

## Praktikumsbericht [C1] ERASMUS-Praktikum - Hochschuljahr 2018 / 2019

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](mailto: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:	United Kingdom
Studienfach:	Biologie
Heimathochschule:	TU Kaiserslautern
Berufsfeld des Praktikums:	Universitäre Forschung im Bereich Neurobiologie
Arbeitssprache:	Englisch
Zeitpunkt des Praktikums:	von 15/10/18 bis 16/12/18 (jeweils Tag / Monat / Jahr)

### PRAKTIKUMSSTELLE

Name des aufnehmenden Unternehmens:	University of York (Department of Biology)
Straße/Postfach:	Wentworth Way, York
Postleitzahl und Ort:	Y10 5DD
Land:	United Kingdom
Homepage:	<a href="https://www.york.ac.uk/">https://www.york.ac.uk/</a>
E-Mail:	biol-reception@york.ac.uk

### 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 hatte das Glück, das Praktikum in York recht einfach erlangt zu haben, nämlich über meinen Professor an der TUK. Meine Bachelor-Arbeit hatte ich bereits bei ihm geschrieben und es war geplant, dass ich auch weiterhin in seiner Arbeitsgruppe arbeiten könnte. Da er es auch aktiv unterstützt Praktika im Ausland zu machen, konnte ich durch seine guten Kontakte mit Kollegen den Praktikumsplatz in York erhalten.
------------------	---

<p>Bewerbung (Ablauf, Initiativbewerbung, Auswahlgespräch, etc.):</p>	<p>Wie oben erwähnt lief die Suche auf privater Basis ab (direkter E-Mail-Verkehr unter Kollegen), daher musste ich keine Auswahl- oder Bewerbungsgespräche durchlaufen.</p>
<p>Wohnungssuche:</p>	<p>Die Wohnungssuche gestaltete sich dagegen schwerer, da ich nur ca. 1 Monat Zeit hatte und der Praktikumsbeginn kurz nach offiziellem Start des Wintersemesters lag. Daher sollten am besten wenn möglich Überschneidungen mit Semesterbeginn vermieden werden (vermutlich ist ein Zeitraum für Juni/Juli am besten geeignet für die Wohnungssuche).</p> <p>Die bequemste Art und Weise als Student in York zu Wohnen ermöglichen die Colleges. Sie sind direkt auf dem Campus lokalisiert und ein Supermarkt im Zentrum der Universität deckt das Nötigste ab. Jedoch sollte man sich möglichst ein halbes Jahr oder früher für Plätze bewerben, da sie sehr gefragt und begrenzt sind.</p> <p><a href="https://www.york.ac.uk/colleges/">https://www.york.ac.uk/colleges/</a></p> <p>Websites die ich für die Wohnungssuche verwendet habe:</p> <p><a href="https://www.gumtree.com/">https://www.gumtree.com/</a></p> <p><a href="https://www.spareroom.co.uk/">https://www.spareroom.co.uk/</a></p> <p><a href="https://www.airbnb.co.uk/">https://www.airbnb.co.uk/</a></p> <p>(letzteres eher für kürzere Aufenthalte gedacht, kann bei mehr als einem Monat sehr teuer werden)</p> <p>Generelle Informationen zur Wohnungssuche können auch auf der Website der Universität gefunden werden:</p> <p><a href="https://www.york.ac.uk/students/accommodation/">https://www.york.ac.uk/students/accommodation/</a></p> <p>Allgemein muss ich sagen, dass die Wohnungssuche in York nicht einfach war, da für die vergleichsweise kleine Stadt zwei Universitäten angesiedelt sind. Die Häuser sind fast alle im klassisch englischen Stil gehalten („Terraced houses“), was dem guten Stadtbild entspricht, aber nicht gerade die Wohnungsknappheit verbessert. Meiner Erfahrung nach begrenzt sich das Angebot zumeist auf private Angebote für Wohngemeinschaften von bis zu 5 Personen in einer Haushälfte, mit Mieten um die 500 Pfund.</p>
<p>Versicherung:</p>	<p>Versicherungen wurden privat abgeschlossen, beziehungsweise waren bereits als Teil der Familienversicherung inkludiert.</p> <p>Die Krankenversicherung bei der Barmer GEK habe ich erweitert um eine zeitlich begrenzte private Auslandsreiseversicherung der HUK-Coburg (Partner der Barmer).</p> <p><a href="https://www.barmer.de/zusatzversicherung">https://www.barmer.de/zusatzversicherung</a></p> <p><a href="https://www.huk.de/gesundheit-vorsorge-vermoegen/krankenversicherung/barmer-zusatzversicherung/auslandskrankenversicherung.html?ID=K5105">https://www.huk.de/gesundheit-vorsorge-vermoegen/krankenversicherung/barmer-zusatzversicherung/auslandskrankenversicherung.html?ID=K5105</a></p>

