

ERASMUS-Praktikumsbericht

Allgemein

[REDACTED]

Heimathochschule

JOHANNES GUTENBERG-UNIVERSITÄT
MAINZ-29716-IC-1-2007-1-DE-ERASMUS-EUCX-1

Fachbereich

Sonstige Studienbereiche

Studienfach

Epidemiologie

Ausbildungsstand während des
Auslandsaufenthaltes:

Master - 1.Jahr

Gastunternehmen

Name des Gastunternehmens	Epidemiology Group Institute of Applied Health Sciences, University of Aberdeen School of Medicine and Dentistry
Ansprechpartner vor Ort	Dr. Gareth Jones
Straße/Postfach	AB25 2ZD
Postleitzahl	AB252ZD
Ort	Aberdeen
Land	Großbritannien
Telefon	+44 1224 437137
Fax	+44 (0)1224 437285
Homepage	http://www.abdn.ac.uk/medicine-dentistry/health-sciences/epidemiology/epidemiology@abdn.ac.uk
E-Mail	
Berufsfeld des Praktikums	Forschung und Entwicklung
Dauer des Praktikumaufenthalts - Von	23.07.2012
Dauer des Praktikumaufenthalts - Bis	14.10.2012

Erfahrungsbericht

Erfahrungsbericht Vorbereitung

Mein Master-Studium der Epidemiologie beinhaltet ein Pflichtpraktikum. Dieses Praktikum wollte ich nutzen um Erfahrungen im Ausland zu sammeln und um ein anderes Arbeits- und kulturelles Umfeld kennenzulernen. Die Suche nach einer geeigneten Praktikantenstelle erfolgte über das Internet. Über die Homepage der Arbeitsgruppe für Epidemiologie an der Universität in Aberdeen erfuhr ich, dass regelmäßig deutsche Praktikanten der Uni Bremen die Gruppe besuchen. Die Betreuung von Praktikanten schien daher selbstverständlich und hat mich darin bestärkt mich dort zu bewerben. Nach der Annahme der Bewerbung wurde ich zu einem Telefoninterview eingeladen. Zwei Wochen nach dem Gespräch folgte dann per E-Mail die offizielle Einladung für das Praktikum. Anschließend stand die Wohnungssuche in Aberdeen an. Von der Sekretärin der Arbeitsgruppe habe ich einige E-Mail Adressen und Tipps bekommen, um die Zimmersuche zu erleichtern. Es wird aber erwartet, dass man in der Lage ist sich selber eine Unterkunft zu beschaffen. Da im Sommer die Studentenwohnheime teilweise leer stehen oder als Ferienunterkunft vermietet werden, habe ich mir eine private Unterkunft über das Internet gesucht. Viele Studenten bieten über die Semesterferien ihre Zimmer zur Untermiete an. Nach einigen Wochen der Onlinesuche habe ich eine Rückmeldung für ein Zimmer bekommen, welches für die ersten 6 Wochen meines Praktikums verfügbar war. Das bedeutete zwar, dass ich mir vor Ort nochmal eine andere Unterkunft suchen musste, aber ich hatte schon mal eine Schlafgelegenheit für den Anfang. Außerdem musste auch der Flug gebucht werden.

Unterkunft

Ich habe zuerst in einer dreier WG mit einer Spanierin und einer Bulgarin zusammengewohnt. Die zweite Wohnung habe ich mir mit zwei Engländerinnen geteilt, die mich auch in ihre Freizeitgestaltung eingebunden haben. Die Preise für eine Unterkunft sind deutlich teurer als die Preise, die ich bisher in Deutschland in einer vergleichbaren Stadt bezahlt habe. Beide Wohnungen waren mit allem ausgestattet und Bettwäsche habe ich jedes Mal netterweise von einer Mitbewohnerin bekommen.

Das Unternehmen/Die Arbeitsgruppe

Die Arbeitsgruppe für Epidemiologie wird von Professor Macfarlane geleitet. Mit ihm arbeiten drei weitere Dozenten. Die Arbeitsschwerpunkte der Gruppe sind auf dem Gebiet der muskuloskelettalen Epidemiologie, der Reproduktionsgesundheit und der Methodik. Zu der Arbeitsgruppe gehören außerdem noch drei Studienkoordinatoren sowie Assistenten und vier Doktorandinnen. Außerdem sind auch immer Praktikanten in der Arbeitsgruppe anzutreffen.

Meine Tätigkeiten

Meine Aufgabe bestand darin, Daten aus einer doppelblind, randomisierten und kontrollierten Studie auszuwerten. In dieser Interventionsstudie wurde den Probanden über ein Jahr lang Vitamin D, in Form eines Nahrungsergänzungsmittels, oder ein Placebo verabreicht. Die Teilnehmer wurden alle zwei Monate zu einer Untersuchung eingeladen, bei der unter anderem eine Blutabnahme vorgenommen wurde und die Probanden einen Fragebogen zu ihren Essgewohnheiten und zu ihrem gegenwärtigen Gesundheitszustand beantworten sollten, wozu auch die Angabe von Schmerzen gehörte. Ich habe speziell die Fragestellung untersucht, ob das Auftreten von chronischen muskuloskelettalen und kurzzeitigen lokalen Schmerzen durch eine Vitamin D Zugabe beeinflusst werden kann.

