

# PROMOS Erfahrungsbericht - Mein Praktikum in Mylaudy, Indien

## Der Traum vom Auslandpraktikum

Bereits vor drei Jahren reifte in mir die Idee, ein Praktikum im Ausland zu absolvieren. Eine Freundin erzählte mir damals von einem Kinder-Orthopädie- und Rehabilitationszentrum im Süden Indiens. Von diesem Moment an wusste ich: Dort wollte ich hin, um ein Praktikum im Bereich Physiotherapie zu machen. Während meines Studiums ließ sich das leider nicht realisieren, doch ich hielt an meinem Wunsch fest am Ende des Studiums nach Indien zu reisen. Der Kontakt zum Zentrum entstand durch eine Physiotherapeutin aus Hamburg, die selbst schon einige Male vor Ort gewesen war. Sie vermittelte mir die Adresse, und ich schrieb eine E-Mail, in der ich mich vorstellte. Die Antwort ließ nicht lange auf sich warten: Ich sei jederzeit herzlich willkommen und könne für zwei Monate kommen. Damit begann eine intensive Vorbereitungszeit, die mich auf mein Abenteuer in Indien einstimmte.

## Organisation und Vorbereitung

Der erste Schritt war die Beantragung eines Stipendiums. Dafür musste ich ein Motivationsschreiben verfassen, ein Einladungsschreiben aus Indien anfordern und zahlreiche weitere Dokumente ausfüllen. Parallel kümmerte ich mich um meinen Impfstatus. Es fehlten noch Impfungen gegen Typhus, japanische Enzephalitis und eine Auffrischung der Tollwutimpfung. Die Impfstoffe bestellte ich in der Apotheke, und glücklicherweise übernahm meine Krankenversicherung die Kosten – sonst wäre es ein teurer Spaß geworden. Gleichzeitig organisierte ich eine Zwischenmieterin für mein Zimmer, um die Reisekasse ein wenig aufzubessern. Der umfangreichste Teil der Vorbereitung war jedoch der Visumsantrag. Um ein Studierendenvisum zu beantragen, benötigte ich Unterlagen von meiner Universität, ein offizielles Einladungsschreiben aus Indien und eine Bürgschaft meiner Eltern .... Mit diesen Dokumenten fuhr ich zum Konsulat nach Hamburg und hoffte, dass alles rechtzeitig klappen würde. Doch die Wartezeit zog sich. Sechs Wochen nach Einreichung und mehreren nervenaufreibenden Telefonaten hielt ich schließlich mein Visum in den Händen. Der Start meines Praktikums musste um drei Wochen verschoben werden, doch als alles geklärt war, buchte ich meinen Flug, packte die letzten Dinge und machte mich auf den Weg.

## Ankunft und Unterkunft

Am 10. September kam ich mitten in der Nacht am Flughafen in Thiruvananthapuram an. Abgeholt wurde ich vom Fahrer des Zentrums, welcher mit einem Schild mit meinem Namen drauf auf mich wartet. Und dann ging es zweieinhalb Stunden durch den stressigen Verkehr Indiens. Trotz der frühen Uhrzeit wurde ich um halb sechs morgens herzlich von Dr. Johnson in Empfang genommen und zu meinem Zimmer gebracht, wo ich erstmal ankommen und mich ausruhen durfte. Untergebracht war ich im 2. Obergeschoß des Hauptgebäudes des CORC. Im Erdgeschoß befanden sich Büros, die Orthopädiewerkstatt und Untersuchungsräume für Ärzt\*innen. Direkt darunter lebte

der Manager Dr. Johnson mit seiner Frau Stella, bei denen ich mich schnell sehr wohl fühlte. Mein Zimmer bestand aus zwei Betten, einem Kleiderständer, einem Tisch und einem eigenen Badezimmer mit Dusche und Toilette. Das Beste war jedoch die Aussicht. Aus meinem Fenster blickte ich über Reisfelder, einen See und Palmen bis hin zu den Bergen – ein wunderschöner Anblick. Dank Ventilator und Klimaanlage ließ es sich trotz der tropischen Temperaturen angenehm schlafen, auch wenn der Hahn vor dem Fenster jeden Morgen zuverlässig krähte.

### Mein Alltag im CORC

Das Children Orthopedic and Rehabilitation Center verfolgt die Vision, allen Kindern, unabhängig vom Einkommen ihrer Familien, Zugang zu medizinischer Versorgung zu ermöglichen. Der Schwerpunkt liegt auf der Behandlung von Kindern mit Behinderungen, insbesondere mit Zerebralparesen (CP). Mein Tag begann um 8:30 Uhr mit einem Frühstück, das die Köchin Rajam für uns zubereitete. Ihr Dosa mit Sambar und Coconut Chutney wurde schnell zu meinem Lieblingsessen. Um 9:30 Uhr startete das tägliche Team-Meeting, an dem alle Mitarbeitenden und Praktikant\*innen teilnahmen. Nach einem Gebet, das Rajam sprach, besprachen wir den Therapieplan für den Tag.

