

Erfahrungsbericht PROMOS-Praktikum USA

Zeitraum des Praktikums: 23.09.2019 – 22.11.2019

Gastuniversität: Virginia Commonwealth University (VCU), Richmond, VA, USA

Im Rahmen meines Masterstudiums *Management und Consulting im Sport* bot sich mir die Möglichkeit, ein zweimonatiges, PROMOS-gefördertes Forschungspraktikum in den USA zu absolvieren. Dieses war Teil eines studieninternen Forschungsprojekts an der RUB und gab mir die Möglichkeit, einen Teil meiner Leistungen des 3. Semesters im Ausland abzuarbeiten.

Vorbereitung

Die Vorbereitung erfolgte in enger Zusammenarbeit mit meinem Betreuer und einem weiteren Mitarbeiter des Lehrstuhls an der RUB. Das von mir gewählte Forschungsprojekt war von vornherein so angesetzt, dass ein Teil dessen im Ausland absolviert werden soll – auch wenn dies in der Form das erste Mal war. Insgesamt begannen die Planungen mit dem Start des Sommersemesters, also im April 2019.

Die Auswahl der Gasteinrichtung ergab sich durch einen persönlichen Kontakt einer der Mitarbeiter des Lehrstuhls – dieser sorgte für die erste Kontaktaufnahme und Verknüpfung mit den Studierenden. Nach ersten Gesprächen der Betreuer aus Deutschland und in den USA konnten wir (insgesamt 2 Studierende) uns um die offiziellen Dokumente kümmern, die alleamt per E-Mail-Verkehr ausgetauscht wurden. Im Laufe des Sommersemesters 2019 wurden die Absprachen dann zunehmend fachlicher, sodass erste Anforderungen und Themen geklärt werden können. Zur fachlichen und methodischen Vorbereitung (v.a. Nutzung codebasierter Statistiksoftware) besuchten wir während der Semesterferien in Eigenregie Workshops der RUB und lasen uns in relevante Journalbeiträge ein. Zusätzlich wurde von unserem Lehrstuhl ein dreitägiger Workshop angeboten. Insgesamt umfasste die Vorbereitung fast die gesamten Semesterferien bis zum Start des Praktikums und schloss sich fast unmittelbar an die Prüfungen des Sommersemesters an.

Unterkunft

Nach einem optimistischen Start in der Suche nach einer Unterkunft musste ich schnell feststellen, dass es fast unmöglich ist, eine Unterbringung mit Preisen wie in Deutschland zu finden. Die ersten Kontaktaufnahmen mit dem International Office der VCU ergaben leider nichts, sodass ich anfang, nach Privatunterkünften und WG-Zimmern zu suchen. Zwar ist das Angebot relativ groß, aber die Kontaktaufnahme aus Deutschland macht das Ganze letzten Endes schwer, da viele Anbieter gar nicht auf Anfragen aus dem Ausland eingegangen sind, oder sich nach ein paar Nachrichten nicht mehr gemeldet haben. Angebote auf der größten Plattform *Craigslist* waren zudem häufig unseriös, sodass ich am Ende zwei verschiedene Zimmer

über *AirBnB* gebucht habe (jeweils für einen Monat). Den ersten Monat verbrachte ich somit etwas außerhalb der Stadt (ca. 1h Gesamtweg zur Uni mit dem Bus), den zweiten Monat lebte ich näher an der Innenstadt und konnte die Uni in 10 Minuten mit dem Fahrrad erreichen.

Ablauf und Wert des Auslandsaufenthaltes

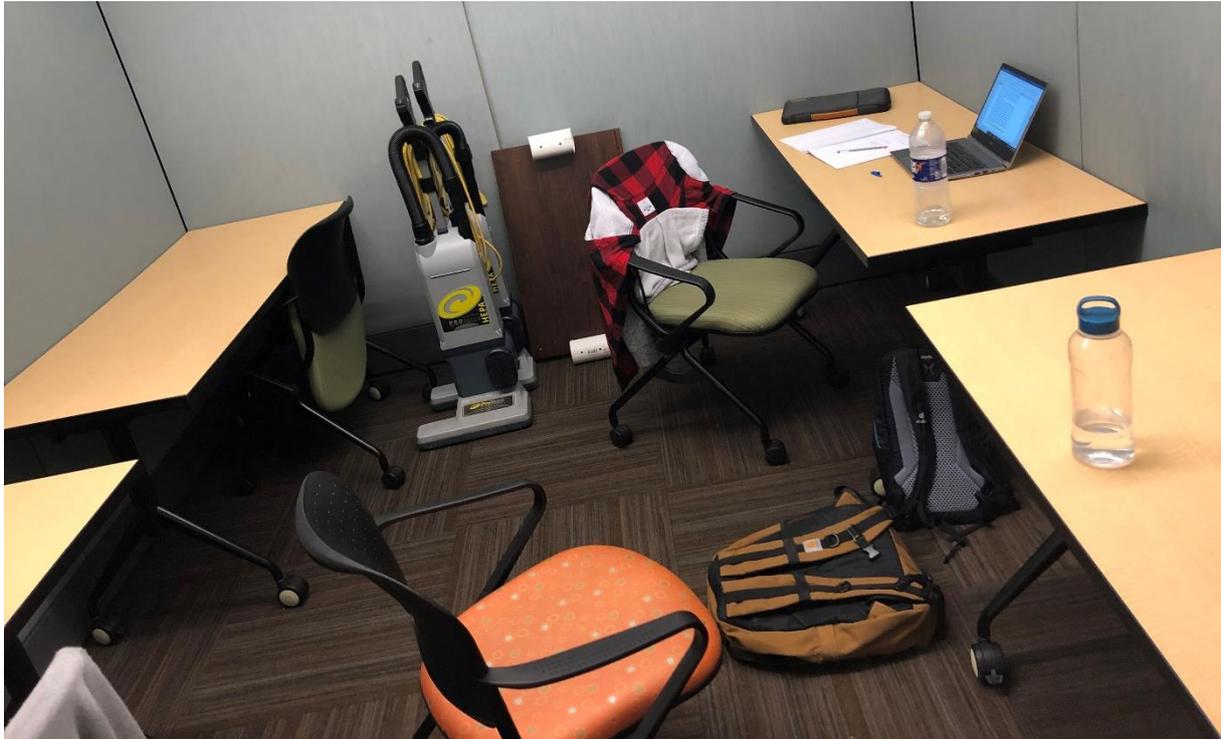
Den Auftakt meiner Zeit in den USA bildete ein fünftägiger Aufenthalt in New York City mit 3 anderen Stipendiaten. New York hat unglaublich viel zu bieten – während des Praktikums gab es daher einen erneuten Wochenendtrip dorthin.



