

## **Auslandspraktikum**

### **an der Friedrich-Ebert-Stiftung, Tokyo, Japan**

01. August – 30. September 2023

Juli 2022 – die Vorbereitungen für den geplanten Auslandsaufenthalt waren in vollem Gange. Für einen guten Einstieg in die Thematik war der allgemeine Vortrag des Auslandsbüros über die Auslandspraktika sehr hilfreich. Danach führte ich zunächst ein persönliches Gespräch im Auslandsbüro, um alle notwendigen Informationen zu sammeln und herauszufinden, welche Möglichkeiten mir offenstanden. Danach habe ich schon angefangen, meine Bewerbungsunterlagen zusammenzustellen, da es viele Dokumente zu organisieren gab. Bewerbungsunterlagen für die jeweilige Praktikumsstelle, das Auslandsbüro, sowie die akademischen und militärischen Unterlagen. Ein wichtiger Schritt war währenddessen die Suche nach einer geeigneten Institution im Ausland und einem Betreuer vor Ort. Dies erforderte zahlreiche Interviews und unzählige E-Mails. Nach dem Start des Bewerbungsverfahrens gingen alle Dokumente online an das Auslandsbüro. Dazu gehörten der Lebenslauf, ein Motivationsschreiben, die Bestätigung meiner Stelle im Ausland, eine detaillierte Planung inklusive Kostenaufstellung und viele weitere Dokumente, die genau geprüft werden mussten.

Die Organisation meiner Reise nach Japan war zunächst mit viel Vorbereitung verbunden. Dazu gehörte auch die Einreise. Durch Corona gab es damals noch ständig wechselnde Visabestimmungen, die man immer im Auge behalten musste. Mittlerweile besteht für den deutschen Reisepass bis zu 90 Tagen keine Visumpflicht. Hilfreich für die Anmeldung von Mitbringseln und die Passkontrolle in Japan selbst war die Website "Visit Japan Web", mit der man sich bei der Einreise viel Zeit sparen konnte. Nicht zu vergessen ist die Organisation von Reisepass, Versicherungsunterlagen, Kontakten vor Ort (MilAttStab), Mobilfunkmöglichkeiten und eventuell notwendigen Impfungen. Das Bestehen anstehender Prüfungen, militärische Pflichten wie Einverständniserklärungen, Kommandierungen und 90/5 gehören ebenfalls dazu. Um mich dann optimal auf meine Zeit in Japan vorzubereiten, habe ich mich intensiv mit der Stadt und möglichen Unterkünften beschäftigt. Das hat mir letztendlich geholfen, mich vor Ort schneller zurechtzufinden. Nachdem alle wichtigen Vorbereitungen getroffen waren, konnte ich schließlich meinen Flug buchen lassen und anschließend meine Unterkunft reservieren. Die Beantragung des Abschlags erleichterte mir die finanzielle Regelung der Unterkunft, vor allem für einen doch längeren Zeitraum, und kann ich daher nur empfehlen.

Das Praktikum selbst war sehr spannend und bestand zu einem großen Teil aus Recherchen, durch die ich viel über Japan gelernt habe. Ein wichtiger Teil meiner Arbeit bestand darin, einen umfassenden Länderbericht über Japan im Jahr 2023 zu verfassen. Dieser Bericht umfasste verschiedene Aspekte wie die politische Situation im In- und Ausland, die wirtschaftliche Lage, gesellschaftliche Entwicklungen und allgemeine statistische Daten und Fakten. Außerdem hatte ich die Möglichkeit, im Rahmen einer Exkursion das Kanto-Erdbebenjubiläum zu erkunden. Diese Erfahrung hat mir geholfen, einen tieferen Einblick in die kulturellen und historischen Aspekte Japans zu bekommen. Ein weiterer interessanter Punkt in meiner akademischen Reise war die Protokollführung bei Sitzungen der Open Society Foundations. Dadurch konnte ich mehr über die Arbeit dieser Organisation lernen und wertvolle Erfahrungen in der Protokollierung von Meetings sammeln. Darüber hinaus unterstützte ich bei verschiedenen Rechercheaufträgen und der Erstellung von PowerPoint-Präsentationen über die historische Entwicklung Japans. Dadurch konnte ich nicht nur mein Wissen über das Land vertiefen, sondern auch meine Fähigkeiten im Bereich der visuellen Kommunikation verbessern. Schließlich durfte ich auch an Vorträgen in Zusammenarbeit mit einer anderen Stiftung zu Themen wie Gewerkschaften und erneuerbare Energien teilnehmen und bei der Organisation von Symposien mithelfen. Insgesamt war mein Studienaufenthalt geprägt von intensiver Forschung und vielfältigen Lernerfahrungen.

