



Das Praktikum fand an der Universität Twente in Enschede (Niederlande) statt. Dort absolvierte ich ein sechs monatiges Praktikum in der Gruppe "Developmental Bioengineering". Die Gruppe bestand aus Doktoranden sowie einigen Master- und Bachelorstudenten. Das Arbeitsfeld der Gruppe basiert auf der Entwicklung von neuen Technologien, basierend auf therapeutischen Strategien, zum Austausch bzw. Ersatz von beschädigtem Gewebe in Bezug auf chronische Krankheiten. Spezialisiert hat sich die Gruppe dabei auf degenerierten Gelenkerkrankungen wie Arthrose und Diabetes.

#### Erfahrungsbericht:

##### Organisation/Vorbereitung

Durch Erfahrungsberichte von Kommilitonen bekam ich zum ersten Mal einen Eindruck von der Arbeitsgruppe an der Universität Twente. Durch einen Professor an meiner Universität kam der erste Kontakt mit dem zuständigen Professor in Enschede zustande. Nach der Zusage, dass ich ein sechs monatiges Praktikum absolvieren darf, beschäftigte mich zuerst die Finanzierung des Praktikums. Deshalb wendete ich mich an den EU-Servicepoint der Universität Mainz. Dort wurde ich sehr gut beraten, woraufhin ich alle Unterlagen zu einem Stipendium für ein halbjähriges Erasmus-Praktikum ausfüllte. Desweiteren meldete ich mich an der Universität Twente für ein Exchange-Programm an, woraufhin ich von der Universität ein Zimmer angeboten bekam. Für das Praktikum in Enschede nahm ich das Semester vor dem Auslandsaufenthalt an einem Niederländisch-Kurs an der Universität Mainz teil, was sich später als Vorteilhaft herausstellen sollte. Desweiteren nahm ich noch an einem Seminar teil, welches als Anforderung verpflichtend für mich war. Dieses Seminar lautete: "Vom Auslandssemester lernen", was ich im Nachhinein auch als für sehr hilfreich empfunden habe.

##### Unterkunft

Durch die Anmeldung an der Universität Twente bekam man ein Zimmer über die Uni direkt angeboten. Allgemein ist darauf hinzuweisen, dass die Mieten in Enschede deutlich teurer sind als zum Vergleich Mainz. Das Zimmer, das mir angeboten wurde, war jedoch bei Weitem nicht akzeptabel für mich, da es deutlich zu klein war. Daraufhin kam ich auf eine Warteliste und wurde darum gebeten, mich selbst um eine Unterkunft zu kümmern. Da ich vor meiner Abreise keine neue Nachricht bekam, fuhr ich ohne Unterkunft eine Woche früher nach Enschede, wobei eine Kommilitonin von mir, die ebenfalls für ein Erasmus-Praktikum nach Enschede fuhr, mir zusagte übergangsweise bei ihr unter zu kommen, sodass ich vor Ort mir eine Wohnung suchen konnte. In Enschede angekommen bemerkte ich, dass es noch eine Vielzahl weiterer Studenten gab, die dasselbe Problem hatten. Die erste Woche in Enschede war ich mit der Wohnungssuche beschäftigt, wobei diese sich als nicht sehr erfolgreich herausstellte. Nach der ersten Woche bekam ich dann erneut eine Nachricht von der Uni, dass ich in einem sogenannten Studentenhotel unterkommen kann. Dieses Hotel war für Gaststudenten konzipiert, sodass das Angebot annahm. Allgemein muss man für ein Studentenzimmer in Enschede zwischen 250 und 400 Euro rechnen. Die Miete für meine Unterkunft fand ich etwas zu hoch, war jedoch froh etwas gefunden zu haben und schlussendlich war ich auch sehr zufrieden, da ich dadurch, dass nur Studenten in dem Hotel wohnten viele neue Kontakte knüpfen konnte. Zu Enschede ist noch zu erwähnen, dass man sich auch darüber im klaren sein sollte, dass Lebenshaltungskosten, vor allem Lebensmittel, teurer sind als in Deutschland.

