

**Praktikumsbericht [C1] von:
ERASMUS-Praktikum - Hochschuljahr 2019 / 2020**

Stand: November 2017

Bitte füllen Sie das Formular am Computer aus, NICHT per Hand, und senden Sie es als E-Mail-Attachment an den EU-ServicePoint: eu-servicepoint@international.uni-mainz.de.

Ihre Angaben sollen anderen Studierenden bei der Praktikumssuche zur Verfügung stehen. Bitte achten Sie daher unbedingt darauf, wichtige Internetadressen und hilfreiche Informationen anzugeben!

ALLGEMEIN

Zielland:	Finnland
Studienfach:	Biologie
Heimathochschule:	Technische Universität Kaiserslautern
Berufsfeld des Praktikums:	Forschung
Arbeitssprache:	English
Zeitpunkt des Praktikums:	von 2.9.2019 bis 1.11.2019 (jeweils Tag / Monat / Jahr)

PRAKTIKUMSSTELLE

Name des aufnehmenden Unternehmens:	University of Helsinki
Straße/Postfach:	Viikinkaari 9
Postleitzahl und Ort:	00790 Helsinki
Land:	Finnland
Homepage:	www.helsinki.fi/en/researchgroups/cellulat-individuality/contact
E-Mail:	juha.saarikangas@helsinki.fi

VORHER – Informationen zur Vorbereitung auf das Auslandspraktikum

Bitte füllen Sie die folgenden Felder detailliert aus und machen genaue Angaben, wie die Suche und Vorbereitung abgelaufen ist (Internetadressen, Hinweise, Kontakte, etc.).

Praktikumssuche:	Nach Gesprächen mit einem meiner Professoren entschied ich mich nach einem Praktikum in den skandinavischen Ländern zu suchen, da dort die Anteile der Menschen, die Englisch verstehen, sehr hoch ist. Anschließend habe ich mir auf verschiedenen Universitäts-Webseiten die unterschiedlichen Forschungsgebiete angesehen und mich dann dort beworben.
------------------	---

Bewerbung (Ablauf, Initiativbewerbung, Auswahlgespräch, etc.):	Nach meiner Bewerbung erhielt ich sofortige Rückmeldung, dass dies möglich ist, wenn ich noch weitere Unterlagen zusenden könnte (Transcript of Record, Sprachnachweis). Anschließend bekam ich die positive Rückmeldung, dass ich dort das Praktikum machen kann.
Wohnungssuche:	Aufgrund der kurzen Aufenthaltsdauer entschloss ich mich eine Wohnung über das Internet (AirBnB) zu suchen. Die Wohnung liegt in direkter Nähe zu Uni und erwies sich als sehr gute Entscheidung (sowohl von der Lage als auch preislich gesehen).
Versicherung:	Vor Beginn des Praktikums habe ich mich bei meinen Versicherungen erkundigt ob diese auch für Finnland gelten. Dies war der Fall, jedoch wurde mir geraten zur Sicherheit zudem eine Auslandsversicherung während dieser Zeit abzuschließen.
Telefon-/Internetanschluss im Zielland:	Dadurch das ich die Wohnung über AirBnB gebucht hatte, war bei der Miete auch ein Internetzugang inbegriffen. Zum Telefonieren nutze ich denselben Mobilfunk-Anbieter wie in Deutschland.
Bank/ Kontoeröffnung:	Ich habe vor Beginn des Praktikums eine Kreditkarte eines deutschen Kreditinstituts beantragt und alle Zahlungen mit dieser durchgeführt.
hilfreiche Internetadressen/ Sonstiges:	www.visitfinland.com www.myhelsinki.fi

INFORMATIONEN ZUR PRAKTIKUMSSTELLE

Bitte füllen Sie die folgenden Felder detailliert aus und machen genaue Angaben, wie das Praktikum abgelaufen ist (Internetadressen, Hinweise, Kontakte, etc.).