	<p>Für Unfall- und Haftpflichtversicherung war ich ebenfalls zusammen mit meiner Familie versichert, habe aber telefonisch bzw. per Mail noch zusätzlich abgeklärt, dass beide Versicherungen im Ausland gültig sind und potenzielle Vorfälle abdecken (Signal Iduna, AXA).</p> <p><a href="https://www.signal-iduna.de/reiseversicherung.php">https://www.signal-iduna.de/reiseversicherung.php</a></p> <p><a href="https://www.axa.de/private-haftpflichtversicherung">https://www.axa.de/private-haftpflichtversicherung</a></p>
<p>Telefon-/Internetanschluss im Zielland:</p>	<p>Um Telefonanschluss braucht man sich keine großen Sorgen zu machen, wenn man ein Handy mit passendem Vertrag hat. Seit die EU-weiten Roaming-Gebühren abgeschafft wurden, ist es problemlos möglich in England zu telefonieren, SMS zu schreiben oder das mobile Internet zu nutzen. Privaten Festnetzanschluss hatte ich nicht, ist aber für die kurze Zeit aber auch nicht nötig und ein unnötiger Kostenfaktor.</p> <p>Der Internetanschluss im Haus wurde von der Vermieterin gestellt und war im Mietvertrag inkludiert. Erfahrungsgemäß bieten viele Vermieter eine Wohnung mit Internetanschluss an, die Qualität kann jedoch je nach Ortsteil stark schwanken. Meine Vermieterin hatte in ihrer vorherigen Wohnung in York äußerst schnelles Internet (vermutlich Glasfaser), in der neuen Wohnung, die ich auch genutzt habe, war jedoch das Internet sehr schlecht (geschätzt maximal 5 MB/s, meist aber darunter). Ausreichend zum Googeln und ähnliches, eher mäßig gut für z.B. YouTube oder Facebook und vollkommen ungeeignet für Streaming und Gaming. (Ortsteil Heworth)</p>
<p>Bank/ Kontoeröffnung:</p>	<p>Konto habe ich mein eigenes bei der Sparkasse in Deutschland verwendet und mir für die Zeit im Ausland eine Kreditkarte zugelegt. Beim Geldabheben entfallen dabei jedes Mal Gebühren, die nicht zu vernachlässigen sind, jedoch hielt ich es für nicht rentabel ein neues Konto bei einer englischen Bank für 2 Monate zu eröffnen.</p> <p><a href="https://www.sparkasse.de/unsere-loesungen/privatkunden/karten/kreditkarte.html">https://www.sparkasse.de/unsere-loesungen/privatkunden/karten/kreditkarte.html</a></p>
<p>hilfreiche Internetadressen/ Sonstiges:</p>	<p>Für Zugtickets buchen: <a href="https://www.thetrainline.com/">https://www.thetrainline.com/</a></p> <p>Touristische Informationen: <a href="https://www.visitbritain.com/de/de/england/nordengland/york">https://www.visitbritain.com/de/de/england/nordengland/york</a></p> <p>Universitätswebsite: <a href="https://www.york.ac.uk/">https://www.york.ac.uk/</a></p> <p>Nicht zu verwechseln: Es gibt in York (UK) zwei Universitäten, die <i>University of York</i> (Campus Uni) und die <i>York St. Johns University</i> (verteilt in der Stadt), sowie eine <i>York University</i> in Toronto, Kanada.</p> <p>Brexit...</p>

## **INFORMATIONEN ZUR PRAKTIKUMSSTELLE**

Bitte füllen Sie die folgenden Felder detailliert aus und machen genaue Angaben, wie das Praktikum

abgelaufen ist (Internetadressen, Hinweise, Kontakte, etc.).