##### Praktikum

Ich wurde von der Gruppe, in der ich arbeitete, vom ersten Tag an super aufgenommen und bis zum Ende meines Praktikums hervorragend betreut. Am ersten Tag hatte ich ein längeres Gespräch mit dem Professor, welcher mit mir mein angestrebtes Projekt besprach und mir einen ungefähren Zeitplan an die Hand gab. Außerdem bekam ich einen Supervisor zugeteilt. Dabei handelte es sich um eine Doktorandin, die auch in diesem Bereich forschte. Mein Projekt sollte sich um injizierbare Hydrogele handeln, besser gesagt um die mechanischen Eigenschaften. Außerdem sollte sich das Projekt damit beschäftigen, ob es möglich ist die Haftung der Gele am Knorpelgewebe zu messen und daraufhin ob es möglich ist diese zu verbessern. Am Anfang beschäftigte ich mich mit der Synthese von den notwendigen Biomaterialien. Dabei hat mir mein Supervisor mich in die notwendigen Synthesen eingeführt, sodass ich nach kurzer Zeit selbstständig die Synthesen durchführen konnte. Zu Analyse der Materialien (Polymere) wurde ich in einige Analyseverfahren bzw. -techniken eingeführt, die ich zum Teil schon kannte zum Teil aber auch neu für mich waren. Dazu gehörten NMR-, UV/Vis- und DLS(dynamic light scattering)-Messungen, sowie Rheologie- und sogenannte Zug-Tests, wobei für die Zug-Tests eine extra für die Gruppe gebaute Maschine verwendet wurde. Bei den zu untersuchenden Polymeren, handelte es sich um Polysaccharide, welche mit Aminen funktionalisiert wurden. Nach erfolgreicher Beendigung meines Projektes beschäftigte ich mich die letzten beiden Monate meines Aufenthaltes mit einem neuen Projekt welches auf dem vorherigen Projekt aufbaute. Dabei handelte es sich um den Einbau einer neuen funktionellen Gruppe in die Polymerkette. Außerdem wurde mir noch ein Bachelorstudent zugewiesen, dem ich bei seinem Projekt unterstützte und dem ich mit Rat und Tat zur Seite stand.

Meine Arbeitstage waren gut strukturiert. Ich fing morgens um 9:30 meine Arbeit im Labor an und beendete sie gegen 17:30. Ich machte mir im Voraus einen Plan für die jeweilig folgende Woche, sodass ich mir jeden Tag erreichbare Ziele setzte. Das Arbeiten im Labor hat mir viel Spaß gemacht. Besonders gut fand ich, dass ich selbstständig arbeiten konnte. Mit den anderen Leuten aus der Gruppe kam ich sehr gut zurecht. Da es sich um eine internationale Gruppe handelte, war es auch nicht schwer sich mit den Leuten auf Englisch zu verständigen. Einmal pro Woche fand außerdem ein Gruppenmeeting statt, in welchem abwechselnd jedes Mitglied der Gruppe den aktuellen Stand seiner Forschung bzw. seines Projektes präsentierte. Das war sehr hilfreich und auch interessant, da man Impressionen von den Projekten der anderen bekam, außerdem bekam man in einer anschließenden Diskussion Anregungen und zum Teil auch gute Tipps von den anderen Mitgliedern. Was mir auch gut gefallen hat, war der Fakt, dass man auch mit anderen Gruppen in Kontakt kam, da diese zum Teil im selben Labor arbeiteten. Die Laboratorien verfügten über eine gute Ausrüstung, sodass es an nichts mangelte. Für die Zeit meines Aufenthaltes bekam ich einen Studentenausweis sowie eine Zugangskarte, mit der ich Zutritt zu den Gebäuden sowie zu den Laboratorien hatte. Zur Mittagspause hatte man genügend Zeit entweder in die Mensa der Uni zu gehen oder in der Küchenecke der Gruppe sein mitgebrachtes Essen zu verspeisen.