Der Beginn des Aufenthaltes mit anderen Stipendiaten auf der Brooklyn Bridge in New York.

Zwei Tage vor Beginn des Praktikums nahmen wir den Bus nach Richmond und quartierten uns im *AirBnB* ein. Die erste Praktikumswoche verlief sehr entspannt mit vielen organisatorischen Dingen (Anmeldungen im International Office, Ausweise beantragen, Fahrrad kaufen etc.); der richtige fachliche Start kam dann in der zweiten Woche des Praktikums. Insgesamt wurden wir von unserem Betreuer und von allen weiteren Mitarbeitern des Lehrstuhls sehr freundlich empfangen. Das Ziel unseres Aufenthalts an der VCU war die Anfertigung und Einreichung eines Forschungs-Abstracts bei der Konferenz des American College of Sports Medicine. Wir erhielten einen relativ rustikal eingerichteten Arbeitsplatz, der sich in einem großen Klassenraum befand und von weiteren, in Forschungsprojekten eingebunden Studierenden genutzt wurde. Unser Betreuer erwartete von uns, an mindestens drei Tagen dort zu arbeiten und erlaubte uns an den anderen Tagen Home-Office, was uns sehr angenehme Flexibilität in der Arbeitsgestaltung brachte. Einmal pro Woche trafen wir uns zum gemeinsamen Meeting,

um unseren Fortschritt und das weitere Vorgehen zu besprechen. Mit den anderen Mitarbeitern des Lehrstuhls hatten wir nichts zu tun.



Unser Arbeitsplatz an der Virginia Commonwealth University.

Zusätzlich dazu führten wir wöchentliche Skypemeetings mit unserem Betreuer in Bochum durch. Der Austausch mit zwei Betreuern war zwar teilweise komplex, brachte uns fachlich gesehen aber durchaus weiter, da man Feedback aus zwei Richtungen erhielt. Insgesamt ermöglichte der Austausch mit dem englischsprachigen Betreuer und das wissenschaftliche Arbeiten auf Englisch eine deutliche Verbesserung der Sprachkenntnisse. Der Kontakt mit dem Betreuer an der VCU war super, sowohl fachlich als auch persönlich und endete mit einer Einladung zum Abendessen bei der Familie des Dozenten – eine großartige Erfahrung!

Alltag und Freizeit

Unsere Arbeitstage dauerten in der Regel von etwa 10 bis 18 Uhr – je nach Arbeitsstand auch mal länger oder kürzer. Danach waren wir fast jeden Tag beim Sport (wir haben uns im Fitnessstudio der Uni angemeldet, wo neben Fitnessstraining auch Fußball, Basketball, Tischtennis, Squash, Badminton und Schwimmen möglich ist) und anschließend ging es zum Kochen ins AirBnB. An den Wochenenden unternahmen wir meistens Kurztrips zu den Städten der Ostküste – so war ich in Virginia Beach, Washington und erneut in New York, ebenso wie bei Freunden in North Carolina. Und auch Richmond selbst war eine wunderschöne Stadt, die von Natur bis Nachtleben alles zu bieten hat. Insgesamt habe ich also sehr viel erleben können.



Am Ufer des James River mit Blick auf Richmond / Der Maymount Park im Südwesten von Richmond.

Fazit (beste und schlechteste Erfahrung)

Insgesamt war das Auslandspraktikum in den USA eine großartige Erfahrung. Neben dem erfolgreichen Abschluss des fachlichen Teils mit dem Einreichen des Abstracts waren vor allem die vielen Wochenendtrips mein persönliches Highlight – so konnten wir viel von Land und Leuten kennenlernen. Negativ in Erinnerung bleiben mir die schlechten Essgewohnheiten und -möglichkeiten an der Uni. Es gibt keine richtige Mensa, stattdessen schwärmen in der Mittagszeit Tausende Studierende in die Fast-Food-Läden auf dem Unicampus. Da weiß man die Möglichkeiten zur ausgewogenen Ernährung in Bochum erstmal richtig zu schätzen.