Bei der statistischen Auswertung habe ich außerdem weitere mögliche Einflussfaktoren berücksichtigt, wie zum Beispiel das Ernährungsverhalten. Die Planung und Durchführung der statistischen Analyse habe ich zuvor mit meinem Betreuer abgesprochen. Die Ergebnisse wurden regelmäßig in einer kleinen Runde mit zwei weiteren Mitarbeitern diskutiert, wodurch ich neue Anregungen und Unterstützung bekam. Diese Tätigkeit gab mir die Gelegenheit mein Wissen aus der Vorlesung anzuwenden und meine Statistikkenntnisse zu erweitern. Besonders gut daran hat mir gefallen, dass ich eine eigene Fragestellung bekommen habe, welche ich selbständig in Eigenverantwortung bearbeiten durfte. Das Vorstellen von wissenschaftlichen Papern im Journal Clubs und das Präsentieren der eigenen Daten war ebenfalls eine gute Schulung für den späteren Berufsalltag in der Forschung.

Zusammenarbeit mit Kollegen und Integration ins Team

Die Arbeitsgruppe für Epidemiologie ist mit 14 Mitarbeitern klein und überschaubar, daher lernt man schnell das gesamte Team kennen. Bei einem wöchentlichen Meeting, welches für Journal Clubs, Literature Reviews und Präsentationen genutzt wird, kommt die gesamte Gruppe zusammen. Hier werden in einer angenehmen Atmosphäre bei Kuchen und Tee, aktuelle Angelegenheiten der Gruppe besprochen und neue Erkenntnisse aus der Forschung diskutiert. Alle Kollegen sind sehr aufgeschlossen und hilfsbereit. In der Arbeitsgruppe herrscht ein sehr angenehmes und freundliches Arbeitsklima. Es ist ein sehr junges Team, das einen offenen Austausch pflegt. Die Betreuer legen außerdem Wert darauf, dass regelmäßige Treffen stattfinden. Man kann aber auch jederzeit andere Teammitglieder um Rat fragen.

Alltag und Freizeit

Meine Arbeitszeiten waren von 9:00 bis 17:00Uhr von Montag bis Freitag. Die Arbeitszeiten sind flexibel gestaltet, so dass man auch mal eher oder später anfangen kann. Eine ausgiebige Mittagspause mit Kollegen gehörte auch zum täglichen Arbeitsleben und hat das Einleben und Kennenlernen der Gruppe erleichtert. In meiner Freizeit habe ich mich gelegentlich mit Kollegen getroffen um in den Pub oder ins Kino zu gehen. Mit meinen Mitbewohnerinnen habe ich einmal die Woche einen Kurs für schottischen Volkstanz besucht, der in der Uni stattfand. Der Kurs bot nicht nur Gelegenheit einen Teil der schottischen Kultur zu erleben, sondern außerdem andere Studenten kennenzulernen und neue Kontakte zu knüpfen. Des Weiteren habe ich die Wochenenden genutzt, um die Umgebung um Aberdeen zu erkunden und mehr von Schottland's wunderbarer Natur zu sehen.

Fazit

Das Praktikum war für mich eine sehr wertvolle Erfahrung. Ich habe mich nicht nur beruflich weiterentwickelt sondern habe auch persönlich viele positive Erlebnisse mitnehmen können. Die Offenheit meiner Kollegen habe ich dabei besonders geschätzt. Die Arbeit in einem internationalen Umfeld in einer Fremdsprache war eine neue Herausforderung für mich und eine spannende Zeit.

Bilder/Fotos



Tipps für Praktikanten

Vorbereitung

Praktikumssuche	-
Wohnungssuche	Der Wohnungsmarkt in Aberdeen ist sehr angespannt. Besonders zu Semesterbeginn ist es schwierig ein Zimmer für "short term rent" zu bekommen. Auf der Internetseite www.gumtree.com finden sich zwar immer viele Angebote, aber darunter sind auch einige Abzocker. Daher kann ich nur den Rat weitergeben keine Kautions- oder sonstige Zahlungen zu tätigen, wenn das Zimmer vorher nicht besichtigt werden konnte.
Versicherung	Auslandskrankenversicherung für den Zeitraum des Praktikums über ENVIVAS
Sonstiges	Als Student bekommt man einige Vergünstigungen. Oft bieten auch Shops Rabatte für Studenten an.

Formalitäten vor Ort

Telefon-/Internetanschluss	Prepaid card vor Ort kaufen
Bank/Kontoeröffnung	-
Sonstiges	-

Alltag / Freizeit

Ausgangsmöglichkeiten	Pubs, Kino, Veranstaltungen in den Student Halls, Ceilidh
Sonstiges	Über die Societies der Universität lernt man schnell andere Studenten kennen. Die Uni verfügt außerdem über ein neues Sportzentrum, bei dem man auch monatliche Mitgliedschaften erwerben kann.

