

Praktikumsbericht

(Auslandspraktika)

Studienfach: **Soziologie**

Studienabschnitt (Bachelor/Master/Staatsex.): **Master**

Praktikumszeitraum: **07.02.-29.04.2022**

Praktikumsort: **Warschau**

Praktikumstitel (z.B. „Praktikum im Goethe Institut London als MitarbeiterIn in der Kulturabteilung“): **Praktikum bei der Organisation „European Network Remembrance and Solidarity“ (Warschau) als Mitarbeiterin im Bereich „Academic Projects“.**

Bitte fertigen Sie einen frei formulierten ausführlichen Erfahrungsbericht an. Der Bericht sollte eine Länge von **mindestens 4 DIN A4** Seiten haben (Times New Roman, 12pt, 1.5 Zeilenabstand). Gerne dürfen Sie auch Bilder (bitte dabei die maximale Dateigröße von 8 MB nicht überschreiten!) hinzufügen, jedoch beziehen sich die 4 Seiten Mindestlänge des Berichts nur auf den geschriebenen Text.

Bitte beachten Sie bei der Integration von Fotos und Bildern zur Untermalung Ihres Praktikumsberichtes, dass Ihr Bericht bei der Veröffentlichung und der damit einhergehenden Verbreitung des Bildmaterials/der Personenfotos gegebenenfalls die Einwilligung der fotografierten Person/en erfordert.

In diesem Falle würde es sich um die Veröffentlichung personenbezogener Daten handeln. (Weitere Informationen bezüglich erforderlicher Einwilligungen und Ausnahmen bietet das Kunsturhebergesetz (KUG) und die Datenschutzgrundverordnung (DSGVO).)

Diese Datenschutzgrundverordnung gilt auch für Personennamen. Wenn Sie Namen nennen möchten, geben Sie bitte nicht den vollen Namen der Person an. Nutzen Sie nur den Vornamen oder Abkürzungen wie „L.“.

Machen Sie bitte Angaben zu den Themen, die Ihnen aus den folgenden am sinnvollsten und hilfreichsten erscheinen, und strukturieren Sie Ihren Bericht in Themenblöcken mit aussagekräftigen Überschriften.

1. Planung und Vorbereitung

- Wie haben Sie Ihr Auslandspraktikum gefunden?
- Wie haben Sie sich für dieses Gastland entschieden?
- Wie war der Bewerbungsprozess an der Gastinstitution?
- Was hat Ihnen dabei geholfen?
- Was musste im Vorfeld organisiert werden? Wie war Ihre Anreise?
- Wie verlief die allgemeine Organisation?
- Haben Sie einen Sprachkurs besucht?
- War die Vorbereitung zufriedenstellend? War sie ausreichend?

2. Praktikumsverlauf

- Mit welchen Aufgaben wurden Sie im Praktikum betraut?

- Waren Sie ausgelastet im Praktikum?
- Wie sah ein typischer Arbeitstag für Sie aus?
- Inwiefern wurden Sie im Gastunternehmen betreut und unterstützt?
- Wie haben Sie Neues gelernt und was?
- Haben Sie sich in der Arbeitssprache im Praktikum verbessern können?

3. Unterkunft im Gastland

- Wie haben Sie eine Unterkunft gefunden und wie würden Sie diese bewerten?
- Was hat Ihnen dabei geholfen?
- Hatten Sie Hilfe von Ihrer Gastinstitution oder anderen Anlaufstellen?

4. Soziale Kontakte

- Wie gestalteten sich die Kontakte zu Kolleg*innen am Arbeitsplatz?
- Haben Sie außerhalb der Praktikumsstelle Kontakte zur lokalen Bevölkerung aufgebaut?

