

Diploma utáni Erasmus, Rudolf Krisztina – Ausztria, Knittelfeld 2024. február- május

## Gyógytornász gyakorlat

2023 májusában pályáztam diploma utáni szakmai gyakorlatra, majd amint kiderült, hogy megkapom az ösztöndíjat, elkezdtem keresgélni, hogy hol tölthetném a gyakorlatomat. Nem volt egyszerű helyet találni, május és augusztus között körülbelül 40 helyre küldtem el az önéletrajzomat és a motivációs leveletem Európa különböző országaiba. Sok helyről nem érkezett válasz vagy azt írták, túl sok gyakornokuk van jelenleg, illetve egyáltalán nem fogadnak külföldi gyakornokokat. Végül Ausztriában a Metagil Physikalisches Ambulatoriumban találtam gyakornoki pozíciót. A munkának feltétele volt a német nyelvtudás, így szeptembertől februárig németül tanultam. Korábban egyáltalán nem tanultam németet, így februárban nagy izgalommal indultam el Knittelfeldbe, hogy helyt fogok e állni gyógytornászként egy teljesen új környezetben, idegen nyelven.

Knittelfeld Stájerországban található kisváros, a környéken gyönyörű hegyekkel, kirándulóhelyekkel. Sajnos a tömegközlekedés nem a legideálisabb, ezért érdemes autóval érkezni, ha a környék összes hegyét be szeretné járni az ember, ám a környező nagyvárosokba könnyedén el lehet jutni vonattal is.

Annak ellenére, hogy egy összesen körülbelül 13 000 fős településről van szó, egy nagyon modern rendelővel rendelkezik. Több, mint 20 kezelőhelyiség, 2 gépekkel felszerelt edzőterem és rengeteg eszköz található benne. A rendelő nagy előnye, hogy van egy gyakornokok számára kialakított lakás, így nem kell bajlódni a szálláskereséssel, utazással. 5 gyógytornász/masszőr hallgatót tudnak elszállásolni, ami nagyon jó, hiszen hasonló érdeklődési körrel rendelkező fiatalokkal lakunk együtt, ugyanott dolgozunk, így könnyű összebarátkozni, és a munkában tapasztalt problémákat is könnyebb megoldani együtt. A gyakornokok nagy része Németországból érkezik és 2-6 hónapos gyakorlatot tölt itt. A rendelő egy állami betegellátó intézmény, ahova a környező településekről különböző mozgásszervi és neurológiai panaszokkal, orvosi beutaló alapján érkeznek a betegek 7-10 alkalmas kezelésekre. A kezeléseik között szerepel gyógytorna, masszázs, ultrahang, különböző elektroterápiás kezelések és pakolások.

A gyakorlat során volt egy mentorom, akivel minden héten volt alkalmunk megbeszélni a felmerülő kérdéseimet. Heti 2-3 óra kifejezetten arra volt tervezve, hogy velem foglalkozzon, ezen felül pedig volt napi egyszer-kétszer szabad fél órámmal, amikor nem voltak saját betegeim, hanem a mentorom kezelését nézhettem. Számomra a nyelv is nagy kihívást jelentett, hiszen 5

hónapnyi némettanulás után még nem mindent értettem tökéletesen, ám az összes kollega és páciens nagyon türelmes volt. A kollégák mindig készségesen válaszoltak minden kérdésemre, akár a nyelvvel kapcsolatban volt szükségem segítségre, akár szakmai kérdésem adódott. A munkanapok mindig jó hangulatban teltek, mindenkinek volt a másikhöz egy kedves szava, legyen szó a rendelővezetőről, a recepciósokról, a terapeutákról vagy a takarítónőkről. Már a második naptól saját betegeket kaptam, akiket meg kellett vizsgálnom és kezelnem. Két műszakban történt a munkavégzés, heti kétszer 10.30-tól 19.00-ig, háromszor pedig 7.00-tól 15.30-ig dolgoztam. A munkaidő mellett jelentős időt és energiát vett igénybe - főleg az első hetekben- a dokumentációs program megismerése, és a másnapi 10-14 betegre való felkészülés. Kisváros lévén itt Knittelfeldben és a környező városokban nem volt lehetőség kifejezetten erasmusos programokon való részvételre, azonban a többi gyógytornász és masszőr hallgatóval hétvégeként mindig csináltunk valami közös programot. Sokat kirándultunk az osztrák hegyekben, jártunk Bécsben, Linzben, Grazban, Klagenfurtban, Salzburgban és Zágrábban.

A 3 hónap alatt a segítőkész, befogadó légkörnek köszönhetően rengeteget fejlődött a német tudásom, valamint jelentős szakmai tapasztalatra tettem szert. Ha tehetném, biztosan újra ide jelentkeznék diploma utáni Erasmusra!

A kezdeti szervezési nehézségekért- amit az iskolával kellett lebonyolítani- kárpótolt az Ausztriában töltött 3 hónap. Így azt, aki gondolkodik az Erasmuson való részvételen, de eltántorítják a szervezés bonyodalmai, csak bátorítani tudom az ösztöndíj megpályázására, mert a gyakorlaton eltöltött hónapok minden nehézséget megérnek.