

## Praktikumsbericht **[C1]** ERASMUS-Praktikum - Hochschuljahr 20 / 20

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:	<b>Niederlande</b>
Studienfach:	Soziologie
Heimathochschule:	<b>Johannes-Gutenberg-Universität Mainz</b>
Berufsfeld des Praktikums:	<b>Market and consumer research</b>
Arbeitssprache:	Englisch/Niederländisch
Zeitpunkt des Praktikums:	von 01.09.2022 bis 01.01.2023 (jeweils Tag / Monat / Jahr)

### **PRAKTIKUMSSTELLE**

Name des aufnehmenden Unternehmens:	Future of Food Institute
Straße/Postfach:	Wilhelmina van Pruysenweg 35
Postleitzahl und Ort:	2595AN Den Haag
Land:	Niederlande
Homepage:	<a href="http://www.futureoffood.institute">www.futureoffood.institute</a>
E-Mail:	Info@futureoffood.institute

### **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 die Empfehlung bekommen, für die Praktikumssuche in den Niederlanden die Plattform LinkedIn zu verwenden. Hier habe ich dann in den Niederlanden und Belgien nach Praktikumsstellen im Bereich der Markt- und Sozialforschung gesucht. Die Wahl auf diese zwei Länder ist deswegen gefallen, da ich in meinem Bachelorstudium Niederländisch gelernt habe und mich das Leben im Nachbarland interessiert hat.
------------------	--

Bewerbung (Ablauf, Initiativbewerbung, Auswahlgespräch, etc.):	Die Praktikumsstelle „Research Internship“ war auf LinkedIn ausgeschrieben. Nachdem ich die Bewerbung im April losgeschickt habe, war es mir möglich, zwei Bewerbungs- und kennenlernensgespräche mit Future of Food online zu führen. Beim zweiten Gespräch haben wir auch schon konkreter über Forschungsthemen und meine dazu passenden methodischen skills gesprochen.
Wohnungssuche:	Die Wohnungssuche gestaltete sich schwierig, da es in niederländischen (Groß)-Städten ein Problem mit bezahlbarem Wohnraum gibt. Viele Studierende beziehen ihre Wohnung über eine staatliche Plattform, auf die ich jedoch nicht zugreifen konnte, da ich in Deutschland studiere. Es gibt mehrere Möglichkeiten nach temporären WG-Zimmern zu suchen, beispielsweise housinganywhere.com oder kamer-net. Letzteres ist das niederländische Äquivalent zu WG-Gesucht, über die ich auch primär nach einem Zimmer bzw. einem Apartment gesucht habe. Viele Anfragen meinerseits blieben unbeantwortet – vermutlich deswegen, da die meisten Studierenden-WGs explizit nach niederländischen Studierenden gesucht haben. Nach wochenlanger suche war es mir dennoch möglich ein überteuertes WG-Zimmer zu finden (750€ excl. Strom, Gas, Internet).
Versicherung:	Im Vorfeld habe ich mit meinen Versicherungsvertretern gesprochen – sowohl meine Krankenversicherung als auch Unfall- und Haftpflicht ist automatisch europaweit abgedeckt gewesen.
Telefon-/Internetanschluss im Zielland:	W-Lan lief über den Vermieter, war also kein Problem – Telefon und mobiles Internet war automatisch über EU-Roaming meines Vertrags abgedeckt.
Bank/ Kontoeröffnung:	War nicht nötig.
hilfreiche Internetadressen/ Sonstiges:	LinkedIn für Stellenanzeigen kamer-net.nl für Wohnungen room.nl falls man in den Niederlanden auch studiert Ansonsten kann man auch in Expat-Facebook Gruppen einige Wohnungsinserate finden – jedoch Vorsicht, da hier viele Betrüger*innen unterwegs sein können

## **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 ausgeschrieben als ‚research internship‘, dementsprechend lag der Hauptfokus an der
---------------------	---

