



Projekt: Diversity Contexts in Teacher Education
Vermitteltes Orientierungspraktikum im Ausland
Erfahrungsbericht

Gastland/-stadt:	Usbekistan, Taschkent
Zeitpunkt des Aufenthalts (z.B. Frühjahr 2022):	02.02.2026 - 18.03.2026

Rückmeldung zum Austauschprogramm (bspw. Bewerbungsverfahren, bereitgestellte Informationen, Beratung, Betreuung durch das Team vom Referat Internationalisierung)

Vorbereitung (bspw. Visum, Impfung)

Finanzierung und Kosten vor Ort (bspw. Stipendium und Bewerbung für ein Stipendium, Lebenshaltungskosten vor Ort)

Unterbringung und Verpflegung (bspw. Wohnungssuche, Lage, Arbeitsweg)

Praktikumsinhalt und -ablauf (bspw. Tagesablauf an der Schule, Aufgaben, Betreuung an der Schule)

Alltag und Freizeitmöglichkeiten (bspw. Freizeitangebot vor Ort, Reisen)

Mein Auslandsaufenthalt in zwei Sätzen (bspw. „Am positivsten in Erinnerung bleibt mir...“, „Am meisten gefreut hat mich, dass...“, „Die größte Überraschung für mich war, dass...“)

Ein Tipp für interessierte Studierende (bspw. „Nicht vergessen ... mitzubringen“, „Du solltest unbedingt ... besichtigen“, „Mein Lieblingsort war ...“)

Fotos – bitte in der E-Mail einzeln anhängen (bspw. Schulgebäude, Stadt, Unterbringung. Fotos bitte beschriften und darauf achten, dass Personen nur unkenntlich abgebildet sind)