5. Alltag und Freizeit

- Wie haben Sie Ihre Freizeit verbracht?
- Welche kulturellen Angebote haben Sie angenommen?
- Haben Sie einen Sport- oder Sprachkurs besucht?
- Wie sind die öffentlichen Verkehrsmittel? Haben Sie diese als Transportmittel genutzt?
- Haben Sie Tipps für zukünftige Studierende an Ihrem Praktikumsort? (z.B. Ausgehtipps, Sportmöglichkeiten, Freizeitmöglichkeiten, Kulturtipps, usw.)
- Können Sie bestimmte Anlauf- und Infostellen empfehlen?

6. Kosten und Finanzierung (freiwillig)

- Wie hoch waren Ihre Lebenshaltungskosten im Vergleich zu Deutschland?
- Haben Sie Gehalt im Praktikum bekommen?
- Wie viel Geld mussten Sie für Ihre Unterkunft einplanen?
- Haben Sie Tipps zum Erledigen der Einkäufe etc.?

7. SINIK: Interkulturelles Seminar an der LMU

- Haben Sie vor Beginn Ihres Praktikums an einem interkulturellen Seminar an der LMU teilgenommen?
- Wenn ja, war es hilfreich? Halten Sie diese Art der interkulturellen Vorbereitung für sinnvoll?
- Würden Sie das Seminar anderen Studierenden empfehlen?

8. Praktikum und Studium

- Konnten Sie im Studium oder in bisherigen praktischen Erfahrungen Erlerntes umsetzen?
- Wie haben sich durch das Praktikum Ihre Studienmotivation, Ihr Studienverhalten und/oder Ihre Einstellung zum künftigen Beruf geändert?

9. Fazit

- Welche Erwartungen (an Ihre Praktikumsstelle, das Land, die Stadt, ...) hatten Sie zu Beginn des Praktikums? Welche wurden erfüllt und welche nicht. Warum?
- Gab es Herausforderungen oder Probleme während des Praktikums und welche? Was denken Sie – wie hätten diese vermieden werden können? Wie konnten Sie sie lösen?
- Können Sie diese Stelle anderen Praktikant*innen empfehlen? Bitte begründen Sie.
- Wäre die Praktikumsstelle bereit, auch zukünftig Praktikant*innen aufzunehmen?
- Was hat sie besonders geprägt in der Zeit im Praktikum? Was haben Sie über die Inhalte des Praktikums hinaus gelernt?

Bitte speichern Sie Ihren Bericht als **WORD-Dokument** ab und laden Sie ihn uns gemeinsam mit den anderen Abschlussunterlagen im MoveON-Portal über das Formular „Abschlussunterlagen Internationale Praktika“ hoch. Den Link hierzu haben Sie bereits bei Ihrer Bewerbung von uns erhalten.

Falls Sie ein wenig Inspiration für Ihren eigenen Bericht suchen oder Ihre Erfahrungen mit denen anderer Studierender vergleichen möchten, werfen Sie gerne einen Blick auf unsere Website (<https://www.lmu.de/de/workspace-fuer-studierende/auslandserfahrung-sammeln/auslandspraktika/erfahrungsberichte/index.html>).

Ihre Informationen und Tipps sind für die nächste Generation von Auslandspraktikant*innen sehr viel wert.

Vielen Dank für Ihre Unterstützung!

Praktikumsbericht

Bereits während meines Soziologie-Studiums reifte in mir immer deutlicher der Wunsch, nach meinem Abschluss ein Auslandspraktikum zu absolvieren. Mir erschien diese Form des Auslandsaufenthaltes als ideal, da ich bereits meinen Abschluss „in der Tasche“ haben würde,

mich beruflich weiterentwickeln, aber dennoch alle Vorzüge eines Auslandsaufenthaltes mit der Universität als Stütze und Sicherheit im Hintergrund nutzen könnte. Da ich bereits während meines Studiums bei einer sozialen Organisation der Stadt München im Bereich der Projektorganisation und -administration gearbeitet hatte und mein Interesse an der Tätigkeit sozial-politischer Bildungseinrichtungen sehr breit ist, erschien mir die Arbeit einer sozialen bzw. politischen Stiftung oder NGO im Ausland als passend.