### Therapiealltag

Jeden Tag kamen etwa vier Kinder mit ihren Müttern ins Zentrum. Sie wurden vom Fahrer mit einem Kleinbus abgeholt. Weitere Patient\*innen kamen im Laufe des Tages, allerdings weniger regelmäßig. Um ca. 10 Uhr begannen die Therapien. Es gab neben der Physiotherapie auch Ergo-, Sprach- und Sensorische Therapie. Dafür gab es vier Therapeut\*innen. Das Team war sehr nett und auch zwei jüngere Frauen dabei, mit denen ich mich trotz einer Sprachbarriere schnell anfreundete. Im Süd-Osten Indiens, dem Bundesstaat Tamil Nadu, wird nämlich Tamil gesprochen und englisch ist lange nicht so verbreitet wie ich dachte. Doch glücklicherweise lernten wir nach und nach besser miteinander zu kommunizieren. Wir gaben nicht so schnell auf, umschrieben Dinge, ich lernte einige Wörter Tamil und wenn Englisch wirklich mal keine Option war probierten wir es mit Händen und Füßen auszugleichen. Während der Arbeit hatte ich die Chance bei allen Therapien zuschauen zu dürfen. Ein Highlight meiner Arbeit war die Therapie mit Asma, einem vierjährigen Mädchen mit Joubert-Syndrom. Sie war dabei, das Laufen zu lernen, und wir arbeiteten an Übungen, die ihre Beinmuskulatur stärkten, Gleichgewicht übten und ihr Selbstvertrauen gaben. Besonders mochte sie es, Treppen zu steigen oder Ringe aufzusammeln, während sie an einem Seil entlang hangelte. Anfänglich war sie noch unsicher, doch mit der Zeit gewann sie an Mut und Stabilität. Nach etwa fünf Wochen hatte sie zu Hause ihre ersten freien Schritte gemacht – ein Moment, der uns alle im Team unglaublich berührte. Die Freude ihrer Mutter und Asmas stolzes Lächeln nach den wackeligen ersten Schritten, waren die Belohnung für alle Arbeit und es war so schön Teil dieses Fortschritts sein zu dürfen.

Neben der individuellen Arbeit mit Kindern wie Asma gehörten auch Gruppentherapien zu meinen Aufgaben. Gemeinsam mit den Kindern und ihren Müttern saßen wir oft im Garten, spielten Ballspiele oder führten Koordinationsübungen durch. Nachmittags kamen zusätzlich Kinder aus einem benachbarten Heim ins Zentrum. Ich leitete für sie Gruppentherapien, die vor allem den Spaß an Bewegung in den Vordergrund stellten. Besonders wichtig war mir, den Kindern Zeit zu geben, um sich auszuprobieren und kleine Erfolge zu feiern.

### Besondere Erlebnisse

Der Samstag war der arbeitsreichste Tag der Woche. Neben den gewohnten Therapien kamen eine Hydrotherapeutin, ein Siddha-Arzt und ein Reflextherapeut in das Zentrum. Siddha-Medizin ist eine traditionelle Heilkunst im Süden Indiens, die sich insbesondere mit Naturheilkunde beschäftigt. Die Reflextherapie ist eine Fußreflextherapie, die ebenfalls eine lange Tradition in Indien hat. Bis zu 70 Patient\*innen wurden an diesem Tag behandelt, die zum Teil von weit her anreisten, um vom Reflextherapeuten behandelt zu werden. Ich hatte die Gelegenheit, bei diesen Behandlungen zuzusehen und selbst einiges auszuprobieren. Besonders spannend war eine Nackenmassage, die der Siddha-Arzt für Migränepatient\*innen empfahl. Auch eine Fußreflexzonenbehandlung durfte ich testen, die zwar schmerhaft, aber faszinierend war. Zudem ist es spannend von den Patient\*innen zu erfahren, wie die Therapien Ihnen bisher weitergeholfen haben. Ich bin zwar sehr skeptisch, probiere mich aber den Erfahrungen zu öffnen und dadurch einen Einblick in die traditionelle indische Medizin zu erhalten.

### Freizeit und kulturelle Eindrücke

Nach Feierabend um 17 Uhr hatte ich Zeit, mich zu entspannen. Da es bereits gegen 18 Uhr dunkel wurde blieb ich meist im Zentrum, schrieb Tagebuch, malte oder spielte mit meinem Mitpraktikanten Jonas Würfelspiele. Manchmal saßen wir mit Dr. Johnson und seiner Frau Stella zusammen, tranken Tee und unterhielten uns über Gott und die Welt. Die Wochenenden nutzte ich, um die Umgebung zu erkunden. Dann machten wir Ausflüge ans Meer, besuchten Tempel und erkundeten die umliegenden Städte. Die Offenheit und Gastfreundschaft der Menschen waren überwältigend. Mehrfach wurden wir bei Kolleginnen oder Patient\*innen zum Essen eingeladen, und bekamen super leckeres Essen auf Bananenblättern serviert und durften gleichzeitig einen Einblick in die Häuser erhalten. An einem längeren Wochenende fuhren wir in den Norden von Tamil Nadu und besuchten eine Familie, die dort in den Bergen wohnten. Neben der Fahrt im Nachzug konnten wir wunderschöne Wasserfälle, Bergaussichten und das Leben in der Familie genießen. Ein paar weitere besondere Erlebnisse war der Besuch einer Hinduistischen Hochzeit, eine Taufe und das Diwali-Fest. So konnte ich in die festliche Kultur eintauchen

## Fazit

Mein Praktikum im CORC war eine tolle Erfahrung, die mich sehr bereichert hat. Die Fortschritte der Kinder mitzuerleben, wie bei Asmas ersten Schritten, hat mir gezeigt, wie wichtig Geduld, Einfühlungsvermögen und Kreativität in der therapeutischen Arbeit sind. Ich habe nicht nur viel über Physiotherapie gelernt, sondern auch über interkulturelle Zusammenarbeit. Die Herzlichkeit der Menschen und die vielfältigen Einblicke in die indische Kultur haben meinen Horizont erweitert und mich nachhaltig geprägt. Die Zeit in Indien hat mir unvergessliche Erlebnisse, neues Wissen und wertvolle Freundschaften geschenkt. Dafür bin ich unglaublich dankbar – und ich würde diese Reise jederzeit wieder antreten.