

Erfahrungsbericht
Psychologie-Praktikum
Greater Accra Regional Hospital
Accra, Ghana
15.09.2019 - 01.12.2019

Seit meinem Pflichtpraktikum in einer Psychiatrie in Deutschland war mir klar, dass ich neben meines Studiums auch weitere praktische Erfahrungen sammeln möchte. Besonders kulturelle Unterschiede im Hinblick auf die Psychologie und die Arbeit als Psychologe interessierten mich seit des ersten Praktikums immer mehr. Der Kontinent Afrika war außerdem schon immer ein Reiseziel von mir und somit begab ich mich im Internet auf die Suche nach Organisationen, die Psychologie-Praktika in Afrika anbieten. Dabei stieß ich sehr schnell auf die Organisation „Rainbow Garden Village (RGV)“, die auch vom DAAD als guter Anbieter für Praktika und Volontariate vorgeschlagen wurde. Dort wurde ein klinisch-psychologisches Praktikum in einem Krankenhaus in der ghanaischen Hauptstadt Accra angeboten, welches mich sehr ansprach. In einem kurzen Telefonat mit der Organisation wurde mir bestätigt, dass das Praktikum in dem von mir gewünschten Zeitraum möglich ist und somit konnte ich starten, nach und nach die Bewerbungsunterlagen bei RGV einzureichen. Innerhalb kürzester Zeit wurde mir dann auch mein Reise-ABC zugeschickt, dem ich alle wichtigen Informationen zur Vorbereitung des Auslandsaufenthaltes entnehmen konnte. Tipps zu der Lebensweise, den Verhaltensweisen im ghanaischen Kulturkreis und den Transportmöglichkeiten vor Ort waren darin unter Anderem zu finden. Es wurden außerdem Tipps zur Beantragung des Visums gegeben und die Flüge habe ich mit einem der Mitarbeiter von RGV am Telefon gemeinsam gebucht. Generell standen alle Mitarbeiter der Organisation immer für Fragen zur Verfügung und beantworteten diese auch geduldig und ausführlich. Kurz vor Abreise hat RGV mich per Mail an die wichtigsten Dinge erinnert, die auf der Reise nicht fehlen sollten und somit habe ich mich sehr gut und vollständig vorbereitet gefühlt.

In Ghana angekommen habe ich mich schon nach kürzester Zeit sehr wohl gefühlt und mich an die komplett andere Kultur und Umgebung gewöhnt. Ich habe mich sehr sicher gefühlt und die Menschen waren überall sehr freundlich und hilfsbereit. Dass man als hellhäutiger Mensch des Öfteren auf der Straße angesprochen wird wurde zur Normalität, zeugte aber nur von der Freude und Offenheit der Einheimischen gegenüber Menschen aus anderen Ländern und Kulturen. Dadurch, dass alle in Accra stationierten Praktikanten und Volontäre von RGV gemeinsam in einem Haus wohnten, konnte man viele Erfahrungen gemeinsam machen und sich darüber untereinander austauschen.

Im Haus musste man sich an einige Dinge gewöhnen, wie dass man seine Wäsche per Hand waschen musste, es kein warmes Wasser gab und ab und zu mal der Strom ausfiel. Genau diese Dinge lernt man dadurch aber sehr zu schätzen und außerdem

habe ich warme Duschen bei einer Durchschnittstemperatur von 32 Grad Celsius nicht wirklich vermisst.

Sprachlich ist man mit englisch immer sehr gut zurecht gekommen, auch wenn der westafrikanische Akzent am Anfang etwas schwer zu verstehen war. Mit der Zeit habe ich mich daran allerdings gewöhnt und hatte keine Verständnisprobleme mehr. Freizeittechnisch bietet es sich in Accra immer an, auf die viele schönen Märkte zu gehen und die Menschen mit dem Kauf ihrer Waren zu erfreuen. Wenn man gerne singt und tanzt lässt sich auch das Nachtleben in Accra sehr genießen, denn die Einheimischen wachsen mit viel Musik und Tanz auf und ihre Freude daran ist sehr ansteckend.

Da in Ghana alles vergleichsweise günstig ist, kann man auch sehr gut kleine Reisen am Wochenende machen. Ob eine Wanderung an der Grenze zu Togo oder ein ruhiges Wochenende an einem der schönen Strandorte - da ist für jeden etwas dabei und man lernt immer wieder tolle Menschen kennen und schließt die ein oder anderen Freundschaften.

Nicht schön anzusehen war in Accra vor allem die enorme Vermüllung der Umwelt und Verbrennung von Plastik überall auf den Straßen. Hier muss meiner Meinung nach noch sehr viel Aufklärungsarbeit und Hilfe geleistet werden.