#### Alltag/Freizeit

Nach der Arbeit hat man eigentlich immer etwas unternommen. Zumeist hat man sich mit anderen Studenten getroffen und dann zusammen gekocht und anschließend zusammen Zeit verbracht, was meine Zeit in Enschede unvergesslich gemacht hat. Außerdem hatte ich mir eine Karte für Erasmus-Studenten besorgt, mit der man vergünstigt an bestimmten Veranstaltungen teilnehmen konnte, welche vom Erasmus Student Network (ESN) organisiert wurden. Dazu gehörten Tagestrips wie zum Beispiel nach Amsterdam oder Utrecht. Außerdem hatte ich mir noch eine X-tracard besorgt, mit der man an allen

sportlichen Angeboten der Uni teilnehmen konnte. Das bedeutete, dass ich regelmäßig am Fußballtraining teilnahm. An den Wochenenden bot die Innenstadt von Enschede viele Möglichkeiten für Studenten sich die Zeit zu vertreiben. Da ich mir ein Fahrrad angeschafft hatte, was ein Muss in Enschede ist, konnte man alles bequem mit seinem Rad erreichen. Die Innenstadt war ungefähr 5 Km vom Unicampus entfernt.

#### Fazit

Das Praktikum hat alle meine Erwartungen übertroffen. Zum einen waren es die ersten Erfahrungen für mich in der Forschungsarbeit und zum anderen habe viele neue Methoden und auch Arbeitsweisen kennen gelernt, die mir für meinen weiteren Werdegang hilfreich sein werden. Das Projekt war sehr erfolgreich, sodass es im Journal "Polymers for advanced technologies" veröffentlicht wird. Es hat jeden Morgen Spaß gemacht wieder ins Labor zu gehen und mit der Arbeit fortzufahren. Enschede als Stadt hat mir sehr gut gefallen. Die Leute im Allgemeinen sind sehr freundlich und verfügen über sehr gute Englischkenntnisse, sodass es kein Problem ist, sich mit den Leuten zu verständigen, auch wenn man nicht dem Niederländischen mächtig ist. Meine Englischkenntnisse haben sich nochmal verbessert, vor allem was die Fachsprache angeht. Ich habe durch meinen Aufenthalt viele neue Freunde aus aller Welt gefunden, die diesen Aufenthalt auch zu etwas besonderem gemacht haben. Ich hoffe sie in naher Zukunft mal wieder zu sehen. Ich würde mich immer wieder für dieses Erasmus-Praktikum entscheiden und kann es auch jedem anderen, der vielleicht Interesse hat, nur wärmstens ans Herz legen.

Bilder/Fotos      keine Bilder/Fotos

### Tipps für Praktikanten

#### Vorbereitung

Praktikumssuche	Man sollte sich auf jedenfall rechtzeitig darum kümmern und sich mit den Projekten auseinandersetzen
Wohnungssuche	-
Versicherung	Habe ich über den DAAD abgeschlossen
Sonstiges	-

#### Formalitäten vor Ort

Telefon-/Internetanschluss	-
Bank/Kontoeröffnung	-
Sonstiges	-

#### Alltag / Freizeit

Ausgangsmöglichkeiten	-
Sonstiges	-

### Fragebogen

#### Dauer des Praktikumaufenthaltes, Vorbereitung und Motivation

Auf welchem Weg haben Sie von dem ERASMUS-Programm erfahren?	Kommilitonen
Andere	-
Haben Sie bereits an einer anderen ERASMUS Maßnahme teilgenommen?	nein
Halten Sie die Dauer Ihres Praktikumsaufenthaltes für:	genau richtig

Aus welchen Gründen strebten Sie einen Praktikumsaufenthalt im Ausland an?

Erwerb neuer beruflicher Kompetenzen und Fähigkeiten, im Ausland leben, Sprachkenntnisse erweitern, Freunde im Ausland, Unabhängigkeit/Selbständigkeit

Andere

-

**Information und Unterstützung**

Wie bzw. durch wen haben Sie Ihren Praktikumsplatz gefunden?

Heimathochschule

relevante Links

-

andere Quellen

-

Falls Sie eine Mittlerorganisation genutzt haben, mussten Sie für die Vermittlung des Praktikums etwas bezahlen?

