des Tages. Diese dauerte immer eine Stunde und wurde für aktuelle Themen, allgemeine Check-Ins oder für Schritte des Programms genutzt. Alle Klienten durchlaufen in ihren sieben Wochen in der Einrichtung die ersten fünf Schritte des 12-Schritte Minnesota Programms zur Suchtbehandlung. Die Schritte wurden zunächst von den Klienten individuell erarbeitet und dann in der Gruppentherapie oder mit dem jeweiligen Haupttherapeuten aufgearbeitet und abgeschlossen. Nach der Gruppentherapie gab es um 13.00 Uhr Mittagessen. Dies wurde von zwei Köchinnen vorbereitet und von allen Mitarbeitenden und Klienten gemeinsam eingenommen. Auch das Spülen und Aufräumen des Geschirrs gehörte zu den Haushaltsaufgaben der Klienten, wobei ich sie ebenfalls unterstützte und betreute. Die Gestaltung des Nachmittags war je nach Wochentag unterschiedlich. Montags und freitags gab es Kunsttherapie, dienstags und donnerstags wurden Gartenarbeiten und Sport angeboten und donnerstags gab es außerdem eine Psychodrama-Aktivität. Mittwochs war Familientag. An diesem Tag kamen die Eltern der Klienten in die Einrichtung und es wurde Familientherapie durchgeführt, sowie eine Selbsthilfegruppe für Familienmitglieder. Um 17.00 Uhr folgte dann eine weitere Gruppentherapiesitzung und um 18.00 gab es Abendessen. Die Abendgestaltung war meist etwas lockerer. Hier hatten die Klienten oft etwas Zeit für sich, zum Fernsehen oder für individuelle Arbeit an den Schritten des Programms. An einigen Tagen bereiteten ein weiterer Praktikant und ich ein Quiz vor, an dem die Klienten auch sehr viel Spaß hatten, und manchmal wurde abends auch noch ein wenig Volleyball gespielt. Oft führte ich abends auch noch einige Einzeltherapiegespräche oder half Klienten bei persönlichen Projekten. Einzeltherapie wurde in der Einrichtung rund um die Uhr angeboten, je nachdem, wann ein Klient das Bedürfnis hatte zu reden oder wann ein Therapeut ein Gespräch für nötig oder angebracht hielt. Mein Arbeitstag endete gegen 20.45 Uhr, nach der Übergabe an den Nachtdienst.

An meinen freien Tagen schlief ich meistens etwas länger oder nutzte den Vormittag, um Aufgaben für die Uni zu erledigen. Ansonsten verbrachte ich viel Zeit mit meiner Gastfamilie. Ich spielte mit den Kindern, begleitete sie auf Ausflüge zu den Großeltern, ans Meer oder zum Wandern. Ein Highlight meiner Woche war auch das regelmäßige Sonntagsfrühstück bei den Eltern meines Gastvaters. Hier gab es immer ein Full Irish Breakfast und die ganze Familie kam zusammen. Mit meinem Gastvater schaute ich oft Fußball und er nahm mich auch mit zu einem Hurling Spiel im Stadion von Kilkenny. Auch mit meiner Mitbewohnerin aus Hamburg unternahm ich viel. Wir gingen zusammen in den Park oder in die Stadt, machten Ausflüge nach Dublin oder zu lokaleren Attraktionen und genossen auch den ein oder anderen Abend in

Psychologie (B.Sc.)

den Pubs von Kilkenny. Da ich ja zuvor bereits in Irland war und auch in meinem Auslandssemester in Spanien einige Iren kennengelernt hatte, nutzte ich manche Wochenenden, um diese Freunde zu besuchen oder Ausflüge mit ihnen zu unternehmen. Außerdem spielte ich Fußball in der lokalen Frauenmannschaft von Kilkenny, bei denen ich auch 2021 während meiner Zeit in Irland bereits mitgespielt hatte.

Evaluation (gute & schlechte Erfahrungen):

