



Hochschule Düsseldorf  
University of Applied Sciences



International Office



Erasmus+

## Erfahrungsbericht zum Praktikum mit Erasmus+

Fachbereich Sozial- und Kulturwissenschaften  
Studiengang Sozialarbeit/ Sozialpädagogik  
Praktikumseinrichtung Deutsche Schule Lissabon  
Land Portugal  
Studienjahr

Auslandsaufenthalt  WiSe 2024/ 2025  SoSe 2025

Einverständniserklärung:  ja  nein

Ich bin damit einverstanden, dass mein Erfahrungsbericht **anonymisiert** auf den Internetseiten des International Office der HSD veröffentlicht bzw. an interessierte Studierende weitergegeben wird.

**Sie können dem Bericht gern Bilder hinzufügen.**

### **Vorbereitung (Planung & Organisation bzw. Bewerbung & Ankunft bei der Praktikumseinrichtung) (max. 3000 Zeichen)**

Da ich bereits im Wintersemester 2023/24 ein Auslandssemester über Erasmus in Lissabon absolvieren durfte und ich die Stadt in all ihrer Vielfalt kennen und lieben gelernt habe, lag für mich die Entscheidung nahe, auch mein Anerkennungspraktikum in dieser wunderschönen Stadt anzutreten. Hierfür hatte ich mich bereits im Vorfeld über sozialarbeiterische Einrichtungen vor Ort informiert, und bin bei meiner Recherche nach deutschen Einrichtungen direkt auf die Deutsche Schule Lissabon gestoßen. Im Februar 2024 sendete ich dann eine Initiativbewerbung an die DSL und war offen, an beiden Standorten angenommen zu werden (Lissabon/ Estoril). Parallel plante ich allerdings einen Plan B für ein Praktikum in Deutschland.

Im Mai meldete sich dann die Leitung des Campus Estoril telefonisch bei mir und nach einem Bewerbungsgespräch via Teams war es dann offiziell.

Daraufhin informierte ich das Büro für Internationales, wobei mich Frau Lerchen und Frau Hamann hilfsbereit durch den Bewerbungsprozess begleiteten, der sich am Ende dann doch noch etwas stressig gestaltete, da ich meinen Aufenthalt wie gesagt nicht lange im Vorfeld geplant habe, sondern relativ spontan die Zusage bekam. Dies soll jedoch auch zeigen, dass es auch in einem kurzen Zeitraum von ca. 3 Monaten möglich ist, das

Auslandspraktikum mit der Erasmusförderung in Anspruch nehmen zu können. Es ist jedoch auch anzumerken, dass die Beschaffung der Unterlagen und die Antragsstellungen für die Erasmus Bezuschussung mit Aufwand und Zeit verbunden sind, den man aber definitiv bewältigen kann, wenn man das Praktikum wirklich gerne im Ausland absolvieren möchte.

Die Ankunft bei der Praktikumeinrichtung gestaltete sich einfach, im Vorhinein kommunizierte ich mit der Schulleitung den genauen Ankunftsstermin. Vor Ort wurde ich von der Sekretärin begrüßt und nach dem Unterricht lernte ich dann meine Praxisanleitung kennen, die mir zunächst die Einrichtung zeigte. Im Anschluss wurde dann ein erstes Anleitungsgespräch geführt, indem der Tagesablauf, Schulregeln und erste Fragen meinerseits geklärt werden konnten. Und dann ging es auch schon direkt in den Schulalltag und ich lernte die Kinder und anderen Kollegen nach und nach kennen. Zusammenfassend lässt sich sagen, dass ich mich seit Beginn an sehr Willkommen und wohl gefühlt habe und erste Nervosität und Aufregung in den ersten Tagen verschwand.

#### **Unterkunft (max. 3000 Zeichen)**

Die Unterkunft fand ich über einen Kontakt der Schule, den mir die stellvertretende Leitung der Einrichtung vorab zusendete. Die Wohnbefand sich praktischerweise auch in Estoril, ca. 30 Gehminuten (15min mit dem Bus) von der Einrichtung entfernt. Die Kommunikation mit dem Vermieter lief von Anfang an reibungslos ab, der Preis von 400 Euro war für die wohlhabende Umgebung sehr fair und die Unterkunft überraschend schön. Ich verblieb in einem kleinen 1-Zimmer Apartment in einem großen Mehrparteienhaus mit wunderschönem, großem, gemeinsam genutztem Garten und sogar einem Pool. Vor Ort lebte auch eine Lehrerin der Schule, mit der ich oft gemeinsame Abende verbrachte. Während meines Aufenthaltes gab es keine Probleme im Kontakt mit dem Vermieter oder mit der Wohnung. Allerdings sollte man wissen, wenn man im Winter in Portugal lebt, dass die meisten Häuser schlecht isoliert sind, sodass es zu Feuchtigkeit und Schimmel kommen kann. Dies ist ein weit verbreitetes Problem hier, und leider nicht wirklich vermeidbar, weil die meisten Wohnungen auch keine Heizungen besitzen. Dabei helfen Waschmaschinen mit Trocknerfunktion, kleinere Radiatoren, Luftentfeuchter oder naheliegende Wäschereien, die die Wäsche trocknen.