Art des Praktikums:	Das Praktikum war Teil der Forschung, die in diesem Labor durchgeführt wird. Die Arbeiten beinhalteten Laborarbeiten sowie Computerarbeiten und Literaturrecherche.
Aufgaben im Praktikum: konnten Sie Erlerntes umsetzen? Waren Sie über-/unterfordert? etc.	Das Erlernte konnte ich gut umsetzen, wobei auch eine Lernkurve erkennbar ist. Bei Problemen bei der Umsetzung wurde mir jederzeit geholfen und etwaige Fragen geklärt.
Betreuung: (Einführungs-/Abschlussgespräch, wöchentl./monatl. Rücksprache, etc.)	Vor Beginn des Praktikums wurden in einem Gespräch das Projekt und die Aufgaben abgesprochen. Während des Aufenthalts gab es wöchentliche Rücksprachen über den derzeitigen Stand und es konnten auch bei

	Fragen mehrere Gespräche geführt werden. Zum Abschluss des Praktikums wurden die erzielten Ergebnisse in einem Abschlussvortrag vorgestellt.
soziale Kontakte während des Praktikums:	Während meines Aufenthaltes waren drei weitere Studenten im Labor mit denen man sich angefreundet hat. Aber auch die anderen Mitarbeiter waren stets freundlich und man konnte gute Konversationen führen.
Sprachkenntnisse (Nutzen, Verbesserung, etc.):	Die Kommunikation innerhalb und außerhalb der Arbeit wurde auf Englisch geführt. Da ich nun über einen längeren Zeitraum mit dieser Sprache kommuniziert habe, hat sich mein Wortschatz erweitert und das Selbstbewusstsein in dieser Sprache hat sich erheblich verbessert.
kurze Gesamtbewertung des Aufenthaltes: fachlicher/ privater Nutzen; was waren Ihre Erwartungen – wurden diese erfüllt? Was war besonders gut/ nicht so gut?	Sowohl für meine weitere berufliche Zukunft als auch in privater Sicht hat sich der Aufenthalt gelohnt. Ich hatte erhofft meine Sprachkenntnisse zu verbessern sowie neue soziale und kulturelle Erfahrungen zu machen. Meine Erwartungen wurden vollständig erfüllt und es ist wirklich sehr empfehlenswert.
Dauer des Praktikums: zu kurz, richtig, zu lang – Empfehlung über optimale Dauer	Für den ersten Auslandsaufenthalt war die Dauer angemessen. Um jedoch tiefere soziale Kontakte zu knüpfen bzw. bessere Forschungsergebnisse zu erzielen, wäre ein längerer Aufenthalt besser (vielleicht 4-6 Monate).
Durchschnittliche monatliche Ausgaben im Ausland in €; Mehrkosten ggü. Ausgaben in Deutschland:	Ca 1500€ Etwa 50% Mehrkosten
Was sollte man unbedingt wissen/ beachten?	Der Besitz eine Kreditkarte ist zu empfehlen und man muss beachten, dass es in Finnland keine 1 und 2 Cent mehr gibt. Zudem muss man abhängig von den Monaten des Aufenthaltes mit kälteren, windigerem Wetter als in Deutschland rechnen und sich dementsprechende Kleidung mitnehmen.
Sind Sie der Meinung, dass Ihnen das Praktikum bei der Ausübung Ihres zukünftigen Berufs (bitte angeben) von Nutzen sein wird? Wenn ja, in welcher Weise? Wenn nein, warum nicht?	Ja, da ich meine Sprachkenntnisse verbessern konnte sowie neue Methoden kennenlernen konnte. Desweiteren sind im späteren Beruf des Biologen Auslandsaufenthalte möglich, wodurch ich nun bereits Erfahrungen damit sammeln konnte.

<p>Können Sie die Stelle weiterempfehlen? (bitte begründen) Wenn ja, wäre Ihre Praktikumsstelle bereit, auch zukünftig PraktikantInnen aufzunehmen?</p>	<p>Ja, die Stelle ist sehr empfehlenswert. Alle Kollegen sind freundlich und hilfsbereit. Neben den sozialen Kon- takten war es auch sehr lehrreich und ich habe neue Methoden erlernt. Ja.</p>
<p>hilfreiche Internetadressen/ Sonstiges</p>	

Sind Sie mit einer Veröffentlichung des Berichts auf der Website www.eu-servicepoint.de einverstanden?
Ja Nein