Das Greater Accra Regional Hospital war ein für Ghana vergleichsweise hoch standardisiertes Krankenhaus mit einem schönen neuen Klinikgebäude. Der Clinical Psychology Center (CPC) war allerdings im älteren der beiden Hauptgebäude, was nicht weiter schlimm war. Etwas hinterfragt habe ich allerdings die Räumlichkeiten der psychologischen Abteilung, denn abgesehen von dem Büro der Chef-Psychologin gab es nur einen Raum, der von Holzwänden in drei geteilt wurde. Dabei stellten die beiden kleinen Räume die Büros der anderen zwei Psychologinnen da und der große Raum diente als allgemeiner Arbeits- und Aufenthaltsraum für alle. Da die Holzwände nicht klangdicht waren, konnten Therapiesitzungen auch nicht als anonym angesehen werden, da man jedes einzelne Wort verstehen konnte. Oft wurden Therapiesitzungen auch durch laute Gespräche im Aufenthaltsraum gestört.

Das Verhältnis zwischen den Kollegen war sehr gut und die Atmosphäre von Beginn an sehr familiär. Neben Praktikanten von RGV gab es noch weitere Praktikanten aus Ghana und drei junge Damen, die ihren National Service ablegten. In Ghana muss jeder¹ Studierende nach Absolvierung seines Studiums an einer akkreditierten Hochschule für ein Jahr einen nationalen Dienst ableisten. Somit hatte der CPC meistens sehr viele junge Menschen gleichzeitig zu betreuen, was dazu führte, dass man nicht immer beschäftigt war. Die Arbeitszeit war montags bis freitags von jeweils 8 bis 15 Uhr mit einer einstündigen Mittagspause.

¹ Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird im Folgenden auf die gleichzeitige Verwendung weiblicher und männlicher Sprachformen verzichtet und das generische Maskulinum verwendet. Sämtliche Personenbezeichnungen gelten gleichermaßen für beide Geschlechter.

Die Psychologen vor Ort waren sehr freundlich und immer für Fragen offen. Sie bemühten sich stets, uns bei so vielen Therapiesitzungen und Fällen wie möglich mitzunehmen und mit uns die einzelnen Fälle zu besprechen.

Der Montag begann immer mit einem sogenannten Morning Meeting, in welchem der Reihe nach jede/r von seinem/ihrem Wochenende erzählte sowie von Fällen, die man in der letzten Woche gesehen hatte und bei denen in der Gruppe diskutiert wurde, inwiefern mit dem jeweiligen Fall weiterhin umgegangen werden sollte. Dabei war besonders schön, dass jeder seine Gedanken äußern konnte und auf jede Meinung gleich viel Wert gelegt wurde, ganz egal ob sie von bereits ausgebildeten oder noch lernenden Gruppenmitgliedern kam.

Wenn neue Praktikanten kamen, wurde im Anschluss an das Morning Meeting mit einem Training begonnen, in welchem Praktikanten darüber informiert wurden, welche Aufgaben im Praktikum auf sie zukommen. Außerdem wurde ein Training zum sogenannten Protocol of Care durchgeführt, in dem man erklärt bekommt, wie der Ablauf des ersten Gesprächs mit einem neuen Patienten/ einer neuen Patientin aussieht. Dieser Ablauf wurde dann auch direkt in einem Rollenspiel geprobt. Über die ersten Tage hinweg wurden weitere Trainings durchgeführt, in welchen soziale Fertigkeiten für die Gesprächsführung mit Patienten/innen vermittelt wurden. Diese wurden wieder an Rollenspielen geübt, in denen jeder mal an der Reihe war. Das letzte Training bezog sich dann auf die Mental State Examination (MSE), welche ein standardisiertes Instrument zur Erfassung des Geisteszustands eines Patienten/ einer Patientin ist.

Sobald man jedem der Trainings unterlaufen war wartete man dann auf Fälle, bei denen man hospitieren konnte. Auf der einen Seite gab es die sogenannten Walking-Cases, also Patienten, die regelmäßig zur Psychotherapie zum CPC kamen. Auf der anderen Seite gab es die sogenannten Ward-Cases, also Patienten, die zu dieser Zeit aus körperlichen Gründe im Krankenhaus waren und von Ärzten aus verschiedenen Gründen an die Psychologen übermittelt wurden. Da sich diese letzteren Fälle nicht planen ließen, konnte es gut sein, dass man mal einen ganzen Tag auf einen Fall wartete und dann ohne Erfolg nach Hause ging.

Eine weitere Aufgabe als Praktikant bestand darin, eine Präsentation über ein bestimmtes Thema zu halten. Jeden Mittwochmorgen fand im Hauptgebäude eine Weiterbildung mit Ärzten und Psychologen statt und jede Woche stellte jemand ein Thema vor, welches für beide Berufsgruppen wichtig war. So bereitete ich relativ am Anfang meines Praktikums mit einer anderen Praktikantin eine Präsentation zum Störungsbild der Erektile Dysfunktion vor und diese hielten wir dann an einem Mittwoch vor Ärzten und Psychologen. Auch innerhalb des CPC wechselten wir uns mit sogenannten In-house-Presentations ab, in denen verschiedene Störungsbilder in der Gruppe diskutiert wurden.

