

## Erfahrungsbericht Erasmus-Praktikum

		Gastland	England
Studienfach	Biochemie Master	Zeitraum	29.07.2019-31.10.2019
Semester	2 (Master)	Wohnform	Zimmer im Privathaus

Angaben zur Praktikumsseinrichtung	
Name der Einrichtung	University of Leeds
Anschrift	Woodhouse Lane, Leeds LS2 9JT, England
Homepage	<a href="http://www.leeds.ac.uk/">http://www.leeds.ac.uk/</a>
Kurzbeschreibung der Einrichtung	International anerkannte Universität in England
Ihr Tätigkeitsbereich	Chemical Biology (Chemische Biologie)

### Praktikumssuche & Vorbereitung

Wie haben Sie Ihre Praktikumsstelle im Ausland gefunden? Wie haben Sie sich auf den Auslandsaufenthalt vorbereitet? Welche organisatorischen Schritte mussten Sie beachten? Gab es Schwierigkeiten und wie haben Sie sie gelöst? Was kann die Vorbereitung erleichtern? (ca. 300 Wörter)

→ Die Möglichkeit, einen Auslandsaufenthalt in England zu machen, wurde mir von dem Institutsleiter des Arbeitskreises angeboten, wo ich meine Bachelorarbeit geschrieben habe. In meinem Fall, Prof. Pietruszka hatte mir die Gruppe von Dr. Stuart Warriner von der University of Leeds aus England empfohlen, basierend auf meine bisherige gesammelte Erfahrung und erworbenen Kompetenzen im Rahmen des Bachelor- und Masterstudiums. Als nächstes habe ich mich für eine Praktikumsstelle in dem Institut von Dr. Warriner beworben und habe erfahren, dass ich mein Praktikum in dem Sommer 2019 in England absolvieren kann. Zusätzlich zu der Bewerbung für das Erasmus-Stipendium habe ich ein weiteres vorbereitendes Modul im Rahmen des Biochemie-Masterstudiums abgeschlossen um meine praktische Tätigkeiten zu stärken. Darüber hinaus, habe ich mich auf die verschiedensten Arten und Weise über die Wohnmöglichkeiten in Leeds informiert während der Aufenthaltszeit. Dazu habe ich Facebook-Gruppen, Internetseiten von Immobilienfirmen oder Apps wie Spareroom oder AirBnB zunutze gemacht. Der Zimmer, den ich letztendlich für mein Aufenthalt bekommen habe, habe ich mithilfe der App Spareroom gefunden und ich würde es weiterempfehlen. Aufgrund des Zeitraums für das Praktikum, was durch mein Studium und das Angebot aus England bestimmt wurde, hatte ich viele Schwierigkeiten eine Unterkunft überhaupt zu finden. Es war leichter eine Unterkunft für die Sommermonate zu finden, da die Studenten Semesterferien hatten. Das Problem stellte meine Praktikumszeit in den Monaten September und Oktober, wo die Studenten zurückkehren und ihre Unterkünfte am Campus annehmen. Somit hatte ich keine Chance, eine Unterkunft durch die University of Leeds zu bekommen, da schon alle Plätze voll waren. Für mich blieb also als einziger Weg selbst einen Zimmer passend für meine Aufenthaltszeit zu finden. Allgemein herrscht eine sehr große Nachfrage an Unterkünften in Leeds. Bis ich meinen Zimmer mittels Spareroom gefunden habe, hatte ich paar misslungene Kontaktaufnahmen mit Studenten oder andere Vermieter über Facebook. Ich würde bei Kontaktaufnahmen über Facebook sehr aufpassen, da viele Vermieter einen Betrug beabsichtigen.

### Unterkunft

Wie haben Sie sich die Unterkunft organisiert und wie bewerten Sie sie? Wie gut kamen Sie von Ihrer Unterkunft zur Praktikumeinrichtung und wie gut zu anderen Zielen? (ca. 200 Wörter)