Die Unterkunft ist gut an das Stadtnetz angebunden, man ist in 1 Minute an der Bushaltestelle, in 15 Minuten am Bahnhof nach Lissabon und Cascais und in 20 Minuten am wunderschönen Strand Estorils. Supermärkte waren ebenfalls wenige Gehminuten entfernt, allerdings waren diese eher hochpreisig. Discounter wie Aldi und Lidl liegen in der

umliegenden Umgebung, sind jedoch nur mit Uber oder Bussen erreichbar. Uber war generell eine echte Erleichterung für Großeinkäufe oder Nachtfahrten, da der Anbieter gegenüber Taxis sehr viel preiswerter und sicherer ist. Die Uber oder Bolt App zu installieren, kann ich nur jedem der sich in Lissabon und Umgebung aufhält, empfehlen.

Ich kann Estoril jedem empfehlen, der einen wunderschönen Küstenort, der etwas ruhiger im Vergleich zu Lissabon ist, jedoch mit dem Meer, der Ruhe und der Nähe zum Arbeitsplatz punktet.

### **Erfahrung mit der Praktikumsseinrichtung (max. 3500 Zeichen)**

Meine Praxisanleitung hat mich immer sehr gut unterstützt in all meinen Projektanliegen, Unsicherheiten und Aufgaben. Ich habe das gesamte Nachmittagsteam als sehr kompetent, fachlich sowohl im Umgang mit den Kindern als auch untereinander wertschätzend erlebt, sodass es zum Glück nie zu Problemen innerhalb des Teams kam. Ich habe mich in diesem Team sehr wertgeschätzt gefühlt. Meine Meinung und mein Feedback wurden zu jederzeit respektiert, willkommen geheißen und als wichtig erachtet. Von meinen Kolleginnen konnte ich mir einige Methoden zur Konfliktlösung aneignen. Von ihnen habe ich auch Lernen können, wie man Grenzen setzt und mit herausforderndem Verhalten umgeht. Insgesamt habe ich mich sehr gut betreut gefühlt.

Dabei ist die besondere Stärke meiner Praxisstelle ist die Offenheit, Wärme, Herzlichkeit und Gastfreundschaft die ich von Anfang an, sowohl bei den Kindern, den Eltern und den Kolleginnen spüren konnte. Die portugiesische Mentalität war für mich auch in der Art und Weise wie man miteinander umgeht deutlich sichtbar.

Ich konnte ebenfalls wahrnehmen, mit einer gehobeneren Klientel aufgrund des Sozialraums Cascais zu arbeiten, der eine der reichsten Gegenden des Landes darstellt. Dieser brachte Chancen sowohl Herausforderungen mit sich, da die Eltern der Schüler\*innen oft hohe Ansprüche an die Leistungen ihrer Kinder hatten. Auch die damit einhergehenden Verhaltensweisen im sozial-emotionalen Bereich waren interessant festzustellen. Insgesamt konnte ich feststellen, dass viele Kinder mit den oft wechselnden Standorten ihrer Eltern fertig werden mussten, die nicht immer ideal für ihre weitere sozial-emotionale Entwicklung ist.

Über die Arbeit im Team konnte ich lernen, dass es einen unglaublichen Mehrwert bietet, wenn die Teammitglieder unterschiedliche Kulturen, Sprachen, Interessen, Fachgebiete und Kompetenzen haben, sofern Austausch und Reflexion stattfinden. Unterschiedliche

Auffassungen von Erziehung zu haben, gerade in einem interkulturellen und altersheterogenen Team war manchmal ein Stück weit eine Herausforderung, da hier verschiedene Kulturen, Generationen und Weltanschauungen aneinandergeraten, letztendlich haben wir im Team aber immer gemeinsam offen sprechen können, die anderen Meinungen akzeptieren und uns einigen können. Insgesamt würde ich sagen, dass diese interkulturelle Erfahrung, in einer Einrichtung im Ausland zu arbeiten, ein enormer Gewinn und eine berufliche Bereicherung für mich war, die mich in meiner Rolle als angehende Sozialarbeiterin weiter professionalisiert hat.