-

Wenn ja, wie viel (EUR)

-

Name der Mittlerorganisation

-

Land der Mittlerorganisation

-

Homepage der Mittlerorganisation

-

Fanden Sie es schwierig ein Gastunternehmen zu finden?

1

Erhielten Sie vor Ihrem ERASMUS-Praktikum adäquate Unterstützung durch Ihre/n ERASMUS-Ansprechpartner/in an der Heimathochschule/Hochschulkonsortium ?

4

Erhielten Sie vor Ihrem ERASMUS-Praktikum adäquate Unterstützung durch Ihre/n Fachlicher/e Betreuer/in an der Heimathochschule ?

5

Erhielten Sie vor Ihrem ERASMUS-Praktikum adäquate Unterstützung von der Mittlerorganisation?

-

Erhielten Sie vor Ihrem ERASMUS-Praktikum adäquate Unterstützung von der Gasteinrichtung?

4

Erhielten Sie während Ihres ERASMUS-Praktikums adäquate Unterstützung durch Ihre/n ERASMUS-Ansprechpartner/in an der Heimathochschule/Hochschulkonsortium ?

-

Erhielten Sie während Ihres ERASMUS-Praktikums adäquate Unterstützung durch Ihre/n Fachlicher/e Betreuer/in an der Heimathochschule ?

-

Erhielten Sie während Ihres ERASMUS-Praktikums adäquate Unterstützung von der Mittlerorganisation?

-

Erhielten Sie während Ihres ERASMUS-Praktikums adäquate Unterstützung von der Gasteinrichtung?

5

Was erhielten Sie bei Ihrer Ankunft im Gastunternehmen?

ein Einführungsgespräch, eine ausführliche Einarbeitung, eine Führung durch die Gasteinrichtung

Sonstiges

-

Inwieweit haben sich Ihre Erwartungen in Bezug auf das Praktikum erfüllt?	
Betreuung durch einen Mentor	5
Anspruchsvolle Aufgaben	5
Anwendung der theoretischen Kenntnisse in der Praxis	5
Kennenlernen des Arbeitsalltags	5
Selbständiges Arbeiten	5
Verbesserung von Softskills	5
Interkulturelle Erfahrungen	5
Persönliche Entwicklungsmöglichkeit	5
Sonstiges	-
Haben sich Ihre Erwartungen an das Gastunternehmen in Bezug auf das Praktikum insgesamt erfüllt?	5
Wie beurteilen Sie den Integrationsgrad in das Gastunternehmen?	4
Wie war Ihr Arbeitsplatz ausgestattet?	4
<b>Unterbringung</b>	
Art der Unterbringung im Gastland	Unterkunft bereit gestellt durch Gastunternehmen
andere	-
Wie haben Sie Ihre Unterkunft gefunden?	durch das Gastunternehmen
andere	-
War es schwierig eine Unterkunft zu finden?	4
<b>Anerkennung</b>	
Wurde Ihnen vor Beginn Ihres Praktikums im Ausland die Vereinbarung zwischen Heimathochschule, Gastunternehmen und Studierenden ("training agreement") ausgehändigt?	Ja
Welches Förderjahr ist auf Ihrem training agreement angegeben?	2013/2014
Wird Ihr Auslandspraktikum anerkannt?	Ja
Wenn ja, welche Anerkennung erhalten Sie?	ECTS, Diploma Supplement
Welchen Nachweis über Ihr Praktikum erhielten Sie von der Gasteinrichtung?	Qualifiziertes Praktikumszeugnis
<b>Sprachliche und interkulturelle Vorbereitung</b>	
Arbeitssprache(n) im Gastunternehmen:	Englisch
Haben Sie an einem vorbereitenden Sprachkurs vor und/oder während des Aufenthaltes teilgenommen?	Ja
Wenn ja, wer hat den (die) Sprachkurs(e) organisiert?	Heimathochschule
Andere	-
Gesamtdauer in Wochen	16
Stunden pro Woche	2
Wird die Teilnahme am Sprachkurs anerkannt?	Nein
Wie würden Sie Ihre Sprachkompetenz in der Sprache des Gastlandes einschätzen? - Vor dem	2

