

**Praktikumsbericht [C1] von:
ERASMUS-Praktikum - Hochschuljahr 2020 / 2021**

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:	Tschechische Republik
Studienfach:	Biology
Heimathochschule:	Technische Universität Kaiserslautern
Berufsfeld des Praktikums:	Laborpraktikum an einem Forschungsinstitut
Arbeitssprache:	englisch
Zeitpunkt des Praktikums:	von 10.08.20 bis 16.10.20 (jeweils Tag / Monat / Jahr)

PRAKTIKUMSSTELLE

Name des aufnehmenden Unternehmens:	J.Heyrovsky Institute of Physical Chemistry of the CAS, v.v.i.
Straße/Postfach:	Dolejškova 2155/3
Postleitzahl und Ort:	18223 Prag 8
Land:	Tschechische Republik
Homepage:	https://www.jh-inst.cas.cz/
E-Mail:	

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:	Ich habe mich nach der Möglichkeit eines Auslandspraktikums bei dem Professor erkundigt in dessen Abteilung ich meine Bachelorarbeit geschrieben habe. Mit seiner Hilfe habe ich ein paar Kontakte bekommen und mich schließlich für Prag entschieden.
------------------	--

Bewerbung (Ablauf, Initiativbewerbung, Auswahlgespräch, etc.):	Zunächst habe ich eine E-mail an den mir genannten Kontakt geschrieben, mit der Anfrage nach einem Praktikum und einer kurzen Einleitung zu meiner Person. Dies wurde mit Freuden angenommen und anschließend blieben wir in Kontakt per Mail um über mögliche Themen zu sprechen. Zwei Monate vor Beginn haben wir ein Zoom-Gespräch geführt um genauer darüber zu sprechen.
Wohnungssuche:	Die Wohnung wurde mir von meiner Betreuung direkt zu Beginn vermittelt, da diese Unterkunft nur Mitarbeiter/Austauschstudenenten des Instituts beherbergt.
Versicherung:	Da die tschechische Republik Mitglied der EU ist, hatte ich eine automatische Kranken- Unfallversicherung.
Telefon-/Internetanschluss im Zielland:	Aufgrund kostenloses Datenroamings in der EU, hatte ich keine Probleme mit dem Telefonanschluss. Das Internet war mittels LAN-Anschluss im Zimmer vorhanden, und im Institut ebenfalls.
Bank/ Kontoeröffnung:	Eröffnung eines Bankkontos war nicht notwendig.
hilfreiche Internetadressen/ Sonstiges:	Hilfreiche Tipps für die Stadt kann man aus diversen Reiseführern entnehmen (empfehlenswert). Auf Youtube gibt es sehr viele Videos mit hilfreichen Tipps für die Stadt (Honest Guide). Kontakt zu anderen Erasmusstudenten kann man leicht über Facebook bekommen (diverse Erasmus Gruppen)

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:	Laborpraktikum mit eigenem Forschungsprojekt an Physikalisch Chemischen Institut.
Aufgaben im Praktikum: konnten Sie Erlerntes umsetzen? Waren Sie über-/unterfordert? etc.	Die Laborarbeit war sehr interessant, ich konnte sowohl bisheriges praktisches Arbeiten verbessern, als auch mein theoretisches Wissen anwenden um neue Sachen zu erlernen. Über-oder unterfordert habe ich mich nicht gefühlt, das Arbeitstempo habe ich selbst für mich bestimmen können und bei Problemen konnte ich mich an meine Betreuer wenden, die mir immer helfen konnten.
Betreuung: (Einführungs-/Abschlussgespräch, wöchentl./monatl. Rücksprache, etc.)	Die Betreuung war sehr eng, ein, bis zwei Mal die Woche haben wir entweder persönlich oder per Skype eine Be-

