

Erfahrungsbericht: Praktikum am Karolinska Institut in Stockholm

Ich studiere Psychologie und mache dieses Semester meinen Bachelorabschluss. Im Rahmen des Studiums müssen wir ein Pflichtpraktikum durchführen. Schon zu Beginn meines Studiums war mir bewusst, dass ich dieses Praktikum gerne im Ausland absolvieren würde, da ich schon seit langer Zeit für eine kurze Zeit im Ausland leben wollte. Diesen Wunsch konnte ich mir während meiner Schulzeit nicht erfüllen und so nutzte ich die Möglichkeit im Rahmen meines Praktikums. 2020 bewarb ich mich beim DAAD für zwei verschiedene Praktika im Ausland: eins in England und eins in Schweden. Beide Praktika setzten ihren Schwerpunkt auf die kognitiven Neurowissenschaften, die mich besonders interessieren. Aufgrund der Pandemie wurden alle Praktika vom DAAD abgesagt, sodass ich mich entschloss die Praktikumssuche selbst in die Hand zu nehmen und kontaktierte die Professorin aus Schweden, die am Karolinska Institut in Stockholm tätig ist, um zu fragen, ob ich auch ohne die Förderung des DAAD ein Praktikum bei ihr absolvieren könnte. Ich war sehr erfreut als sie mir innerhalb weniger Tage antwortete, dass sie sich noch gut an meine Bewerbung vom DAAD erinnern kann und mich gerne als Praktikantin einladen würde. Wir vereinbarten ein Zoom-Meeting, um zu besprechen, welchem Forschungsprojekt ich zugeordnet werden könnte. Wir entschieden uns für ein Projekt, das sich damit beschäftigte, wie der metabolische Zustand einer Person (Hunger/Sättigung) die Wahrnehmung der Kongruenz eines Nahrungsmittels beeinflusst und ob der metabolische Zustand einen Einfluss darauf hat, wie lecker Personen ein bestimmtes Nahrungsmittel finden.

So begann ich mit den Vorbereitungen: ich bewarb mich für ein Erasmus-Stipendium, um meinen Aufenthalt zu finanzieren und suchte nach Unterkünften. Für mich war es wichtig, ganz alleine zu wohnen, um zu erfahren, wie das Leben alleine und ich vollständiger Unabhängigkeit aussieht. Ich fand ein Apartment in einem Longstay-Hotel auf Lidingö – eine große Insel direkt neben Stockholm, die durch eine Brücke mit Stockholm verbunden ist. Mein Apartment umfasste ein Bad und ein Zimmer, das als Wohnzimmer, Schlafzimmer und Küche agierte. Von meiner Unterkunft zu meinem Arbeitsplatz im Institut brauchte ich mit den öffentlichen Verkehrsmitteln etwa eine Stunde. Ich entschloss mich in Stockholm ein Fahrrad zu mieten, weil ich damit schneller am Institut war und weil ich mich so jeden Tag sportlich betätigen konnte. Ich machte mich außerdem kundig, was man in Stockholm als Tourist unternehmen konnte, da ich meine Wochenenden damit verbringen wollte, die Stadt zu erkunden.

Nachdem ich mein Praktikum aufgrund der Pandemie einige Male verschieben musste, konnte ich Anfang Mai endlich nach Schweden reisen und mein Praktikum beginnen. In der ersten Woche meines Praktikums arbeitete ich von meiner Unterkunft aus. Es war zu dieser Zeit in

