

## Erfahrungsbericht – Praktikum Harvard Medical School, Boston USA

### Biochemie Master

#### Aufenthaltszeitraum:

Praktikum 6-Wochen (in Boston von Ende Juni bis Mitte August). Anschließende Reise entlang der Ostküste (NYC, Philadelphia, Washington DC.) bis Anfang September.

#### Vorbereitung:

Zunächst habe ich mich darüber informiert zu welchem Zeitpunkt sich ein Praktikum im Ausland in meinem Studium anbieten würde, ob die Möglichkeit bestünde es sich für das Studium anrechnen zu lassen und welche Arbeitsgruppen für mich von Interesse wären. Anschließend habe ich meine Erwartungen an das Praktikum, die möglichen Kosten (Zeit, Geld) und den resultierenden Nutzen ermittelt. Nach dem Ausfindig machen geeigneter Arbeitsgruppen und dem festen Bestreben ein Praktikum im Ausland absolvieren zu wollen, habe ich mich um Bewerbungen und finanzielle Unterstützung bemüht. Der Prozess ging ungefähr neun Monate vor meinen geplanten Aufenthalt los. Nach einigem Mailverkehr, Einreichen von Bewerbungsunterlagen und Bewerbungsgesprächen (mit Überprüfungen der Englisch-Kenntnisse) stand meine Arbeitsgruppe, mein Praktikumsbetreuer und mein ungefährender Aufenthaltszeitpunkt fest. Ich reichte meine Bewerbung bei PROMOS ein, informierte mich über Unterkünfte in Boston, über die notwendigen Schritte im Visumsbeantragungsverfahren und nahm Kontakt zu der Sekretärin der Arbeitsgruppe auf. Diese half mir im beim Visumsantrag, sendete mir notwendige Unterlagen und navigierte mich durch den nicht ganz unbürokratischen Prozess der Registrierung. Die Beantragung auf das nötige J1-Visum dauerte bis kurz vor dem Abflug im Juni - erst eine Woche vorher wurde mir mein Reisepass zurückgeschickt; ich empfehle daher offene Kommunikation mit der Kontaktperson in der jeweiligen Arbeitsgruppe und würde lieber ein wenig vor der Zeit sein, als am Ende in unnötigen Zeitstress zu geraten. Der Prozess das J1 Visum zu beantragen war -zumindest in meinem Fall- echt zeitaufwendig und relativ kostspielig (Reise nach Berlin, Bearbeitungsgebühren, Versandgebühren etc.; insgesamt mindestens 500 Euro). Weitere zu beachtende Punkte sind das Erwerben der notwendigen Versicherung mit den entsprechenden Anforderungen (zumindest in Massachusetts), das Beantragen einer Kreditkarte, das Besorgen einer SIM-Karte (und eines Steckdosen-Adapters) für die USA, das Kaufen von Flugtickets, die in Kenntnissetzung des Prüfungsamts und das Festmachen eines Aufenthaltsortes während des Aufenthaltszeitraum (für Boston empfehlenswert: Our Home Boston, [www.ourhomeboston.com](http://www.ourhomeboston.com); Zusatzkosten ungefähr 200 Dollar). Ach ja, der Reisepass sollte auch aktuell sein! Insgesamt ging in der Vorbereitung schon eine Menge Geld drauf, weshalb ich finanzielle Unterstützung durch ein Stipendium ausdrücklich empfehle (teils auch notwendige Voraussetzung an der Ziel-Universität, bspw. MIT). Du solltest auch im Hinterkopf haben, dass du für bestimmte Universitäten einen Nachweis über ausreichende finanzielle Mittel erbringen musst (bspw. Harvard). Die notwendigen Summen sind oft jährlich angegeben und kannst du einfach auf deinen Zeitraum „anpassen.“ Das Geld solltest du auch wirklich aufweisen können, da es die Lebenserhaltungskosten, bzw. auf dich zu kommenden Kosten für deinen Aufenthalt (relativ) gut widerspiegelt. Insgesamt sollte dir klar sein, dass du mit solch einem Praktikum an einer Ivy-League-Universität oder generell Universität in den USA eine (verhältnismäßig) große Investition eingehst. Aber solch eine Investition in die eigene Bildung kann sich definitiv lohnen!

#### Unterkunft:

Ich bin in der Wohnung eines in Boston lebenden, selbstständigen Mannes untergekommen. Hört sich vielleicht im ersten Moment befremdlich an, war aber echt super angenehm. Die Vermittlung hat über Our Home Boston standgefunden. Geleitet wird das ganze von einer sehr lieben Frau, die seit Jahren in

Boston lebt und ein Netzwerk von Leuten aufgebaut hat, die verhältnismäßig „günstig“, Studenten aus dem Ausland in ihrem Haus/ihrer Wohnung aufnehmen (Kosten für ein einfaches Zimmer min. 1000 Dollar pro Monat). Ich hatte also ein separates Zimmer in der Wohnung meines Vermieters; wir haben natürlich vorab Kontakt aufgenommen, gezoomt usw. Da wir uns auf Anhieb gut verstanden haben, war er so nett mich vom Flughafen abzuholen und hat mir sogar zugetraut seine Wohnung vollständig zu übernehmen. Neun Tage nach meiner Ankunft ist er für längere Zeit nach Europa gereist, sodass ich die Wohnung die restliche Zeit für mich allein hatte. Ein sehr glücklicher Zufall. Die Wohnung war perfekt ausgestattet und in einer super Neighborhood (Jamaica Plain), ungefähr 25 min mit dem Bus von der Harvard Medical School entfernt.

Alltag:

Aufstehen, Labor, Einkaufen, Kochen, Essen, Lernen, Schlafen - Aufstehen, Labor, Kochen, Essen, Lernen, Schlafen – Aufstehen...

Freizeit:

Boston ist eine richtig schöne, vielfältige, lebenswerte, man könnte fast sagen, europäische Stadt (nicht umsonst Platz 2 der lebenswertesten Städte der USA) mit sehr vielen interessanten Menschen. Als Filmliebhaber findet man unzählige tolle Kinos (das beste: Brattle Theatre (Cambridge)), als Buchliebhaber findet man unzählige tolle Bücherläden. Es gibt viele grüne Ecken, viele historische Denkmäler und Gebäude, viele Museen, viele schöne Gegenden, Restaurants, Sportevents (bspw. ein Spiel der Redsocks) und die Möglichkeit den Tag am Strand in der Sonne zu verbringen (im Sommer). Da nach Ablauf des Visumszeitraums die Möglichkeit besteht noch 30 Tage in den USA zu bleiben, habe ich die Möglichkeit genutzt, um mit Freunden zu reisen.

(Empfehlung: offizielle Wal-Erkundungsboottour)

Fazit:

Es war eine unvergessliche Zeit: ich habe sehr viel gelernt, viele nette und interessante Menschen getroffen, viel gesehen – kurz, viel erlebt. Der Aufwand war wirklich groß, aber für mich hat es sich mehr als gelohnt.