	sprechung der neusten Ergebnisse durchgeführt. Einführungs- und Abschlussgespräch waren sehr aufschlussreich. Die Literatur zu dem Thema hatte ich schon vor Beginn gelesen und hatte somit von Anfang an einen guten Überblick
soziale Kontakte während des Praktikums:	Geschuldet des Zeitraums (Corona Zeit) habe ich keine Kontakte zu anderen Erasmusstudenten gehabt. Über Facebook ist es aber sehr einfach neue Leute kennenzulernen, dass es viele Gruppen gibt für sozialen Austausch. Engen Kontakt hatte ich demnach nur mit den Doktoranden, die am selben Institut gearbeitet haben.
Sprachkenntnisse (Nutzen, Verbesserung, etc.):	Aufgrund der Internationalität des Instituts war Englisch die vorherrschende Arbeitssprache. Verständnis der englischen Sprache war für mich nie ein Problem, hier habe ich dazugelernt mit diversen Akzenten umzugehen. Wirklich dazugelernt in der Sprache habe ich einer im Umgang mit Alltags-Englisch. Fachsprache war nicht sehr problematisch. Deutliche Verbesserung habe ich gesehen in meinem Selbstbewusstsein im Umgang der Sprache.
kurze Gesamtbewertung des Aufenthaltes: fachlicher/ privater Nutzen; was waren Ihre Erwartungen – wurden diese erfüllt? Was war besonders gut/ nicht so gut?	Ich würde es jedem empfehlen eine solche Chance zu nutzen. Ich habe fachlich einiges dazugelernt, und werde davon später bestimmt profitieren können. Meine Sprache hat sich verbessert, mein Selbstbewusstsein, und auch ein Stück weit meine ganze Person. Aufgrund der Corona Krise war es nur schade dass ich auf vieles verzichten musste (eher gegen Ende).
Dauer des Praktikums: zu kurz, richtig, zu lang – Empfehlung über optimale Dauer	Gegen Ende des Praktikums, war das Projekt noch nicht ganz beendet, dafür hätten einige mehr Versuche durchgeführt werden müssen. Allerdings konnte ich einen klaren Trend vorgeben wie es nun weiter gehen wird mit dem Projekt. Die zehn Wochen waren aus meiner Sicht ausreichend um sich die Stadt anzuschauen, sich an die Arbeitsweise zu gewöhnen und Freundschaften zu schließen.
Durchschnittliche monatliche Ausgaben im Ausland in € ; Mehrkosten ggü. Ausgaben in Deutschland:	Da ich nicht viel Miete zahlen musste (Prag 8), hatte ich weniger Ausgaben als gedacht. Schätzungsweise habe ich im Monat ca. 350 Euro für notwendige Kosten ausgegeben (Miete, Essen). Zusätzlich für private (kulturelles, soziales) Zwecke habe ich ca. 100-150 Euro im Monat ausgegeben. Tschechien ist demnach deutlich günstiger als Deutschland, natürlich abhängig von der Miete (Prag 1 kostet sicherlich mehr)

<p>Was sollte man unbedingt wissen/ beachten?</p>	<p>Prag ist eine sehr schöne Stadt, wenn man allerdings ein Bier trinken möchte/ essen gehen möchte ist abzuraten dies in der Innenstadt zu tun. Wenn man in die nächste Seitenstraße abbiegt kann man einen teilweise großen Preisabfall feststellen. Da die Tschechische Republik nicht den Euro hat, ist es vernünftig mit der Karte zu bezahlen, oder falls man Geld tauschen möchte, dies in der Bank/ an kommissionsfreien Tauschschaltern zu machen.</p>
<p>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?</p>	<p>Da ich gerne im Forschungsbereich der Biophysik bleiben möchte, denke ich, dass mir dieses Praktikum sehr weiter geholfen hat. In verschiedene Laboren gearbeitet zu haben ist hilfreich für die eigene Weiterentwicklung und Anpassungsfähigkeit.</p>
<p>Können Sie die Stelle weiterempfehlen? (bitte begründen) Wenn ja, wäre Ihre Praktikumsstelle bereit, auch zukünftig PraktikantInnen aufzunehmen?</p>	<p>Ich kann ein Praktikum an diesem Forschungsinstitut sehr stark weiterempfehlen! Man kann so viel dazulernen und da es viele verschiedene Projekte gibt auch an einigen von ihnen mitwirken. Sowohl Bereiche er Biologie als auch der Physik oder Chemie können hier abgedeckt werden. Das Institut ist definitiv bereit neue Praktikanten aufzunehmen.</p>
<p>hilfreiche Internetadressen/ Sonstiges</p>	<p>Youtube Kanal Honest Guide: (https://www.youtube.com/channel/UCt7oj318jVQi7vRbc1bNjJA) Facebook Gruppen</p>

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