Schweden zwar nicht verpflichtend sich in Quarantäne zu begeben, meine Betreuerin und ich einigten uns aber darauf, dass es vernünftiger sei, uns erst nach einer Woche zu treffen. In dieser Zeit beschäftigte ich mich ausgiebig mit Literatur zum Thema des Praktikums, die mir meine Betreuerin zukommen ließ. Dadurch konnte ich mir in der ersten Woche etwas Expertise darüber aneignen, wie Geruch und Geschmack im Gehirn verarbeitet werden. Besonders interessant fand ich die Unterschiede der neuronalen Verarbeitung von Geruch und Geschmack zwischen Personen verschiedenen Geschlechtes, Alters und Körpergewichtes und wie sich die Verarbeitung zwischen gesunden Personen und Personen mit einer Essstörung unterscheidet. In meiner zweiten Woche traf ich mich das erste Mal mit meiner Betreuerin. An diesem Tag zeigte sie mir die Räumlichkeiten und stellte mich den wenigen Mitarbeitern vor, die zu jener Zeit am Institut arbeiteten (die meisten arbeiteten wegen der Pandemie von zu Hause aus). Außerdem erhielt ich einen Schlüssel und einen eigenen Institutsausweis. Da das neue Forschungsprojekt zu dem Zeitpunkt, an dem ich in Stockholm ankam, gerade erst begonnen hat, kümmerten wir uns den gesamten ersten Monat um die Organisation der Studie. Wir überlegten, welche Personen wir in die erste Studie in die Stichprobe einschließen wollen, wie das Experiment ablaufen soll, wir stellten inhaltliche Überlegungen darüber an, wie wir die für uns interessanten Variablen am besten erheben konnten. In den ersten Wochen lernte ich außerdem, wie man mit dem Programm Psychopy experimentelle Paradigmen programmiert und die Daten dieser auswertet, wie man im Labor Gerüche und Geschmäcker anmischt und miteinander kombiniert und wie man Tests durchführt, mit denen man überprüfen kann, ob die Probanden einen funktionellen Geruchs- und Geschmackssinn haben (Sniffin Sticks, Taste Test). Wir fragten außerdem einige Mitarbeiter des Instituts, ob sie Lust haben, an der Pilotierung unserer Studie teilzunehmen. Dies war notwendig, um vor Beginn der Datenerhebung einige Unklarheiten aus dem Weg zu räumen und um den Ablauf der Studie zu üben. Nach einem Monat wurde eine zweite Praktikantin für das Forschungsprojekt, an dem ich arbeitete, angestellt, weil wir mit der Datenerhebung beginnen wollten. Die Datenerhebung hat einen Großteil der Zeit in meinem zweiten Monat eingenommen. Nach den Testungen führten wir außerdem ausgiebige statistische Analysen mit R durch, um erste Schlussfolgerungen zu ziehen.

Während meiner Zeit in Schweden habe ich viel gelernt: zum einen wurden mir neue statistische Methoden nähergebracht und ich lernte den Umgang mit verschiedenen Programmen, die man im Rahmen von der Anwendung digitaler experimenteller Paradigmen beherrschen sollte. Außerdem lernte ich viel darüber, was bei der Organisation einer Studie beachtet werden muss. Inhaltlich wurde mich selbstverständlich das Thema des Forschungsprojektes nähergebracht:

die Verarbeitung von Geruch und Geschmack im menschlichen Gehirn. Nach diesem Praktikum kann ich mir gut vorstellen, nach Abschluss meines Masterstudiums eine Promotion anzustreben.

Meine Freizeit füllte ich damit, die Stadt Stockholm und die Umgebung zu erkunden. In den ersten Tagen nutzte ich die Zeit, um mit meinem Fahrrad die Insel Lidingö zu überqueren. Danach hatte ich viel Freude daran, die Stadt Stockholm und ihre touristischen Hotspots kennenzulernen. Gegen Ende meines Aufenthaltes im Juni machten die andere Praktikantin und ich Ausflüge auf verschiedene kleine Inseln im Stockholmer Schärengarten. Sehr zu meiner Freude unternahmen meine Betreuerin, ihre neue Doktorandin, die andere Praktikantin und ich einen Ausflug zu meinem Abschied, bei dem wir mit Kayaks die Insel Långholmen umrundeten.

Meine Zeit in Stockholm hat mit unglaublich gut gefallen und war in jeglicher Hinsicht eine sehr wertvolle Erfahrung für mich. Ich habe mir fest vorgenommen in der Zukunft nach Stockholm zurückzukehren.