→ Mein Unterkunft war schwer zu finden aber ich habe es tatsächlich nach einer langen Suche mit ein bisschen Glück gefunden. Ich habe einen Zimmer in einem Haus für sechs Personen gemietet. Der Zimmer war relativ klein (ca. 17 qm) und dafür überbeizt. Trotzdem war das die einzige Unterkunft die ich passend für den gesamten Praktikumsdauer gefunden habe und ich habe mich somit dafür entschieden. Das Haus war ein typischer englischer Altbau, nicht renoviert. Es gaben zwei Toiletten, zwei Duschen, eine Küche und ein Wohnzimmer ohne Fernsehen. Obwohl das Haus unrenoviert war, waren die Wohnbedingungen dezent aber trotzdem dem Mietpreis nicht entsprechend. Die Küche war komplett ausgestattet mit allen was man braucht: Töpfe, Pfannen, Besteck und Teller aller Arten. Das Haus befand sich in Headingley, was eine der populärsten Studentenviertel ist. Ich wurde ebenfalls von den Kollegen im Arbeitskreis beruhigt, dass die Gegend nett und sicher ist. Die University of Leeds konnte man von meinem Zuhause in 40 Minuten zu Fuß erreichen. Diesen Weg bin ich auch oft gegangen, besonders in der Sommerzeit bei gutem Wetter. Dennoch waren die letzte zwei Monaten meines Aufenthaltes ziemlich kalt und regnerisch und aus dem Grund habe ich einen monatlichen Busticket gekauft. Ich hatte nur einen 8 Minuten Fußweg bis zur nächsten Bushaltestelle und die Busfahrt an sich dauerte nur 10 Minuten. Allgemein war mein Unterkunft sehr gut platziert in Headingley und allgemein sehr nah an Zentrum und umgebende Viertel. Darüber hinaus hatte ich eine sehr große Auswahl an Supermärkte, Restaurants und Läden um mein Haus herum, eine Tatsache was die Alltagsaufgaben erleichtert hat.

## **Tätigkeit**

Was waren Ihre Aufgaben während der Arbeitszeit? Wurden Ihre Erwartungen an Ihren Lernfortschritt erfüllt? Konnten Sie dabei im Studium oder in bisherigen praktischen Erfahrungen Erlerntes umsetzen? Wie gut war der Kontakt zu Ihren Kollegen? Was hat Ihnen besonders gut gefallen und was weniger gut? (ca. 300 Wörter)

→ Meine Aufgaben waren verschiene Multigenkonstrukte mittels einer etablierten Klonierungsmethode, namens Golden-Gate-Cloning, zu prduzieren, die später auf DNA Basis kombiniert werden sollen und in die Hefe integriert werden sollen. Je nach Auswahl der integrierten Elemente in den DNA-Konstrukten (Fluorophore, Promotoren, Degron-Tag) konnte man mittels Konfokalmikroskopie die verschiedenen Importwege des Peroxisomen untersuchen um die molekulare Mechanismen, die dieser Biochemie zugrunde liegen, zu entdecken. Meine Erwartungen an meinem Lernfortschritt wurden definitiv erfüllt. Die Tätigkeiten, die ich bereits durch mein Studium an der HHU erworben habe, dienten zur Erfüllung der Grundaufgaben im Rahmen des Projektes. Die Methodiken hinter DNA-Kombination, Integration in Hefengenom, Transformation und Expression von Hefenkulturen, Konfokalmikroskopie und die Methode der Golden-Gate-Clonierung selbst waren mir am Anfang des Praktikums unbekannt aber ich habe es geschafft in der Aufenthaltszeit sie zu meistern. Die weitgehende Erfahrung im PCR- und Gel-Elektrophorese-Bereich, was ich während meiner Bachelorarbeit in IBOC gesammelt habe, hat mir sehr geholfen die Prozedur der Golden-Gate-Clonierung bei Bedarf zu optimieren und bessere Parameter für die Colony-PCR-Experimente zu finden. Allgemein kann ich sagen, dass mein Lernerfolg sehr groß war. Ich hatte die Möglichkeiten, sehr viele neue Methoden kennenzulernen und das Projekt hat es mir auch erlaubt durch die repetitive Versuche die Methoden mit großem Erfolg zu meistern. Der Kontakt zu meinen Kollegen war ziemlich gut. Ich hatte ausser Dr. Stuart, der mich betreut hat, eine weitere Betreuerin. Sie hatte mir das Workflow im Institut gezeigt und gegebenenfalls mir geholfen, Lösungen oder Chemikalien zu finden. Die Ausstattung des Institutes und der Laboren hat es mir besonders gut gefallen. Eine Sache, die mir nicht sehr gut gefallen ist, war die schwierigen bürokratische Prozeduren, die man am Anfang durchlaufen musste. Es hat sehr lange gedauert bis der IT-Bereich mein Konto freigestellt hat und leider hatte ich für die Zeit keine Zugangskarte bekommen, womit ich frei am Campus laufen könnte. Meine Arbeitszeiten waren immer von 9 bis 17 Uhr beschränkt, da die

verschiedene Türen um verschiedene Uhrzeiten elektronisch geschlossen werden und ohne Zugangskarte kommt man nicht raus. Deshalb war es umständlich für mich eine Zugangskarte von Kollegen auszuleihen um an wichtigen Tagen etwas länger an der Uni zu bleiben.