#### **Alltag und Freizeit (max. 2500 Zeichen)**

Lissabon und die umliegende Umgebung um Cascais ist wirklich eine der sehenswertesten Orte, die ich kennenlernen durfte und hat kulturell, künstlerisch und landschaftlich wirklich sehr viel zu bieten.

Mein Alltag gestaltete sich so, dass ich wochentags von Montag bis Freitag zwischen 9:00 Uhr und 17:00 Uhr an der Grundschule Estoril arbeitete. Nach getaner Arbeit verbrachte ich oft Spaziergänge am Strand mit traumhaften Sonnenuntergängen, was für eine gesunde Work-Life-Balance sorgte. Am Abend wurde oft mit Bewohnern des Hauses gemeinsam gekocht oder entspannt. Außerdem nahm ich einmal wöchentlich an einem Salsa Kurs teil, um Land und Leute noch besser kennen zu lernen. Immer montags fand das Praxisbegleitseminar online statt.

Am Wochenende fand sich dann immer Zeit, Lissabon zu erkunden und auch kleinere Ausflüge in das Umland zu unternehmen. Vor allem die märchenhafte Umgebung Sintras und das Surferparadies Ericeira haben es mir angetan, weshalb ich in meiner Freizeit auch öfter das Surfen ausprobiert habe. Durch die Strandnähe in Estoril war das kein Problem, rund um die Küste befinden sich zahlreiche Surfschulen, auch für Anfänger.

In der nahegelegenen Stadt Cascais, findet man alles, was das Herz begehrt. Hier befinden sich viele Geschäfte, kleine lokale Shops, sowie gute Restaurants und Bars mit traditionellen portugiesischen Essen. Cascais bietet auch einen Hafen und kleine Strandabschnitte, die zum Verweilen einladen. Es gibt aber auch Kunstmuseen, wie z.B. das Paula Rego Museum, eine der größten Künstler\*innen Portugals. Wer noch mehr Kunst und Kultur, Street Art, gutes Essen und wunderschöne Aussichtspunkte, sogenannte „Miradorous“ sehen möchte, ist in Lissabon Bestens aufgehoben.

**Fazit/ Kritik (beste und schlechteste Erfahrung) (max. 2000 Zeichen)**

Ich würde das Praktikum meiner/ meinem Nachfolger\*in absolut empfehlen, wenn diese/ dieser bereit ist, sich auf ein anderes Land und den damit einhergehenden kulturellen Unterschieden in Hinblick auf Erziehung und Mentalität einlassen zu können. Dann würde ich für meinen Teil behaupten, kann das Praktikum zu einer sehr bereichernden und erkenntnisreichen Zeit werden. Lissabon und Umgebung ist wirklich eine absolut lebenswerte Stadt, in der man eine absolut gute Zeit hat. Die Menschen und ihre Mentalität haben mich von Anfang an fasziniert und ich bin sehr dankbar, Einblicke in deren Kultur bekommen zu haben.

Eine schlechte Erfahrung an sich gab es nicht, wohl aber Momente, an denen ich an mir und meinem Können im Beruf gezweifelt hat, gestresst war oder ich schlichtweg meine Liebsten zuhause vermisst habe. Nichtsdestotrotz konnte ich mir hier in dieser Zeit ein Netzwerk aufbauen, dass mich immer aufgebaut und gestärkt hat, sodass ich diese Phasen nicht allein überwinden musste. Außerdem muss man sich darüber im Klaren sein, dass man am Campus Estoril der Deutschen Schule Lissabon arbeitet, die ein wenig außerhalb der Stadt liegt. Mit dem Zug dauert es ca. 40 Minuten, bis man im Zentrum Lissabons ist. Das heißt, für jemanden, der das Stadtleben liebt und mitten im Geschehen leben möchte, würde ich den Campus Lissabon empfehlen. Wer lieber Ruhe, Natur und das Meer genießt, ist in Estoril Bestens aufgehoben.

Zu den schönsten Erlebnissen zählen der Ausflug nach Ericeira, die vielen schönen Stunden am Strand, aber vor allem echte Freundschaften geschlossen zu haben und die vielen schönen Erinnerungen mit meiner Projektgruppe und den Erfolg über die Planung, Durchführung und Reflexion meines eigenen Gefühls-Projektes mit den Kindern. Ich werde die Schüler\*innen sowie die Mitarbeiter\*innen der Deutschen Schule Lissabon sehr vermissen und die Zeit, als eine der schönsten in meinem Leben in Erinnerungen tragen.