

Erfahrungsbericht:

Erasmus-Praktikum in Nimwegen, Niederlande

Vor einer Woche bin ich in Hannover aus dem Zug gestiegen; im Gepäck Koffer, Rucksack, Laptop Tasche und jede Menge neue Erfahrungen, Eindrücke und Erinnerungen und was sich sonst noch so ansammelt in drei Monaten im Ausland. „Warum sollte man ein Auslandspraktikum in Holland machen?“, fragen sich manche vielleicht, „noch dazu in Nimwegen, nur ein paar Kilometer von der deutschen Grenze entfernt?“. Eher durch Zufall bin ich an meinen Praktikumsplatz am Radboud University Medical Center in Nimwegen gekommen: die Schwester einer Freundin absolvierte dort nach dem Abschluss ihres Medizinstudiums ein PhD-Studium und vermittelte mir den Kontakt zu Prof. Dr. Leo Joosten, dem Leiter des „Laboratory of Experimental Medicine“ am Department für Innere Medizin. Nach einigen Absprachen mit ihm, bekam ich die Zusage für einen Praktikumsplatz vom 01.03.2017 bis zum 01.06.2017. Zusätzlich musste ich die notwendigen Erasmus-Bewerbungsunterlagen (Bewerbungsformular, Notenübersicht, Learning Agreement, Kopie des Personalausweises, Passfoto) auch offiziell beim Auslandsbüro der Radboud University Nijmegen einreichen. Da ich meinen Praktikumsplatz aber bereits zugesagt bekommen hatte, konnten hier auf Nachfrage individuelle Absprachen getroffen werden. Außerdem wurde ich von meiner Praktikumsbetreuerin bei der Personalabteilung der Radboud University Medical Center offiziell als Praktikant angemeldet und erhielt einen Praktikumsvertrag. Dort musste ich ebenfalls einige Formulare und Dokumente ausfüllen und vor Ort einreichen. Bei meiner Ankunft in Nimwegen musste ich mich außerdem im Rathaus der Stadt als „nicht-ortsansässige Person“ registrieren, um eine sogenannte Bürger-Service-Nummer (BSN) zu erhalten. Insgesamt empfand ich die Vorbereitung zusätzlich zu der Vorbereitung an der Heimathochschule als einen recht hohen organisatorischen Aufwand für ein dreimonatiges Praktikum, jedoch blieb mir ein kompliziertes Bewerbungsverfahren erspart. Da außerdem kompetente Ansprechpartner zur Verfügung standen, konnten Fragen und Probleme meist per E-Mail schnell geklärt und flexible Lösungen gefunden werden. Somit fühlte ich mich trotz der vielen Formulare bei der Organisation im Vorfeld des Praktikums nicht allein gelassen.

Auch bei meiner Unterkunft hatte ich Glück: über Facebook fand ich für den Zeitraum meines Praktikums ein Zimmer zur Untermiete. Das Zimmer war mit eigenem Kühlschrank und Waschbecken ausgestattet, Küche, Toilette und Dusche teilte ich mit drei anderen Studenten. Sowohl die Universität, als auch Stadtzentrum und Bahnhof konnte ich bequem mit dem Fahrrad oder auch zu Fuß erreichen und auch ein nahegelegener Supermarkt war vorhanden. Gemessen an Größe, Ausstattung und der sehr guten Lage, war die monatliche Miete von 365 Euro außerdem bezahlbar. Erfreulicherweise bekam ich außerdem einen Teil der Mietkosten durch meine Gastorganisation rückerstattet, was neben dem Erasmus-Stipendium eine finanzielle Erleichterung darstellte. Insgesamt war ich mit meiner Unterkunft sehr zufrieden, obwohl ich leider nur wenig Kontakt zu meinen Mitbewohnern hatte. Da wir tagsüber meist alle an der Uni oder im Praktikum waren und auch abends jeder noch seine Verabredungen oder Freizeitbeschäftigungen hatte, blieb es meist bei einer kurzen Unterhaltung in der Küche oder im Flur.

Nachdem ich an meinem ersten Tag bereits im Auslandsbüro mit einem Willkommens-Paket begrüßt wurde und einige nützliche Informationen über Nimwegen und die Universität erhalten hatte, wurde ich von meiner Praktikumsbetreuerin am vereinbarten Treffpunkt abgeholt. In den ersten Tagen zeigte sie mir alles und erledigte weitere organisatorische Dinge mit mir. Außerdem erhielt ich diverse Einweisungen