Das Bewerbungsverfahren für das Austauschprogramm war insgesamt ziemlich unkompliziert. Ich konnte alle benötigten Unterlagen schnell finden und hatte nicht das Gefühl, dass irgendetwas unklar war. Auch die Informationen vom Referat für Internationalisierung waren ausreichend und gut verständlich. Es gab außerdem einen Videochat zur Information, an dem ich teilgenommen habe, auch wenn nur wenige andere dabei waren. Insgesamt habe ich mich während des gesamten Prozesses gut betreut gefühlt und hatte nie das Gefühl, alleine gelassen zu werden. Da Usbekistan allerdings vorher noch kein Zielort war, musste man bei einigen Dingen selbstständig herausfinden, wie sie funktionieren. Die Vorbereitung war größtenteils entspannt, außer das Visum.. das war mit Abstand der stressigste Teil. Zuerst wussten wir gar nicht genau, welches Visum wir überhaupt brauchen. Dann haben wir versucht, alles online zu regeln, aber das hat nicht funktioniert. Am Ende mussten wir in den letzten Tagen vor dem Abflug zweimal nach Berlin zur Botschaft fahren, um das Visum vor Ort zu beantragen. Dabei gab es auch noch technische Probleme und Verzögerungen, was das Ganze zusätzlich erschwert hat. Impfungen waren nicht notwendig, und die restlichen Vorbereitungen liefen dank der Unterstützung vor Ort ziemlich problemlos. Ich hatte kein Stipendium, aber das Leben in Taschkent war insgesamt gut bezahlbar. Einkaufen war ungefähr so teuer wie in Deutschland, aber Essen gehen war deutlich günstiger, weshalb wir das auch oft gemacht haben. Auch die Metro war sehr preiswert, sodass man sich gut fortbewegen konnte. Die größten Kosten waren auf jeden Fall der Flug und die Unterkunft. Wir haben zu zweit in einem Airbnb gewohnt, das sehr zentral lag. Zur Schule brauchten wir nur etwa zehn Minuten zu Fuß, was super praktisch war. Gegessen haben wir meistens draußen, weil es einfach günstiger und unkomplizierter war als selbst zu kochen. Mein Praktikum habe ich an einer Schule in Taschkent gemacht, die von der ersten bis zur elften Klasse geht und einen Schwerpunkt auf Deutschunterricht hat. Deshalb haben wir vor allem den Deutschunterricht angeschaut, weil wir diesen am besten verstehen konnten und er teilweise an das deutsche System angelehnt war. Unser Tagesablauf war eigentlich immer ähnlich: morgens sind wir zur Schule gegangen und waren dort ungefähr vier Stunden. Danach sind wir etwas essen gegangen, haben noch Sachen für die Uni erledigt, wie zum Beispiel Hausarbeiten, und uns oft mit anderen Studierenden getroffen. Wir wurden insgesamt sehr gut integriert. Den restlichen Tag haben wir meistens eher entspannt, weil die Tage schon ziemlich voll und anstrengend waren. Unsere Aufgaben bestanden hauptsächlich darin, den Unterricht zu beobachten, aber wir konnten auch aktiv mitmachen. Wir haben mit den Schülern zusammen Aufgaben bearbeitet und teilweise auch selbst kleine Unterrichtseinheiten übernommen. Zum Beispiel haben wir Schülerinnen auf mündliche Prüfungen vorbereitet und sind mit ihnen Fragen durchgegangen. Dadurch waren wir nicht nur passive Beobachter, sondern wirklich eingebunden. Unsere Betreuerin vor Ort hieß Umida und war sehr herzlich. Sie hat sich immer bemüht, uns zu helfen, auch wenn sie selbst viel zu tun hatte. Gleichzeitig hatten wir aber auch viel Freiheit, weil vieles einfach von selbst funktioniert hat und auch andere Personen vor Ort uns unterstützt haben. In unserer Freizeit haben wir uns vor allem die Stadt angeschaut. Wir waren auf einem Basar, haben Moscheen besichtigt und eine Bustour gemacht. Außerdem haben wir viel Zeit mit anderen Studierenden verbracht. Eigentlich wollten wir auch in andere Städte reisen, aber das hat aus verschiedenen Gründen leider nicht geklappt. Am positivsten in Erinnerung bleibt mir auf jeden Fall, wie herzlich die Menschen waren und wie willkommen wir uns gefühlt haben. Auch das Gefühl von Sicherheit hat mich überrascht, da man oft ein ganz anderes Bild von Usbekistan hat. Die größte Überraschung war für mich, dass die Schule gar nicht so anders war als in Deutschland. Ich hätte gedacht, dass es dort strenger ist, aber tatsächlich war es in Deutschland teilweise sogar strenger und strukturierter. Ein Tipp für alle, die überlegen, dieses Praktikum zu machen, ist auf jeden Fall, sich frühzeitig Hilfe beim Visum zu holen, am besten von jemandem, der sich mit dem Land auskennt. Viele Dinge können sich kurzfristig ändern, und es ist deutlich entspannter, wenn man Unterstützung hat und nicht alles alleine herausfinden muss. Zum Abschluss möchte ich noch sagen, dass das Praktikum für mich eine wirklich besondere und wertvolle Erfahrung war. Auch wenn man am Anfang vielleicht überlegt, es nicht zu machen, weil plötzlich viel Stress entsteht, Kosten auf einen zukommen oder man eher die Schwierigkeiten als den eigentlichen Mehrwert sieht, lohnt es sich, diesen Schritt trotzdem zu gehen. Ich hatte selbst viele Bedenken und Unsicherheiten, aber rückblickend kann ich sagen, dass es sich mehr als gelohnt hat. Es ist eine Erfahrung, die man wahrscheinlich so kein zweites Mal machen kann und die mir definitiv lange in Erinnerung bleiben wird. Vielleicht ist es sogar eine der Geschichten, die ich später einmal meinen Enkelkindern erzählen werde. Gerade weil nur wenige die Möglichkeit haben, an so einem Austausch teilzunehmen, sollte man die Chance unbedingt nutzen. Insgesamt kann ich sagen, dass sich das Praktikum in jeder Hinsicht gelohnt hat.