<p>Art des Praktikums:</p>	<p>Mein Praktikum entsprach einem klassischem Laborpraktikum, wie es auch im deutschen Biologie-Studium üblich ist. Der Großteil meiner Arbeit bestand aus <i>Drosophila</i>-Laborarbeiten; sprich Fliegenstöcke aufziehen und erhalten, Kreuzungen für Experimente zusammensetzen, viel Präparationsarbeit von Fliegenlarven, Antikörperfärbungen und Mikroskopie. In den letzten Wochen wurden auch molekularbiologische Methoden durchgeführt (Immunopräzipitation von Proteinen für Antikörper-Tests).</p> <p>Neben den Arbeiten im Labor verbrachte ich viel Zeit mit Auswertung der Experimente (Phänotypen quantifizieren am Mikroskop oder PC) sowie Literatur lesen und wöchentliche Meetings mit den assoziierten Arbeitsgruppen. Vor allem in den ersten Wochen habe ich viel Paper gelesen und Quellen im Internet gesucht, um mich in das Thema einzuarbeiten, da es ein/zwei Wochen braucht bis man genug Tiere für Experimente zusammen hat.</p>
<p>Aufgaben im Praktikum: konnten Sie Erlerntes umsetzen? Waren Sie über-/unterfordert? etc.</p>	<p>Viele Aufgaben im Praktikum kannte ich bereits von meiner Bachelor-Arbeit, was mir vor allem den Einstieg erleichtert hat. Neue Methoden kamen gegen Ende des Aufenthaltes in York dazu, wobei teilweise geplante Experimente wegen Krankheit- oder Terminproblemen anderer Kollegen wegfallen mussten (z.B. Cryo-Elektronenmikroskopie und Präparationen von Mausgehirnen). Daher war ich höchstens am Anfang des Praktikums ein wenig unterfordert, aber nie überfordert.</p>
<p>Betreuung: (Einführungs-/Abschlussgespräch, wöchentl. /monatl. Rücksprache, etc.)</p>	<p>Die Betreuung wurde größtenteils vom Gruppenleiter durchgeführt. Es gab am ersten Tag des Praktikums ein Einführungsgespräch, in welchem mir der Hintergrund und die geplanten Experimente erklärt wurden sowie eine Führung durch das Biologiegebäude. Während des Verlaufs des Praktikums haben wir uns wöchentlich gesehen und über den Stand der Experimente, aber auch andere Dinge gesprochen (assoziierte Experimente in der Gruppe, allgemeine Themen zur Wissenschaft, aber auch Privates). Das Abschlussgespräch musste leider krankheitsbedingt ausfallen, ich konnte allerdings meine Ergebnisse den anderen Gruppenmitgliedern im Meeting präsentieren. Es ist noch eine Rücksprache per Skype oder ähnlichem geplant. Neben dem Gruppenleiter waren die Postdocs, Doktoranden usw. eine große Hilfe, da sie für mich zu jeder Zeit erreichbar waren und mir stets geholfen haben.</p>