im Labor und durfte anderen Mitarbeitern über die Schulter schauen. Anhand eines „Instruction Readers“ für neue Mitarbeiter und Praktikanten, in dem wichtige Informationen zusammengefasst sind, wurden Regeln und Aufgaben besprochen. In diesem „Instruction Reader“ wurde ebenfalls dokumentiert, welche Arbeiten im Labor mir von wem gezeigt wurden und welche Methoden ich unter wessen Aufsicht bereits durchgeführt hatte. Somit wurde eine ausführliche Einweisung und intensive Betreuung sichergestellt, die das selbständige und verantwortungsbewusste Arbeiten im weiteren Verlauf des Praktikums ermöglichen. Hauptansprechpartnerin war dabei immer meine Praktikumsbetreuerin, aber auch jeder andere Labormitarbeiter stand bei Fragen zur Verfügung und versuchte einem weiterzuhelfen. Insgesamt war die Arbeitsatmosphäre im Labor sehr angenehm. Obwohl das Labor mit ca. 30-40 Mitarbeitern relativ groß ist, wird durch Aufgabenverteilung und gute Organisation ein effektives und unkompliziertes Arbeiten ermöglicht. Meiner Meinung nach ist das Labor sehr gut auf Praktikanten vorbereitet und versucht eine optimale Betreuung zu gewährleisten. Auf der anderen Seite begegnete man sich auf Augenhöhe: auch ich als Praktikantin wurde nach meiner Meinung gefragt, durfte Vorschläge einbringen und war relativ frei in der Planung meiner Experimente. Auf diese Weise lernte ich das selbstständige Planen, Durchführen und Auswerten von Experimenten, konnte aber immer Rücksprache mit meiner Betreuerin halten und mir wenn nötig Hilfe holen. Auch in den wöchentlichen Treffen mit Prof. Joosten und den Wissenschaftlern, die ebenfalls am Forschungsthema „Borreliose“ arbeiteten, konnte ich meine Ergebnisse diskutieren und das weitere Vorgehen besprechen. Am Ende meines Praktikums stellte ich außerdem meine Versuche und Ergebnisse in einer Abschlusspräsentation beim wöchentlichen Meeting aller Labormitglieder vor. Sehr positiv war auch, dass neben mir noch 6-7 weitere Studenten zeitgleich ein Praktikum im Rahmen ihres Bachelor- bzw. Masterstudiums an der Radboud University Nijmegen in dem Labor absolvierten. Dies ermöglichte mir den Kontakt zu gleichaltrigen „einheimischen“ Studenten und wir verbrachten viele unterhaltsame Mittags- und Kaffeepausen gemeinsam. Insgesamt habe ich sowohl fachlich und methodisch, als auch persönlich sehr viel dazu gelernt während meines Praktikums.

Auch in Bezug auf Freizeit- und Wochenendgestaltung hat Nimwegen als Stadt und Holland als Land einiges zu bieten. Besonders wohlgeföhlt habe ich mich beim Campuskoor Veelstemmig, einem Studentenchor für Einheimische und „Internationals“. Ich hatte viel Spaß bei den wöchentlichen Chorproben, dem gemeinsamen Teetinken hinterher, den Auftritten und dem Chorwochenende, das wir in einer Jugendherberge bei Arnheim verbrachten. So oft ich konnte nahm ich auch an den sogenannten „Language Exchange Meetings“ teil, bei denen das Üben von Fremdsprachen und der Austausch mit anderen Kulturen im Mittelpunkt stehen. Regelmäßig treffen sich hier Menschen aus den unterschiedlichsten Ländern in einer Kneipe in Nimwegen und nach Anmeldung über Facebook kann man sich an verschiedenen Tischen in unterschiedlichen Sprachen unterhalten. Auch das Auslandsbüro der Universität bot immer wieder Ausflüge für internationale Studenten an, so z.B. die Frühlingsexkursion nach Zaanse Schans und Edam, an der ich ebenfalls teilgenommen habe. Daneben gibt es eine Vielzahl von Veranstaltungen in Nimwegen, ob der wöchentliche Markt, das Kurzfilmfestival oder die Partys am King's Day. Da Nimwegen eine Studentenstadt ist, ist eigentlich immer etwas los und für jeden etwas dabei. Zusammen mit anderen Erasmus-Studenten oder -Praktikanten machte ich Ausflüge nach Amsterdam, Haarlem und zum berühmten Keukenhof oder verbrachte gemeinsame Grillabende am Studentenwohnheim oder Waalstrand in Nimwegen. Und natürlich darf auch das Fahrradfahren in Holland nicht zu kurz kommen: eine Radtour nach Deutschland, Radfahren entlang des Flusses Waal, der Besuch des Fahrradmuseums in Nimwegen und ein Ausflug mit einem geliehenen Tandem zählen ebenfalls zu den schönen Momenten meines Auslandsaufenthalts. Gerne hätte ich noch etwas mehr Zeit gehabt, um Ausflüge in andere Städte und Regionen der Niederlande zu machen, aber die freie Zeit neben

der Arbeit im Labor war begrenzt und über den ein oder anderen „relaxten“ Tag ohne irgendwelche Unternehmungen nach einer anstrengenden Woche war ich auch ganz froh.

Am Ende bin ich mit einem positiven Gefühl nach Deutschland zurückgekehrt. Ich nehme viele wertvolle Erinnerungen mit und denke, dass ich auch in Bezug auf mein Studium viel gelernt habe und wichtige praktische Erfahrung sammeln konnte. Durch das Arbeiten im Labor über einen längeren Zeitraum hinweg, konnte ich neben dem Erlernen von Methoden und Techniken Einblicke in den Entwicklungsprozess eines Forschungsprojekts gewinnen. Obwohl die Kommunikation auf Englisch in manchen Situationen eine persönliche Herausforderung für mich darstellte, denke ich, dass ich auch in dieser Hinsicht dazugelernt habe und die Arbeit in englischsprachigem Umfeld mir nun leichter fällt als vor dem Praktikum. Besonders in Erinnerung bleiben wird mir wohl auch die Zeit mit dem Chor bleiben. Hier habe ich wiederentdeckt, wie viel Spaß das gemeinsame Singen macht (egal ob da mal ein falscher Ton dabei ist) und wie wichtig ein solcher Ausgleich zur täglichen Arbeit im Labor ist. Schade fand ich, dass ich gerade am Ende des Praktikums sehr viel zu tun hatte und mir deshalb nur wenig Zeit blieb, die letzten Tage zu genießen. Alles in Allem lässt sich aber sagen: ein Auslandspraktikum in Nimwegen lohnt sich, auch wenn es „nur“ Holland ist!