Insgesamt fühlte ich mich mit dem Praktikum zwar nicht unterfordert, aber auch nicht ausreichend gefordert. Durch die Präsentationen, welche ich selbstständig und auf englisch vorbereiten und vortragen musste, wurden meine Präsentations- und Sprachkenntnisse gefordert und ich hatte dadurch auch das Gefühl, dass sich diese

durch die Tätigkeit verbessert haben. Die praktische Erfahrung hat mir für die lange Zeit, die ich im Praktikum verbracht habe, dagegen nicht ausgereicht. Wenn es mal einen Fall gab, bei dem ich hospitieren durfte, war es auch wirklich interessant und ich konnte Einiges lernen. Allerdings habe ich auch viel Zeit mit Warten verbracht, was vielleicht auch ein bisschen an der Arbeitskultur und -moral in Ghana lag. Diese habe ich als teilweise etwas langsam und ineffizient wahrgenommen und das Herumsitzen und Warten schien relativ normal zu sein. Trotzdem konnten dabei sehr interessante Gespräche mit Kollegen entstehen, die sich in meinem Fall auch meistens um psychologische Themen drehten.

Das Hospitieren von Fällen war sehr interessant und lehrreich. Die meisten Gespräche mit den Patienten fanden auf englisch statt, allerdings bevorzugten manche Patienten auch die in Accra gesprochene lokale Sprache Twi zu sprechen. In diesen Fällen wurde uns Praktikanten das Gesagte aber immer geduldig von den Psychologen übersetzt. In den meisten Fällen handelte es sich bei den Störungsbildern um Depressionen, Angststörungen oder posttraumatische Belastungsstörungen. Eine Sache, die ich durch die Gespräche mitgenommen habe, ist dass man bei den verschiedenen Patienten auch immer ihre kulturelle Herkunft beachten sollte. So spielt in Ghana die Religion beispielsweise eine sehr große Rolle und viele Patienten attribuierten ihre Krankheiten somit auf religiöse Gründe. Dadurch hat sich für mich das Ziel erfüllt, durch das Praktikum ein größeres Bewusstsein für die kulturellen Unterschiede in und außerhalb der Psychologie zu erlangen. Es wurde mir außerdem klar, dass die Psychologie in Ghana noch keinen so großen Stellenwert hat wie beispielsweise bei uns in Deutschland, da wir vielen Patienten erst einmal erklären mussten, was die Arbeit eines Psychologen ausmacht. Das CPC bemüht sich auch über soziale Medien, der Psychologie in Ghana einen größeren Bekanntheitsgrad und Stellenwert zuzusprechen.

Für meine Sprachkenntnisse in Englisch hat sich der Aufenthalt auf jeden Fall gelohnt und auch mein fachbezogener englischer Sprachschatz hat sich erweitert. Dies ist sehr hilfreich, da besonders im Fach Psychologie die meiste Literatur englisch ist.

Insgesamt würde ich einen Auslandsaufenthalt in Ghana sehr empfehlen. Man lernt eine komplett neue Kultur kennen und es ist sehr erfrischend, für eine Weile in einem so lebensfrohen Land zu wohnen. Die Menschen scheinen oft glücklicher als die Menschen in Deutschland oder Europa, obwohl sie meistens nicht viel besitzen. Auch das Nachtleben ist ab und zu sehr zu genießen, wenn man gerne singt und tanzt oder auch einfach nur ein paar nette Gespräche führen will.

Das Praktikum an sich würde ich nur dann weiterempfehlen, wenn sichergestellt werden kann, dass nicht so viele Praktikanten gleichzeitig vor Ort sind. Denn qualitativ habe ich wirklich einige Dinge lernen können, hätte aber schlussendlich gerne noch mehr Erfahrungen gesammelt und die Zeit effizienter genutzt.

Persönlich habe ich in Ghana ein zweites Zuhause gefunden und wunderbare Bekanntschaften gemacht. Der Auslandsaufenthalt hat mir gezeigt, wie das Leben in Westafrika aussieht und wie stark sich die Lebenseinstellungen von den Einstellungen in meinem Umfeld unterscheiden. Ich habe gelernt, einfach Dinge wie Strom und

GH-2019-AG100-w

fließendes Wasser zu schätzen und mir über belanglose Dinge nicht so viele Sorgen zu machen. Wer sich also persönlich weiterentwickeln und den eigenen Horizont erweitern möchte, ist in Ghana genau richtig!