

Erfahrungsbericht Auslandspraktikum 2021/2022 in Boston: Thomas Michel's Lab at Brigham and Women's Hospital/Harvard Medical School

November 21 – April 22, Studiengang: Master Biochemie

Während meiner Laborzeit als Bachelorstudent habe ich die Arbeitsgruppe von Thomas Michel's aus Boston kennengelernt. Dr. Michel arbeitet zusammen mit einem internationalem Forschungsteam an der Bedeutung von reaktiven Sauerstoffspezies im kardiovaskulären System. Da ich thematisch ähnliche Schwerpunkte während meine Bachelorarbeit hatte, habe ich mich dazu entschlossen Kontakt nach Boston aufzubauen, um möglicherweise später im 3. Semester meines Masterstudiums dort ein Auslandspraktikum zu absolvieren. Anfang 2021 habe ich dann nach zwei Zoom-calls mit Dr. Michel meine Zusage bekommen, dort mitforschen zu dürfen. Ich war mir damals noch nicht sicher, ob es ein ganzes Auslandssemester werden sollte oder nur ein Auslandspraktikum für 3 Monate. Ich bin dann aber zu dem Entschluss gekommen, 6 Monate nach Boston zu gehen- aus mehreren Gründen: 1) Es ist schwer eine Wohnung für kurze Zeit in Boston zu finden (wenn auch nicht unmöglich). 2) Als Praktikant ist man häufig gerne gesehen, wenn über einen längeren Zeitraum bleibt. 3) Ich hätte sonst Boston und Amerika vielleicht nur im Winter erlebt.

Nachdem ich also einen groben Plan für meinen Aufenthalt hatte, stand mir der teure und harte Weg zum Visum bevor. Als Laborpraktikant in den USA benötigt man ein J1 Visum. Für die Beantragung des J1 Visums bei der US-Botschaft braucht man allerdings das DS160, die SEVIS Gebühr und das DS2019. Ich hatte das große Glück, dass ich jemanden kannte, der diesen Prozess schon durchgemacht hat und mich dort entsprechend unterstützt hat. Außerdem hat sich mein PI auch schnell und effizient für mich eingesetzt, wenn es im sogenannten Visa-OnBoarding mal nicht vorrangig. Generell ist es ratsam, **direkt** per Mail Nachfragen zu stellen und nicht zögerlich auf Antworten zu warten. Meine Einschätzung ist, dass es in den USA üblich ist viele Mails zu schreiben und viel zu kommunizieren- man kann also wenig falsch machen, wenn man immer wieder nachfragt. Die Beantragung des DS2019 dauert am längsten (etwa 2 Monate, wenn alles gut läuft). Insgesamt würde ich für die Visumsbeantragung immer mind. ein halbes Jahr einplanen. Ich habe damals im April angefangen und habe pünktlich 1 Woche vor meinem Abflug (Ende Oktober) mein J1 Visum bekommen.



Etwa 3 Wochen vor meinem Abflug habe ich begonnen mit der Wohnungssuche. Dabei kann ich den Facebook Marketplace oder Craigslist empfehlen. Ich bin 2 Tage vor Abreise mit meinen jetzigen Mitbewohner über Skype in Kontakt getreten (gefunden auf Craigslist) und habe mir schon einen ersten Eindruck von der Wohnung verschafft. Leben in Boston ist teuer- Nicht nur das Wohnen, sondern auch Einkaufen,

Freizeitaktivitäten und Co. Wenn man ein WG-Zimmer für \$800/Monat findet, ist das schon was Gutes. Die ersten 2 Wochen habe ich in einem Airbnb gelebt, um mir die Wohnung

persönlich noch anzuschauen und bin dann dort eingezogen. Gelebt habe ich in Roxbury, nahe vom Brigham, sodass ich jeden Tag zu Fuß zum Labor gehen konnte.



Das Brigham ist Teil der Longwood Medical Area, die neben Cambridge einer der Wissenschafts-Hotspots in Boston ist. Hier kommen weltweit renommierte Krankenhäuser und Forscher aus aller Welt zusammen, um die großen Fragen in der Medizin zu klären. Besonders eindrucksvoll fand ich, wie vieles hier so gut funktioniert hat, wegen der Zusammenarbeit und den vielen Kooperationen. Die Labore hier sind häufig ähnlich gut ausgestattet, wie in Hannover- aber, man trifft hier selten auf „fancy“ Hightec Labore, wie man das vielleicht von Boston erwarten würde.

Über einen Bekannten aus Deutschland, der gerade auch in Boston war, habe ich eine deutsche Gruppe kennengelernt mit denen ich hier viel unternommen habe. Die Wochenenden hier wurden selten langweilig und öde- wie auch in einer so schönen, sauberen und grünen Stadt. In Boston ist man gut aufgehoben, wenn man das Studentenleben, Bars und Sportevents mag. Hier findet man quasi alles- kulinarische Erlebnisse aller Kulturen, eine traumhafte HafenCity, viel Kunst, viel Geschichte, Hitze und leider auch Kälte: Wenn man sich entscheidet im Winter nach Boston zu gehen, darf man sich auf wirklich schöne verschneite Wintertage freuen, aber muss leider auch den ein oder anderen „Snowstorm aka Blizzard“ in Kauf nehmen. In meinen letzten Tagen hier erlebe ich aber den Frühling und ich kann mir den Sommer hier noch um einiges schöner vorstellen.

Das J1 Visum bietet nach Ablauf des eigentlichen Visums eine 30 Tage Grace Period, die zum Rumreisen in den USA gedacht ist. So hatte ich die Möglichkeit New York City (4 Stunden Busfahrt) und Puerto Rico (4 Stunden Flug) zu besuchen. Viele der Studierenden aus Deutschland, die ich hier kennengelernt habe, sind während ihrer Zeit in Boston an der Ostküste rumgereist und sogar bis hoch nach Kanada.



Die Menschen in Boston sind wie im Rest des Landes überwiegend sehr freundlich und hilfsbereit. Ich hatte Glück im Labor mit Menschen zusammenarbeiten zu dürfen, die mich jederzeit unterstützt und motiviert haben. Im Labor habe ich Kontakte knüpfen können, die mir im späteren Berufsleben als Forscher weiterhelfen können. Ein Auslandspraktikum kann Grundsteine legen für zukünftige Kooperationen. Als Fazit hier meine Pros und Cons:

Pros: wissenschaftliche Beziehungen, Ausbau der Fachsprache im Englischen, Partys an Wochenenden

Cons: zu teuer, sehr kalt und windig, Visumsprozess