Privat hatte ich während meiner Zeit in Japan viel Freiraum, um selbstständig zu arbeiten und das Land zu erkunden. Dank zeitgerechter Abgabefristen und einer guten Zeiteinteilung konnte ich täglich entweder kleine Ausflüge unternehmen, neue Orte entdecken und viele Menschen kennenlernen, was mir das Gefühl gab, wirklich dort zu leben. Außerdem nutzte ich die Gelegenheit, an Wochenenden nach Osaka, Kyoto und Nara zu fahren, um auch andere Teile des Landes kennenzulernen.

Abschließend kann ich nur empfehlen, sich frühzeitig um einen Praktikumsplatz zu bemühen, vor allem wenn es, wie bei mir, ein Zivilpraktikum sein soll. Viele antworten entweder gar nicht oder sehr spät, man sollte sich also nicht nur auf eine Organisation verlassen. Dann ist meine Empfehlung, sich erst nach der Flugbuchung um eine Unterkunft zu kümmern. Wenn es aber knapp wird und in Großstädten wie Tokio in der Hauptreisezeit im August schwierig ist, etwas zu finden, wie bei mir, dann nach der Kommandierung richten. Bei Airbnb ist es zum Beispiel auch einfacher, die Ankunftszeit im Nachhinein zu ändern. Dabei sollte man ebenfalls seinen Urlaub frühzeitig planen. Was den Öffentlichen Verkehr angeht, ist Japan sehr gut ausgebaut.

Es ist dort die schnellste Art, von einem Ort zum anderen zu kommen, daher ist es nicht notwendig, ein Auto zu mieten. Die verwendete Transportkarte „Suica“ kann man sich einfach aufs Handy laden und hat sie dann immer dabei. Für die Sehenswürdigkeiten empfehle ich noch, rechtzeitig zu reservieren oder zu buchen, da beliebte Touristenattraktionen immer sehr schnell ausverkauft sind. Weiterhin sollte man sich auf viel Anstehen einstellen. Japaner lieben es, sich überall anzustellen, Warteschlangen zu bilden und zu warten. Aber dann weiß man auch, dass es sich lohnt. Das gilt besonders für Restaurants. Schließlich ist es sehr wichtig, die Dinge im Auge zu behalten, die nach der Reise und dem Praktikum noch zu erledigen sind, sei es das Verfassen eines Praktikumsberichts, eines Erfahrungsberichts, die Anerkennung der ECTS-Punkte oder die Erstellung der Reisekostenrechnung, vor allem, wenn man bereits einen Abschlag erhalten hat. Es sind Fristen einzuhalten, die man ungern versäumen möchte.

Mein persönliches Fazit: Ein Auslandspraktikum war für mich die beste Entscheidung und sollte meiner Meinung nach unbedingt als Chance während des Studiums genutzt werden. Es ist eine einzigartige Erfahrung, die die persönliche Entwicklung fördert und neue Kontakte und Aufgaben für den akademischen und beruflichen Werdegang bietet. Die Möglichkeit, durch die Stiftung Kontakte zu Menschen aus den verschiedensten Bereichen zu knüpfen, hat eine ganz neue Dimension eröffnet, insbesondere das Land und seine Kultur kennenzulernen. Das war meine wertvollste Erfahrung, die Menschen jenseits des üblichen Sightseeings kennenzulernen. Denn oft verbergen sich die wahren Schätze einer Stadt hinter den Begegnungen mit ihren Bewohnern.

## **Wichtige Ansprechpartner und Links**

1. Vorgesetzter
2. Auslandsbüro:

[maria.mendez@unibw.de](mailto:maria.mendez@unibw.de) / <https://www.unibw.de/internationales/outgoing>

Sehr hilfreich für die Organisation und den Überblick ist folgende Seite:  
<https://www.unibw.de/internationales/outgoing/zeitlicher-ablauf>

Fotos