## **Leben und Freizeit**

Welche Eindrücke haben Sie von Ihrem Gastland (Kultur, Lebensgewohnheiten, Arbeitsbedingungen) gewonnen? Wie hat es Ihnen gefallen, in dieser Stadt zu leben? Welche Orte sollte man gesehen haben? Konnten Sie Kontakte zu Einheimischen aufbauen und wie? Was kann man in der Freizeit unternehmen? Wie hoch sind die Lebenshaltungskosten? (ca. 300 Wörter)

→ Das Land hat einen tollen Eindruck hinterlassen. Die Menschen sind im Allgemeinen sehr offen und höflich. Die englische Kultur widerspiegelt sich in den altmodischen Pubs, die Architektur, die typische Backsteinhäuser und dem regnerischen Wetter ebenfalls. Die Arbeitsbedingungen sind genauso modern wie in Deutschland was die Labore und Büros angeht. Jedoch hatte die University of Leeds einen ziemlich großen Campus und verfügte über Einrichtungen, die an der HHU z.B. nicht gibt. Die Cafeteria war meistens aus speziellen Stände aufgebaut. Darüber hinaus gab es ein Supermarkt in dem Mensa-Bereich. Viele Cafes und Terrassen waren auf Campus ebenfalls zu finden. Leeds ist eine tolle und wertvolle Stadt, in dem man als Student sich wohlfühlt. Der Zentrum-Bereich ist ziemlich groß und bietet eine Varietät sowohl an Restaurants, Pubs und Clubs als auch Einkaufszentren, Supermärkte, Museen, Gallerien und weitere Institutionen. Mir persönlich hat es sehr gefallen in Leeds zu leben. Man konnte immer alle Reiseziele innerhalb der Stadt gut erreichen, sowohl mit dem Bus als auch zu Fuß. Ich habe den Eindruck bekommen, dass es in der Stadt etwas mehr Spontaneität herrscht. Darüber hinaus bietet die Stadt täglich tolle Events wie zum Beispiel der Leeds Karneval, das Lichtershow, die Pride-Parade und vieles mehr. Unter den absoluten Sehenswürdigkeiten von Leeds zählen das Rathaus, Millenium-Plazza, das Harewood Haus, das Museum Royal Armouries, der Fluss-Bereich (River Area), die Leeds Kunstgalerie und die Kirkstall Abtei. Es war leicht Kontakt zu den Einheimischen aufzubauen, da es viele Veranstaltungen für Erasmus-Studenten gab wie das Language-Exchange, was eine Networking-Möglichkeit für internationale Studenten darstellte. Die Kollegen aus dem Arbeitskreis waren sehr nett und haben mich von Anfang meines Praktikums in die Gruppe integriert. Ich hatte die Möglichkeit, auf eine gemeinsame Exkursion mit der ganzen School of Chemistry zu gehen, wo es Vorträge und Poster gab zu den verschiedenen Forschungsbereiche, die in der naturwissenschaftliche Abteilung der University of Leeds vertreten sind. Dies hat den Kontakt zu den Einheimischen wieder verstärkt. In der Freizeit könnte man das Emerald Rugby Stadium besuchen und ein Spiel anschauen. Einen Spaziergang durch das Zentrum und im dem Fluss-Bereich is immer eine gute Idee. Weiterhin ist Leeds unglaublich reich an internationale Restaurants und vielfältige Cuisine-Arten. Dies ist auch ein Erlebnis was man in Leeds ausprobiert haben muss. Da Leeds so viele Möglichkeiten und Erfahrungen anbietet, sind die Lebenskosten ziemlich hoch. Wenn man durch das Wohnen in einer WG sparen kann, gibt man mehr Geld aus was Freizeit angeht. Die Getränke- und Gerichtpreise sind höher als man in Deutschland gewohnt ist. Oft bekommt man als internationaler Student trotzdem keine Ermäßigung in vielen Museen oder Gallerien.