Fragebogen

Dauer des Praktikumaufenthaltes, Vorbereitung und Motivation

Auf welchem Weg haben Sie von dem ERASMUS-Programm erfahren?	Aushänge an der Hochschule
Andere	-
Haben Sie bereits an einer anderen ERASMUS Maßnahme teilgenommen?	nein
Halten Sie die Dauer Ihres Praktikumsaufenthaltes für:	genau richtig
Aus welchen Gründen streben Sie einen Praktikumsaufenthalt im Ausland an?	Erwerb neuer beruflicher Kompetenzen und Fähigkeiten
Andere	-

Information und Unterstützung

Wie bzw. durch wen haben Sie Ihren Praktikumsplatz gefunden?	andere Quellen (bitte angeben)
relevante Links	Internetsuche (http://www.abdn.ac.uk/medicine-dentistry/health-sciences/epidemiology/)
andere Quellen	-
Falls Sie eine Mittlerorganisation genutzt haben, mussten Sie für die Vermittlung des Praktikums etwas bezahlen?	Nein
Wenn ja, wie viel (EUR)	-
Name der Mittlerorganisation	-

Land der Mittlerorganisation	-	
Homepage der Mittlerorganisation	-	
Fanden Sie es schwierig ein Gastunternehmen zu finden?	3	
Erhielten Sie vor Ihrem ERASMUS-Praktikum adäquate Unterstützung durch Ihre/n ERASMUS-Ansprechpartner/in an der Heimathochschule/Hochschulkonsortium ?	5	
Erhielten Sie vor Ihrem ERASMUS-Praktikum adäquate Unterstützung durch Ihre/n Fachlicher/e Betreuer/in an der Heimathochschule ?	3	
Erhielten Sie vor Ihrem ERASMUS-Praktikum adäquate Unterstützung von der Mittlerorganisation?	-	
Erhielten Sie vor Ihrem ERASMUS-Praktikum adäquate Unterstützung von der Gasteinrichtung?	5	
Erhielten Sie während Ihres ERASMUS-Praktikums adäquate Unterstützung durch Ihre/n ERASMUS-Ansprechpartner/in an der Heimathochschule/Hochschulkonsortium ?	4	
Erhielten Sie während Ihres ERASMUS-Praktikums adäquate Unterstützung durch Ihre/n Fachlicher/e Betreuer/in an der Heimathochschule ?	3	
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 Führung durch die Gasteinrichtung
Sonstiges	-	
Inwieweit haben sich Ihre Erwartungen in Bezug auf das Praktikum erfüllt?		
Betreuung durch einen Mentor	4	
Anspruchsvolle Aufgaben	4	
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?	5
Wie war Ihr Arbeitsplatz ausgestattet?	3
Unterbringung	
Art der Unterbringung im Gastland	Wohngemeinschaft
andere	-
Wie haben Sie Ihre Unterkunft gefunden?	Internet
andere	-
War es schwierig eine Unterkunft zu finden?	5
Anerkennung	
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?	2012/2013
Wird Ihr Auslandspraktikum anerkannt?	Ja
Wenn ja, welche Anerkennung erhalten Sie?	ECTS
Welchen Nachweis über Ihr Praktikum erhielten Sie von der Gasteinrichtung?	Unternehmensbestätigung
Sprachliche und interkulturelle Vorbereitung	
Arbeitssprache(n) im Gastunternehmen:	Englisch
Haben Sie an einem vorbereitenden Sprachkurs vor und/oder während des Aufenthaltes teilgenommen?	Nein
Wenn ja, wer hat den (die) Sprachkurs(e) organisiert?	-
Andere	-
Gesamtdauer in Wochen	-
Stunden pro Woche	-
Wird die Teilnahme am Sprachkurs anerkannt?	nicht teilgenommen
	3

Wie würden Sie Ihre Sprachkompetenz in der Sprache des Gastlandes einschätzen? - Vor dem ERASMUS-Aufenthalt	
Wie würden Sie Ihre Sprachkompetenz in der Sprache des Gastlandes einschätzen? - Nach dem ERASMUS-Aufenthalt	4
Hatten Sprachbarrieren Auswirkungen auf das Praktikum?	Nein
Wenn ja,	-
Andere	-
Haben Sie sich interkulturell vorbereitet?	Nein
Wenn ja, durch	-
Andere	-
Wenn ja, wie	-
Sonstiges	-
Welche Komponenten der http://eu-community.daad.de haben Sie zur Vorbereitung genutzt?	Erfahrungsberichte gelesen, Länderinformationen
Kosten	
Kosten während des Auslandsaufenthaltes (monatlicher Durchschnitt in Euro)	950
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?	Nein
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 ausgeben?	250

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,berufliche Pläne/Steigerung der späteren Wettbewerbsfähigkeit auf dem Arbeitsmarkt,europäische Erfahrung
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?	3
Glauben Sie, dass Ihr ERASMUS-Praktikum Ihre Chancen auf dem Arbeitsmarkt erhöhen wird?	2
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 http://eu-community.daad.de einverstanden.	Ja.

Meine E-Mail-Adresse soll im
Erfahrungsbericht bei der Ja.
Veröffentlichung angezeigt werden.

Datum, Unterschrift: _____, _____
