

## **Erfahrungsbericht**

Ich habe im Rahmen des Erasmus+ Programmes ein Praktikum bei Art and Therapy in La Vegueta, Lanzarote, Spanien absolviert.

Es handelte sich hierbei um ein freiwilliges, 3 – monatiges Praktikum, für welches ich mir keine Credits mehr anrechnen lassen konnte, da ich alle Pflichtpraktikas schon absolviert hatte.

Auf die Idee noch ein Praktikum zu machen bin ich gekommen, weil ich alle meine Seminare an der Uni bereits absolviert hatte, aber noch etwas Leerlauf hatte, bis ich meine Bachelorarbeit anmelden konnte. Ausserdem hat mich das Feld der Kunsttherapie schon länger sehr beschäftigt und im Rahmen des Studiums konnte ich kaum mehr darüber erfahren.

Zusammen mit der Möglichkeit ein Erasmus- Stipendium zu bekommen, erschien es mir die perfekte Lösung etwas Sinnvolles aus der verbleibenden Zeit zu machen.

Also machte ich mich auf die Suche nach einem Praktikumsplatz. Da meine Kriterien bereits sehr eng waren (Kunsttherapie, englisch- oder deutschsprachig und am besten im Warmen), kam bei meiner Internetrecherche nur eine mögliche Stelle bei raus. Diese schrieb ich direkt an und als nach einer Woche keine Antwort kam hab ich angerufen. Sie sei sich nicht ganz sicher, ob sie eine Praktikantin gebrauchen könnte und sie hätte sowas noch nie gemacht, hörte ich die Frau am anderen Ende der Leitung sagen. Das Telefonat war aber sehr nett und am Ende sagte sie, dass sie sich noch einmal Gedanken macht und sich bald meldet. Als ich die Hoffnung schon fast aufgegeben habe, kam dann der glückliche Anruf, ich könnte doch mit dem Praktikum beginnen. Freudig habe ich direkt auf der Seite des International Office geschaut und musste feststellen, dass die Bewerbungsfristen für Erasmus- Stipendien schon vorbei sind. Davon wollte ich mich dann allerdings nicht unter kriegen lassen und habe eine Mail an die Verantwortlichen im International Office geschickt mit der Antwort ich könne mich noch auf Restplätze bewerben. Gesagt, getan und dann kam auch ziemlich schnell die Zusage.

Der Rest der Vorbereitung lief sehr unkompliziert und ziemlich bald danach saß ich auch schon im Flieger nach Lanzarote. Dort kamen dann kurz Zweifel auf, die Zeit von meiner Entscheidung bis zur Abreise war sehr kurz und alles war sehr spontan. Ich fühlte mich nicht so gut vorbereitet und hatte keine Ahnung was genau mich erwartet.

Am Flughafen abgeholt wurde ich von meiner Chefin und ihrem Partner. Bei der ersten gemeinsamen Pizza machte sich dann Erleichterung breit. Die Beiden sind super lieb und ich konnte mir gut vorstellen die nächsten 3 Monate mit ihnen zu verbringen.

Da es super schwer ist auf Lanzarote ein bezahlbares Apartment oder Zimmer jenseits der Touristenfallen zu finden, haben mir die beiden angeboten bei sich auf der Finca zu wohnen. Im Austausch dazu habe ich mich verpflichtet jeden Tag eine Stunde im Garten zu arbeiten.

Die Finca ist gleichzeitig Atelier, also Arbeitsort, und Wohnort von meiner Chefin, ihrem Partner, 4 Katzen und dann auch mir.

Der wunderschöne, grüne Innenhof hat viele Arbeitsplätze für Klient\_innen, die hier her zur Therapie oder zu Workshops kommen.

Meine Chefin, die vor einigen Jahren aus Deutschland ausgewandert ist, lädt hierhin Menschen ein, die meist zu intensiv Therapie- Retreats zu ihr kommen und dann meistens eine Woche am Stück, jeden Tag kunsttherapeutische Sitzungen mit ihr haben. Viele der Gäste sind aus Deutschland, aber auch Spanien und andere Nationalitäten sind vertreten. Menschen mit allen möglichen Problemlagen kommen zu ihr, Schwerpunkte sind Burn- Out, Krankheitsbewältigung, Depression, Trauma und Biografiearbeit.

Neben dieser Intensiv- Therapie bietet sie auch wöchentliche Termine für Menschen, die auf der Insel wohnen an und Workshops, bei denen ganze Gruppen zu ihr kommen und an einem bestimmten Thema arbeiten.

Als ich ankam, startete direkt der MeditArte Workshop, bei dem ich zunächst als Teilnehmerin dabei sein durfte.

