
Studienrichtung: Master of Education Grundschule

Gastland, -ort: Kenia, Nairobi

Gastschule: Deutsche Schule Nairobi

Aufenthalt: März bis Juli 2026

Auslandspraktikum in Kenia

Warum hast du dich für dein Gastland und die jeweilige Praktikumsschule entschieden?

Es war schon immer mein Traum, einmal für längere Zeit ins Ausland zu gehen am liebsten in ein afrikanisches Land. Ich habe kenianische Freunde in Deutschland, die mir oft von ihrer Heimat vorgeschwärmt haben. Schon da habe ich, die Kultur und die Menschen lieben gelernt, weshalb mir die Entscheidung für Kenia dann nicht schwergefallen ist. Da ich an eine deutsche Schule wollte, blieb nur die Deutsche Schule Nairobi, was sich aber als gute Entscheidung herausgestellt hat.

Wie unterschied sich deine Schule im Ausland von denen in Deutschland? Wie haben die Schülerinnen und Schüler in deinem Gastland gelernt?

Die Schule ist eine Privatschule, weshalb sie sich schon deshalb von den öffentlichen Schulen in Deutschland unterscheidet. Dennoch läuft der Unterricht ähnlich ab, wie in deutschen Schulen. Es sind eher kleinere Klassen mit bis zu 18 SuS in einem offenen Unterrichtskonzept. Es wird sehr viel mit dem Sitzkreis gearbeitet, vor allem in der 1. und 2. Klasse, aber auch Wochenplanstunden stehen regelmäßig im Stundenplan. Die SuS arbeiten viel selbstständig und in Partnerarbeit. Da es hier immer warm ist, finden große Teile des Unterrichts draußen statt. In Arbeitsphasen dürfen die Kinder fast immer nach draußen gehen, das unterscheidet sich sehr von Deutschland. Generell spielt sich ein Schultag die meiste Zeit draußen ab. Jeder Klassenraum hat eine Tür. Die Schule ist eine Privatschule, weshalb sie sich schon deshalb von den öffentlichen Schulen in Deutschland unterscheidet. Dennoch läuft der Unterricht ähnlich ab, wie in deutschen Schulen. Es sind eher kleinere Klassen mit bis zu 18 SuS in einem offenen Unterrichtskonzept. Es wird sehr viel mit dem Sitzkreis gearbeitet, vor allem in der 1. und 2. Klasse, aber auch Wochenplanstunden stehen regelmäßig im Stundenplan. Die SuS arbeiten viel selbstständig und in Partnerarbeit. Da es hier immer warm ist, finden große Teile des Unterrichts draußen statt. In Arbeitsphasen dürfen die Kinder fast immer nach draußen gehen, das unterscheidet sich sehr von Deutschland. Generell spielt sich ein

Schulitag die meiste Zeit draußen ab. Jeder Klassenraum hat eine Tür direkt nach draußen zu einem überdachten Gang. Jede Pause (auch bei Regen) wird auf dem weitläufigen Gelände gespielt, die Mensa befindet sich im Freien und die Nachmittagsangebote finden fast alle draußen statt. Das gesamte Gelände wird von Security Guards bewacht und der Zutritt ist nur mit einem Gatepass gestattet. Das ist am Anfang etwas befremdlich, aber man gewöhnt sich schnell daran.

Hast du ein besonderes Projekt begleitet oder geleitet?

Ich durfte im Rahmen der Projektwoche vor den Ferien, mit einer kleinen Gruppe von Erst- und Zweitklässlern ein Projekt zu Insekten planen und durchführen. Das hat sehr viel Spaß gemacht und wurde von der Schule sehr gut begleitet und in vielerlei Hinsicht unterstützt. Wir haben unter anderem eine Insekten-Safari im Karura Forest in Nairobi gemacht und Insektenhotels für das Schulgelände gebaut.

War es einfach, mit Einheimischen in Kontakt zu kommen?

Für mich war es sehr einfach mit Einheimischen in Kontakt zu kommen, weil ich schon Kontakte in Kenia hatte und dadurch auch Einheimische zu Hause besuchen konnte. Die Menschen hier sind super gastfreundlich und freuen sich sehr über Gäste. Ich habe aber auch über eine Church viele Kontakte, vor allem zu jungen Menschen gefunden, die mich bei vielen Aktivitäten mit reingenommen haben. Ansonsten kann ich sehr empfehlen, nicht nur im Supermarkt und den Malls, sondern auch auf lokalen Märkten einkaufen zu gehen. Dabei kommst du schnell mit Einheimischen ins Gespräch. Aber auch wenn du die öffentlichen Kleinbusse (Matatus) nutzt oder per Uber fährst. Wer offen ist und die Einheimischen anspricht, kann schnell Kontakte knüpfen.

Womit hast du jenseits des Praktikums noch Zeit verbracht?