Zu den besten Erfahrungen aus meinem Praktikum gehören definitiv die sogenannten „Farewells“. Diese sind kleine Abschiedszeremonien für Klienten, die das Programm erfolgreich abgeschlossen haben. Dazu kommt die gesamte Gruppe und alle Mitarbeitenden zusammen, ein Zertifikat und ein Medaillon werden überreicht und positive Eigenschaften des Klienten und Wünsche für dessen Zukunft hervorgehoben. Während meiner Zeit in Aislinn durfte ich glücklicherweise an einigen solcher farewells teilnehmen und empfinde sie als ganz besonderen Moment im Leben eines jungen Klienten. Auch der fünfte Schritt des Rehabilitationsprogrammes ist in meinen Augen etwas ganz Besonderes und ich bin sehr dankbar, dass ich auch diesen einmal begleiten durfte. In diesem Schritt verbrennt ein Klient alle seine über das Programm hinweg angesammelten Niederschriften, als Zeichen des Loslassens und für einen klaren und unbefangenen Neustart. Ich konnte dem Klienten, welchen ich dabei begleitet habe, förmlich ansehen, wie eine schwere Last von ihm gelöst wurde und seine Vorfreude auf ein neues, drogen- und suchtfreies Leben immer größer und greifbarer wurde. Dies war auch für mich ein ganz besonderer Moment. Insgesamt waren aber auch alltäglichere Dinge, wie zum Beispiel die Familientherapie oder das Psychodrama, für mich sehr gute Erfahrungen. Ich hatte zuvor noch keine Gruppen- oder Familientherapie erlebt und freute mich sehr darauf das Konzept besser kennenzulernen. Besonders die Familientherapie war immer wieder intensiv, aber auch effektiv und für mich sehr lehrreich. Das Psychodrama war für mich wiederum eine Möglichkeit eine nicht-klinische Art der Therapie kennenzulernen und die Klienten somit noch auf einer weiteren, neuen Ebene kennenzulernen. Dementsprechend waren für mich auch Aktivitäten wie gemeinsame Gartenarbeit oder Sport sehr positiv, da ich in diesen Situationen eine bessere Verbindung und mehr Vertrauen zu den Klienten aufbauen und ihnen ein Stück Normalität vermitteln konnte.

Es gab aber natürlich auch weniger positive Erfahrungen während meines Praktikums in Aislinn. Oft gab es Drama innerhalb der Gruppe, durch Angelegenheiten wie Gerüchte und Lästereien. Beides Dinge, die bei Teenagern nicht unüblich sind, aber gegen die die

Psychologie (B.Sc.)

Mitarbeitenden und ich ankämpfen mussten, um Ruhe in die Gruppe zu bringen und den Fokus auf der Rehabilitation zu halten. Hierzu wurde zunächst immer das offene Gespräch mit den Klienten gesucht. Aber auch Regeln und Routinen waren in Aislinn generell sehr wichtig, da diese den jungen Klienten eine gewisse Sicherheit gab und sie auch auf das Leben außerhalb der Einrichtung vorbereitete. Es kam aber auch mehrfach vor, dass ich mit respektlosem Verhalten einzelner Klienten mir gegenüber fertigwerden musste. Diese Situationen waren natürlich auch nicht schön, aber glücklicherweise konnte ich sie immer recht schnell lösen und gut verarbeiten, auch durch die Unterstützung meiner Supervisorin. Die mit Abstand schlechteste Erfahrung, die ich in meinem Praktikum gemacht habe, war die Nachricht über Rückfälle. Es kam leider mehrfach vor, dass Klienten das Programm frühzeitig verließen oder ehemalige Klienten rückfällig wurden und somit zurück auf der Straße und in der Sucht landeten. Es war nicht einfach damit umzugehen, weil es für einige Klienten vermutlich ein Todesurteil bedeuten könnte. Es ist aber leider auch eine Realität der Suchtkrankheit, mit der man arbeiten muss. Bezüglich dieses Themas habe ich mich besonders mit einem Kollegen oft unterhalten und er hat mir sehr weitergeholfen, damit umzugehen und nach vorn zu schauen. Klienten, die rückfällig werden, haben jederzeit die Möglichkeit erneut eine Behandlung in Aislinn anzutreten. Es bleibt also die Hoffnung, dass sie es eines Tages doch noch in ein suchtfreies Leben schaffen.

Fazit:

Trotz der schwierigen Themen und Situationen, mit denen mein Praktikum in Aislinn mich konfrontierte, habe ich die Zeit dort sehr genossen. Es ist eine erfüllende Arbeit, bei der ich nicht nur viel über mein Studienfach, sondern auch über mich selbst gelernt habe. Ich nehme sehr viel neues Wissen aus diesen zwei Monaten mit und hoffe, dass ich es eines Tages wieder in der Praxis anwenden kann. Auch für die Zeit, die ich während des Praktikums mit meiner Gastfamilie verbringen konnte, werde ich ewig dankbar sein. Es war eine wundervolle Erfahrung, wieder bei ihnen zu wohnen und auch noch ein wenig mehr von Irland und dessen Kultur kennenzulernen.

Ich plane fest damit, nach Kilkenny zurückzukehren und auch Aislinn zu besuchen. Die Menschen, die ich dort kennenlernen durfte, haben mich alle tief berührt und sind mir sehr ans Herz gewachsen. Ein besseres Praktikum hätte ich mir nicht vorstellen können.