Da der Arbeitsalltag meiner Chefin auch immer sehr unterschiedlich war, gab es auch für mich ständig wechselnde Aufgaben. Je nachdem ob gerade ein Workshop war oder eine Intensiv- Therapie war die Tagesplanung vollkommen verschieden und manchmal gab es auch einige Tage hintereinander, an denen kaum etwas zu tun war.

Grundsätzliche Aufgaben waren aber das Helfen bei der Vor- und Nachbereitung der Workshops und Therapie- Einheiten, wozu auch Dokumentation gehörte.

Während der Workshop- Wochen, von denen es 3 gab, war immer viel zu tun. Zwei haben in Lanzarote stattgefunden und für eine sind wir sogar zusammen nach Andalusien gereist. Hier haben wir uns um alles gekümmert, es gab ein Ausflugsprogramm, viele Malstunden und wir haben für die Teilnehmerinnen gekocht.

Zu meinen Aufgaben gehörte hier unter Anderem die Hilfe bei der Zubereitung der Mahlzeiten, Vorbereitung und Leitung eigener Workshop- Einheiten und Hilfe bei der Durchführung des Ausflugsprogramms.

Für die Therapie- Besucher\_innen ist normalerweise keine so intensive Betreuung vorgesehen. Sie buchen sich selbst ein Apartment und kommen nur für die Therapieeinheiten auf die Finca.

Mit den erwachsenen Klient\_innen hatte ich nicht so viel zu tun und durfte, um die Privatsphäre dieser zu wahren, bei den Sitzungen auch leider nicht dabei sein.

Bei den jüngeren Klient\_innen war ich dabei und durfte auch selbst aktiv mitgestalten und entscheiden wie vorgegangen wird.

Während der ganzen Zeit habe ich immer wieder Einträge für den Blog verfasst und dokumentiert, an was wir gerade arbeiten.

Damit ich mehr über Kunsttherapie selbst lernen kann und da es Teil jeder therapeutischen Ausbildung ist, hat meine Chefin mir angeboten regelmäßig Selbsterfahrung mit mir zu machen.

Damit hatte ich einen eigenen kunsttherapeutischen Prozess neben der eigenen Arbeit als Praktikantin laufen.

Die Finca liegt in einem Dorf mitten auf der Insel, aus welchem man ohne Auto nicht so gut weg kommt. Die einzige Buslinie, die durch das Dorf fährt, fährt nur sehr selten und auch Trampen hat sich als nicht so einfach erwiesen.

Um einen Ausflug zum Strand oder in eine größere Stadt zu machen, musste man deswegen immer einen ganzen Tag frei haben.

Gelohnt hat sich das dann aber auf alle Fälle, die Strände in der Umgebung sind wunderschön! Und da die Insel relativ klein ist, konnte ich innerhalb der 3 Monate auch trotzdem die gesamte Insel gut erkunden.

Während meiner Freizeit auf der Finca habe ich mir viel Zeit für mich genommen und selbst künstlerisch und kreativ gearbeitet. Die schönen Arbeitsplätze und das freundliche Atelier boten sich perfekt dafür an.

Das gemeinschaftliche Leben auf der Finca war sehr entspannt und herzlich. Wir haben oft zusammen gekocht, gegessen oder einen Wein getrunken.

Schwierig war es für mich andere Menschen in meinem Alter kennen zu lernen. Dies lag wieder hauptsächlich daran, dass es schwierig war von Ort zu Ort zu kommen und, dass das Dorf, in welchem ich gewohnt habe, sehr klein war.

Trotzdem hab ich nach einiger Zeit ein paar Leute kennen gelernt, die auf der Insel über Work Away arbeiteten und mich mit denen angefreundet.

Alles in allem kann ich sagen, dass ich sehr froh bin das Praktikum auf Lanzarote absolviert zu haben. Auch wenn es nicht immer so einfach gewesen ist und mir mein Sozialleben und die

Freiheit, zu gehen, kommen und machen was ich will, gefehlt hat, tat es mir sehr gut mich eine Zeit lang etwas abgeschieden zu sein und mich mehr mit mir selber und den Dingen, die ich gerne machen will, zu beschäftigen. Ich habe viel darüber gelernt, wie man Kunsttherapie nutzen kann, wie man sich in dem Bereich selbstständig machen kann und bin mir sicherer geworden, was meinen persönlichen weiteren Lebensweg angeht. Außerdem habe ich mich sehr gut aufgehoben und wertgeschätzt gefühlt bei Art and Therapy und bin sehr dankbar dafür, dass mir diese Möglichkeit geboten wurde.