## **Anerkennung**

Inwieweit wird das Praktikum von Ihrer Heimatuniversität anerkannt? Welche Voraussetzungen gibt es, damit die Anerkennung klappt? Was muss man bei den Formalitäten beachten? (ca. 200 Wörter)

→ Das Auslandspraktikum ist 15 Credit Points wert, teilweise benotet und wird in meinem Zeugnis ebenfalls aufgelistet. Da es sich um ein Praktikum handelt und kein Studium (Vorlesungen, Module) ist die Anerkennung unproblematisch. Darüber hinaus ist die Möglichkeit, ein Praktikum im Ausland zu absolvieren ebenfalls in die Prüfungsordnung des Studienganges Biochemie aufgelistet. Da das Arbeitsfeld perfekt mit meiner Studienrichtung (Biochemie) passt war die Anerkennung des Praktikums von Anfang an kein Problem. Die Aufenthaltserfahrung stellt einen deutlichen Vorteil auf der Arbeitssuche und deutet ebenfalls auf Soft-Skills einer Person, wie die Fähigkeit sich einem anderen Umfeld anzupassen und interkulturell teamfähig zu sein. Weiterhin gilt diese Erfahrung als

Bestätigung selbst für die Fähigkeiten und Kompetenzen, die man im Rahmen des Studiums in Deutschland erworben hat. Zusätzlich hat man die Möglichkeit internationale Kontakte aufzubauen was für die spätere Jobsuche behilflich sein kann. Anhand des Englishtestes habe ich auch bemerkt, dass in der Zeit mein Englisch verbessert hat, was wiederum als Bestätigung der sprachlichen Kompetenzen gilt und für internationale Unternehmen interessant sein kann.

### **Fazit & Ausblick**

Wie zufrieden sind Sie insgesamt mit Ihrem Auslandsaufenthalt? Wurden Ihre Erwartungen erfüllt? Was hat Ihnen besonders gut gefallen, was gar nicht? Inwieweit hat das Praktikum Ihre akademischen und beruflichen Pläne beeinflusst? Wie geht es jetzt für Sie weiter? (ca. 200 Wörter)

→ Ich bin extrem zufrieden mit der Erfahrung, die ich in diesem Auslandsaufenthalt gemacht habe. Ich freue mich über ERASMUS diese Möglichkeit erhalten zu haben. Ich bin begeistert von allen neuen studiumspezifische Methoden und Aspekte, die ich innerhalb der drei Monaten erlernt habe. Darüber hinaus bin ich zufrieden mit der gesamten Integration die ich da erfahren habe und allgemein mit der Qualität der Stadt und der Universität. Ich bin froh, die Möglichkeit gehabt zu haben, meine Kompetenzen mit denen von Studenten anderer Herkünfte und Universitäten zu vergleichen und bin stolz auf die tolle Vorbereitung, die man als Biochemiker an der HHU bekommt. Das Praktikum stellt für mich einen großen Vorteil was das akademische und berufliche Leben angeht. Momentan steht für mich die Masterarbeit an und auf der Suche nach einem passenden Arbeitskreis und Institut erkenne ich den Wert von Auslandserfahrung in aktuellen akademischen Leben sogar. Ich habe dadurch nicht nur meine sprachliche und fachbezogene Kompetenzen bestätigt und verstärkt aber ebenfalls mein professionelles Auftreten und Selbstbewusstsein. Allgemein kann ich sagen, dass ich persönliche Entwicklung in England erfahren habe und bin sehr dankbar für diese Möglichkeit. Ich kann es nur jedem Studenten empfehlen, es auszuprobieren!

### **Mein Auslandspraktikum in einem Bild (oder mehreren Bildern)!**

Fügen Sie hier ein oder mehrere aussagekräftige Bilder (mit Beschreibung) hinzu, die Ihren Erfahrungsbericht ergänzen und bereichern!

→



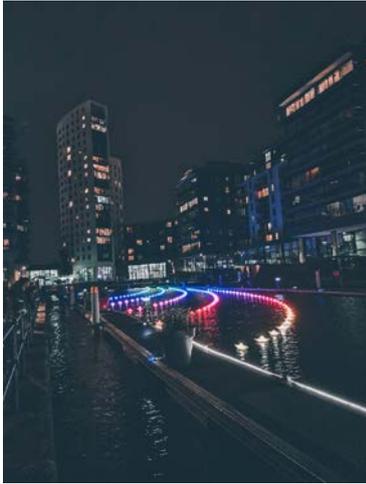
Harewood House



The Headrow Boulevard (Zentrum Leeds)



Leeds Lichtershow in das Rathaus



Fluss-Bereich in der Nähe der Royal Armouries



Leeds Zentrum