Ich habe vor allem viele Ausflüge in und um Nairobi gemacht. Die Stadt hat viel zu bieten: Wandern im Karura Forest oder über die Ngong Hills, das Giraffenzentrum besuchen, auf lokale Märkte gehen (Farmers Market, Toi Market, Masaaï Market,...), KICC Tower, Stadtführung mit einem Einheimischen, Slum Tour (sehr bewegend), Nairobi Nationalpark besuchen, im Kino einen Film schauen, Essen gehen (Gecko Café, Crafty Chamäleon), Tea Farm Tour, National Museum und noch so viel mehr. Ich war aber auch innerhalb von Kenia an verschiedenen Orten und habe vor allem viel Einheimische besucht und deren Lebensumstände kennengelernt. Dabei bin ich zum Beispiel einmal mit dem Bus bis nach Kisumu gefahren, mit dem Matatu nach Nakuru oder mit dem Taxi nach Naivasha. Ich kann auch eine Bootstour auf dem Lake Naivasha (Hippos!!) und den Hells Gate Nationalpark bei Naivasha sehr empfehlen. Dort kannst du mit dem Fahrrad durch den Park fahren. Ich habe beides verbunden und einen Tagestrip gemacht. In den Osterferien war ich für eine Woche auf der paradiesischen Insel Zanzibar. Aber auch Maasai Mara war für mich ein Muss und hat sich für ein Wochenende sehr gelohnt.

Wie hoch waren die Lebenshaltungskosten an deinem Praktikumsort?

Ich durfte hier kostenlos auf dem Schulgelände im Praktikantenhaus wohnen. Dadurch konnte ich mir schon eine Menge Kosten sparen. Lebensmittel sind hier im Schnitt ähnlich wie in Deutschland. Manche Produkte sind günstiger, dafür sind Butter und vor allem Käse, aber auch spezielle Importprodukte wie Nutella extrem teuer. Das Obst und Gemüse auf den lokalen Märkten ist sehr günstig. Die öffentlichen Verkehrsmittel kosten nicht viel, sind aber nicht für jedes Ziel geeignet. Ich habe meistens Uber oder Bolt genutzt, was in Nairobi, aber auch darüber hinaus sehr verbreitet ist und ebenfalls vergleichsweise sehr günstig ist. Die Motorradtaxi (BodaBoda) sind sehr günstig, aber auch etwas gefährlich in dem Verkehr.

Was war die größte Herausforderung im Zusammenhang mit deinem Auslandsaufenthalt?

Für mich persönlich war die Gewöhnung an den Straßenlärm, die hupenden Matatus und das Verkehrschaos die größte Herausforderung. Aber auch die Sicherheitslage war für mich herausfordernd. Gerade die Innenstadt (CBD) solltest du möglicherweise nicht allein bzw. ohne einheimische Begleitung betreten und auch so muss man außerhalb des Schulgeländes oder anderen gesicherten Bereichen sehr auf seine Sachen aufpassen. Mein Handy habe ich niemals einfach so in der Hand gehalten oder in die Hosentasche gesteckt.

Was aus Deutschland hast du am meisten vermisst?

Abgesehen von Familie und Freunden: Brot! – definitiv Brot. Es gibt einzelne Bäckereien mit einigermaßen gutem Brot, aber auch nur für viel Geld. Mir haben aber auch gerade im Juni und Juli die langen hellen Sommerabende gefehlt. Die Sonne geht hier immer zwischen 18.00 und 18.30 Uhr unter und danach ist es schnell dunkel.

Was vermisst du aus deinem Gastland?

Am meisten vermisse ich das Fahren auf den BodaBodas (Motorradtaxi). Ich hatte mir extra einen Helm gekauft, weil es echt gefährlich war, aber das Gefühl einfach das ganze Verkehrschaos zu überholen und den Fahrtwind zu spüren, ist unbeschreiblich. Aber auch das warme Wetter jeden Tag, die Herzlichkeit der Menschen in Kenia und den Sugarcane und die Samosas von der Straße (unbedingt probieren!) vermisse ich sehr.

Welche Tipps würdest du jemandem geben, der in das gleiche Land/die gleiche Schule geht wie du?

Sei offen für Neues mit einer gewissen Vorsicht. Vertraue nicht jedem auf der Straße, aber hab keine Angst, es gibt überall hilfsbereite Menschen. Sei dir bewusst, dass du in ein Land mit einer großen Schere zwischen Arm und Reich reisen wirst, auf den Straßen gibt es teilweise viel Leid zu sehen, dennoch kann man nicht jedem helfen. Mir hat es geholfen mit Einheimischen zu sprechen, was diesen Menschen helfen würde – Geld ist

fast nie eine gute Idee. Zum Beispiel habe ich oft Kekse mitgenommen, um sie an bettelnde Kinder zu verschenken, anstatt ihnen Geld zu geben.

Was hast du aus deinem Land mitgenommen oder gewonnen? Erfahrungen, Gegenstände, Freunde oder Inspirationen?

Dankbarkeit und Zufriedenheit. Dankbarkeit für den Luxus, den wir in Deutschland haben und für das privilegierte Leben, dass ich führen kann. Aber auch Zufriedenheit über das alles, was ich habe. Daneben natürlich auch neue Freunde, Kontakte, Erinnerungen und unzählige Fotos auf dem Handy. Und natürlich einen Koffer voller Souvenirs und Andenken an diese besondere Zeit.