## ERASMUS-Aufenthalt

Wie würden Sie Ihre Sprachkompetenz in der Sprache des Gastlandes einschätzen? - Nach dem ERASMUS-Aufenthalt	3
Hatten Sprachbarrieren Auswirkungen auf das Praktikum?	es gab keine Sprachbarrieren
Wenn ja,	-
Andere	-
Haben Sie sich interkulturell vorbereitet?	Ja
Wenn ja, durch	Präsenztraining
Andere	-
Wenn ja, wie	-
Sonstiges	-
Welche Komponenten der <a href="http://eu-community.daad.de">http://eu-community.daad.de</a> haben Sie zur Vorbereitung genutzt?	Erfahrungsberichte gelesen

## Kosten

Kosten während des Auslandsaufenthaltes (monatlicher Durchschnitt in Euro)	700-800
Erhaltenes ERASMUS Stipendium pro Monat in Euro	350
In welchem Umfang deckte das ERASMUS-Stipendium Ihre Kosten?	3
Wann haben Sie das ERASMUS-Stipendium erhalten?	vor dem Praktikum
Haben Sie ein Unternehmensgehalt erhalten?	Nein
Wenn ja, wie hoch war Ihr Gehalt?	-
Hat das Gastunternehmen Ihnen andere Arten der Vergütung (Sachleistungen) gewährt?	Nein
Andere	-
Hatten Sie andere Einkommensquellen?	Familie
Andere	-
Geschätzter Gesamtbetrag anderer Quellen pro Monat in Euro	-
Wie viel mehr haben Sie im Ausland ausgegeben verglichen mit dem, was Sie normalerweise im Heimatland ausgegeben?	300

## Ihre persönlichen Erfahrungen - Bewertung des ERASMUS-Praktikums

Beurteilung des fachlichen Nutzen des Aufenthaltes.	4
Beurteilung des persönlichen Nutzens des Praktikums.	5
Traten während Ihres ERASMUS-Aufenthaltes irgendwelche ernststen Probleme auf?	Nein
Wenn ja, bitte angeben	-
Welche Aspekte Ihres Aufenthaltes gefielen Ihnen besonders/waren für Sie besonders wichtig?	Erwerb neuer fachlicher Kompetenzen und Fähigkeiten,im Ausland leben,Sprachkenntnisse erweitern,Freunde im Ausland,Unabhängigkeit/Selbständigkeit

Andere	-
Haben Sie neue Techniken, Technologien und Methoden kennen gelernt?	Ja
Können Sie sich als Ergebnis Ihrer Erfahrungen mit Ihrem ERASMUS-Praktikum eher vorstellen, nach Ende Ihres Studiums in einem anderen Mitgliedsstaat der EU / EWR zu arbeiten?	Ja
Glauben Sie, dass der Aufenthalt Ihnen in Ihrer beruflichen Karriere helfen wird?	4
Glauben Sie, dass Ihr ERASMUS-Praktikum Ihre Chancen auf dem Arbeitsmarkt erhöhen wird?	3
Allgemeine Bewertung (Zufriedenheit) des ERASMUS-Aufenthaltes.	5
Sind Sie bereit, Outgoing und Incoming Studierenden bei Fragen zu ERASMUS weiterzuhelfen?	Ja
Welche Empfehlung und Ideen möchten Sie anderen Studierenden weitergeben (z.B. Bewerbungsverfahren, allgemeine Informationen)?	-
Wie kann Ihrer Meinung nach das ERASMUS-Praktika Programm verbessert werden?	-
Der DAAD versichert, keine Daten ohne mein Einverständnis an Dritte weiterzugeben. Ich bin damit einverstanden, dass der DAAD meine persönlichen Daten speichert.	Ja.
Ich bin mit der Veröffentlichung meines Erfahrungsberichtes auf der Seite <a href="http://eu-community.daad.de">http://eu-community.daad.de</a> einverstanden.	Ja.
Meine E-Mail-Adresse soll im Erfahrungsbericht bei der Veröffentlichung angezeigt werden.	Nein.

Datum, Unterschrift: \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_