	Planung, Durchführung und Analyse von europäischen und niederländischen Forschungsprojekten rund um das Thema ‚sustainable food‘.
Aufgaben im Praktikum: konnten Sie Erlerntes umsetzen? Waren Sie über-/unterfordert? etc.	Die Aufgaben im Praktikum waren vielfältig. Anfangs habe ich bei laufenden Projekten mitgeholfen, um mich in die Themen einzuarbeiten, nach ca. einem Monat war ich dann primär verantwortlich für die Durchführung von insgesamt drei Forschungsprojekten zum Thema landwirtschaftliche Systeme, alternative Proteine sowie europäische Richtlinien, die den Konsum von alternativen Proteinen fördern können. Die Projekte wurden mehrheitlich im europäischen ‚citizen participation forum‘ durchgeführt und zielten auf die Evaluation verschiedener nachhaltiger Essensinnovationen aus Sicht von Konsument*innen ab.
Betreuung: (Einführungs-/Abschlussgespräch, wöchentl./monatl. Rücksprache, etc.)	Ich habe mich innerhalb des gesamten Praktikumsverlauf gut betreut gefühlt - es gab die perfekte Mischung aus eigenverantwortlichem Handeln und die Evaluation bzw. Rücksprache über die Dinge, die ich durchführte. Anfangs hielt meine Betreuerin mit mir zusammen ein wöchentliches Rückmeldegespräch, nach der Einarbeitung gab es Feedbackgespräche nach Bedarf. Zusätzlich war es möglich, bei allen Fragen direkt einen der beiden Vorgesetzten zu erreichen.
soziale Kontakte während des Praktikums:	Über Erasmus-Facebook Gruppen konnte ich Kontakt zu Austauschstudierenden knüpfen, weiterhin hatte ich ein sehr gutes Verhältnis zu meinen Arbeitskolleg*innen.
Sprachkenntnisse (Nutzen, Verbesserung, etc.):	Insbesondere mein Englisch konnte ich über die Zeit sowohl mündlich als auch schriftlich gut verbessern – vor allem, weil ich primär englischsprachige Projekte durchgeführt habe. Meine niederländisch Kenntnisse waren mir zudem vor allem in bürokratischen Situationen von Vorteil, hier konnte ich vor allem meine Sicherheit in spontanen sozialen Situationen verfestigen.
kurze Gesamtbewertung des Aufenthaltes: fachlicher/ privater Nutzen; was waren Ihre Erwartungen – wurden diese erfüllt? Was war besonders gut/ nicht so gut?	<p>Nicht so gut: ich wiederhole mich zwar aber die Mietsituation hat mir einige Nerven gekostet.</p> <p>Gut: Nähe am Meer, interessante Themen innerhalb des Praktikums, die Möglichkeit mit Kolleg*innen an interessanten Networking Events teilzunehmen und Kontakte zu knüpfen, liebe Menschen kennengelernt</p> <p>Alles in allem sowohl in persönlicher Hinsicht als auch fachlich – 10/10.</p>

Dauer des Praktikums: zu kurz, richtig, zu lang – Empfehlung über optimale Dauer	Die vier Monate waren vor allem aus bürokratischer Sichtweise von Vorteil, da man ab vier Monaten die Verpflichtung zur Anmeldung hat. Unter vier Monaten bekommt man lediglich die BSN-Nummer, eine Anmeldung in den Niederlanden ist nicht nötig.
Durchschnittliche monatliche Ausgaben im Ausland in € ; Mehrkosten ggü. Ausgaben in Deutschland:	Sowohl die Miete als auch andere Lebenshaltungskosten waren höher als in Deutschland.  Insgesamt (inklusive Miete) habe ich pro Monat durchschnittlich 1000-1100€ ausgeben müssen für Lebensmittel, öffentliche Verkehrsmittel, Fahrradunterhaltung.
Was sollte man unbedingt wissen/ beachten?	Egal ob für ein Praktikum oder ein Auslandssemester – bitte frühzeitig um eine Wohnung kümmern! Die Wohnungssuche ist mit sehr viel Frustration verbunden.
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?	In der Zukunft würde ich gerne weiterhin in der Forschung bleiben – egal ob universitäre Forschung oder Markt-/Konsument*innenforschung mit nachhaltiger Zielsetzung. Hierfür war mir das Praktikum deutlich von Nutzen. Ich habe gelernt, Projekte von Beginn bis zum Ende zu managen, alleinige Verantwortung auch bei Problemen zu übernehmen, sowie flexibel passende Methoden zu finden und auch unter Stress einen kühlen Kopf zu bewahren.
Können Sie die Stelle weiterempfehlen? (bitte begründen) Wenn ja, wäre Ihre Praktikumsstelle bereit, auch zukünftig PraktikantInnen aufzunehmen?	Die Praktikumsstelle kann ich definitiv weiterempfehlen. Vor allem für Personen, die gerne in einem kleinen und dynamischen Team arbeiten und alle Bereiche eines Unternehmens kennenlernen wollen.  Grundsätzlich wäre das Institut offen für weitere Praktikant*innen, sowohl im Researchbereich als auch im Marketing, jedoch ist eine Hauptvoraussetzung, dass man niederländisch spricht.
hilfreiche Internetadressen/ Sonstiges	Um in den Niederlanden arbeiten und über mehrere Monate bleiben zu können, benötigt man eine BSN-Nummer. Hierfür sollte man sich frühzeitig bei der zuständigen Stadtverwaltung um einen Termin kümmern – ich habe diesen Termin schon von Deutschland aus vereinbart, da man hier teilweise lange Wartezeiten hat.  Weiterhin ist es für den ÖPNV von Vorteil, sich schon in Deutschland um eine personalisierte OV-Chipkaart zu kümmern, da man innerhalb der Niederlande zum Beantragen ein niederländisches Bankkonto inklusive IDEAL App benötigt. Die personalisierte OV-Chipkaart bringt viele Vergünstigungen mit sich!

	Weiterhin ist es von Vorteil, über ‚marktplaats‘ (niederländisches ebay-Kleinanzeigen) ein Fahrrad zu kaufen, damit spart man sich viele Transportkosten und ist deutlich flexibler.
--	--

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

Ja ☒

Nein ☐