<p>soziale Kontakte während des Praktikums:</p>	<p>Die sozialen Kontakte begrenzten sich zumeist auf meine Mitbewohnerin und deren Freunde sowie auf die Kollegen an der Universität. Daneben habe ich nicht viele neue Kontakte im Privatem knüpfen können, da dieses Praktikum teil meines Studiums war und ich es als eine Art „Arbeitsaufenthalt“ statt Urlaub angesehen habe. Daher verbrachte ich die meiste Zeit mit Dingen, die auch mit der Universität verknüpft waren (unter der Woche Laborarbeit, aber auch private Veranstaltungen zusammen mit den Kollegen).</p>
<p>Sprachkenntnisse (Nutzen, Verbesserung, etc.):</p>	<p>Der Aufenthalt war vor allem dazu sinnvoll den eigenen Sprachfluss im Englischen zu verbessern und mehr Selbstbewusstsein im Umgang mit dieser zu erhalten. Die eigenen Konversationsfähigkeiten wurden gefördert, indem das Sprachverständnis sowie das flüssige Reden auch in themenspezifischen Gebieten gestärkt wurde. Grammatik und Vokabular haben sich - bedingt durch den kurzen Aufenthalt – nur wenig verbessert.</p>
<p>kurze Gesamtbewertung des Aufenthaltes: fachlicher/ privater Nutzen; was waren Ihre Erwartungen – wurden diese erfüllt? Was war besonders gut/ nicht so gut?</p>	<p>Privat hat es mir geholfen, selbstbewusster mit fremden Personen umzugehen, selbst wenn sie in einer Fremdsprache wie Englisch sprechen sowie meine Konversationsfähigkeiten im Englischen zu verbessern. Der größere Nutzen für mich liegt jedoch im fachlichen Bereich, da ich durch das Praktikum auch die Arbeitsweise anderer Gruppen bzw. Universitäten kennenlernen konnte. Ich konnte meine bereits vorhandenen Kenntnisse weiter ausbauen und teilweise neues fachliches Wissen aneignen. Zusätzlich ermöglichte mir das Praktikum, neue Kontakte im Ausland zu knüpfen, was vor allem in der heutigen Wissenschaftskultur einen enorm wichtigen Faktor darstellt.</p> <p>Daher haben sich meine Erwartungen an das Praktikum erfüllt und kann es als einen persönlichen Erfolg in meiner wissenschaftlichen Laufbahn verbuchen. Besonders gut gefallen hat mir der gute Umgang mit den Kollegen an der Universität, die allzeit bereit für Gespräche jeder Art und immer hilfsbereit waren. Unterwältigend waren dagegen teilweise die Ergebnisse der Experimente, was allerdings nicht unüblich ist in der Wissenschaft und durchaus passieren kann in einem solch begrenzten Zeitrahmen. Positiv kann man daraus mitnehmen, besser mit Frustration und Mangel an Erfolgen umzugehen, da auch in der Wissenschaft „Durststrecken“ dazugehören.</p>

<p>Dauer des Praktikums: zu kurz, richtig, zu lang – Empfehlung über optimale Dauer</p>	<p>Zwei Monate sind meiner Meinung nach ausreichend Zeit, um ein ordentliches Praktikum zu absolvieren. Es sollte jedoch nicht kürzer werden, da ansonsten Fehlschläge bei Experimenten nicht verbessert werden können und schlechter Rückschlüsse geschlossen werden können. Wenn möglich, wären vermutlich 3 Monate eine optimalerer Zeitrahmen, um auch aussagekräftige Ergebnisse liefern zu können.</p>
<p>Durchschnittliche monatliche Ausgaben im Ausland in €; Mehrkosten ggü. Ausgaben in Deutschland:</p>	<p>Geschätzt 900€ pro Monat Versicherung, Flug- und Bahntickets, Währungskurs Euro-Pfund, Miete in England</p>
<p>Was sollte man unbedingt wissen/ beachten?</p>	<p>Wenn möglich weit genug im Voraus planen, um Stress und Kosten bei der Wohnungssuche zu vermeiden.  Wenn möglich ein Fahrrad (mit Schlössern und Licht!) in York organisieren, da die Wege vergleichsweise kurz und die Bustickets teuer sind.  Folgen des Brexits nicht absehbar...</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>Das Praktikum wird mir in Zukunft von Nutzen sein, da es mich fachlich vorangebracht hat, meine Englischkenntnisse verbessert hat und neue Kontakte geknüpft werden konnten. Zudem ist es immer gut für die spätere Bewerbungsphase, auch einen Auslandsaufenthalt vorweisen zu können.</p>
<p>Können Sie die Stelle weiterempfehlen? (bitte begründen) Wenn ja, wäre Ihre Praktikumsstelle bereit, auch zukünftig PraktikantInnen aufzunehmen?</p>	<p>Ich kann die Stelle weiterempfehlen, da im Praktikum viel lernpotential möglich ist und die Arbeitsgruppe sehr freundlich und hilfsbereit ist. Zudem freuen sich die Gruppenleiter über arbeitswillige und sympathische Praktikanten, da es ihnen ermöglicht mit der eigenen Arbeit voranzukommen. Zudem ist die Stadt York selbst auf jeden Fall einen Besuch wert.  Ich kann nicht mit Sicherheit sagen, ob die Praktikumsstelle weitere Praktikanten aufnehmen werden, kann es mir aber gut vorstellen. Beide Seiten profitieren von einem Praktikum, daher würde ich von einer Bewerbung für ein Praktikum nicht abraten.</p>
<p>hilfreiche Internetadressen/ Sonstiges</p>	

Sind Sie mit einer Veröffentlichung des Berichts auf der Website [www.eu-servicepoint.de](http://www.eu-servicepoint.de) einverstanden?  
Ja x      Nein