Zunächst hatte ich keine konkreten Vorstellungen bzgl. dem Praktikumsort und überlegte, welche Länder für mich in Frage kommen würden. Hierbei konzentrierte ich mich schließlich auf die USA, Kanada, den Nahen Osten und Osteuropa (in letzteren zwei Regionen habe ich familiäre Wurzeln).

Ich begann meine Recherche und Kontaktaufnahme mit dem Praktika-Career Service der LMU im April 2021, da ich meinen Aufenthalt im folgenden Herbst (nach dem Ende meines Studiums im Sommer) antreten wollte.

Das Team des Career Services, insbesondere Frau Schwark, stand mir von Anfang an sehr hilfreich zur Seite und ich war stets sehr dankbar für die Möglichkeit, auch nach dem Abschluss noch ins Ausland gehen und dabei eine finanzielle Förderung erhalten zu können. Jederzeit war es niederschwellig möglich, mit Frau Schwark einen Beratungstermin zu vereinbaren und offene Fragen zu klären.

Die Suche und Recherche nach einem Praktikumsplatz war sehr aufwendig, von Unsicherheiten und teilweise von Frustration gekennzeichnet. Davon sollte man sich aber auf keinen Fall entmutigen lassen! Ich begann zunächst mit einer ausführlichen Google-Recherche. Auch las ich mir zahlreiche Berichte ehemaliger Praktikant*innen auf der Website des Praktika-Career Service durch. Ich schrieb alle möglichen Institutionen und Einrichtungen in den genannten Ländern zunächst per Mail an und fragte nach der Möglichkeit eines Praktikumsplatzes. Von vielen kam leider keine Rückmeldung. Zu Beginn war es ungewohnt, Bewerbungsschreiben auf Englisch zu formulieren, doch mit der Zeit gewann ich darin immer mehr Sicherheit und Erfahrung. Schnell stellte sich heraus, dass es die Corona-Pandemie nicht erlauben würde, das

Praktikum bereits im Herbst 2021 anzutreten, da die meisten Einrichtungen erst wieder ab Anfang 2022 Plätze anboten. Einige Einrichtungen machten mir zunächst vage Hoffnungen auf einen Platz, um mir dann letztendlich doch aufgrund der pandemischen Lage ganz abzusagen. Das war äußerst frustrierend. Letztendlich erhielt ich jedoch eine Zusage von zwei sozialpolitischen Organisationen: Einer Frauenrechtsorganisation in Amman, Jordanien, und der

Organisation „European Network Remembrance and Solidarity“ in Warschau, Polen. Letztere ist eine von der EU geförderte Einrichtung, die sich für europäischen Gemeinsinn und Erinnerungskultur bzgl. der europäischen Geschichte des 20. Jahrhunderts, überwiegend in Form von Bildungsprojekten, Kongressen, Publikationen und Workshops, engagiert. Auf diese Organisation stieß ich durch den Erfahrungsbericht eines ehemaligen Praktikanten auf der Praktika-Career Website. Wie bereits erwähnt, war ich nicht auf ein Themengebiet festgelegt und daher offen für jegliche NGO-Form. Ich wollte so viele Erfahrungen wie möglich sammeln, auch ggf. über meinen soziologischen Schwerpunkt hinaus. Die Entscheidung für eine der beiden Organisationen fiel mir nicht leicht, doch entschied ich mich letztendlich, auch mithilfe der Expertise des Career-Teams, für die ENRS in Warschau. Hier war der Bewerbungsprozess von Anfang an transparent und zuverlässig gewesen: Ich hatte kurz nach dem Einreichen meiner Bewerbungsunterlagen eine sehr freundliche Einladung für ein Bewerbungsgespräch per Zoom erhalten, welches sehr angenehm und locker verlief. Auch die geplanten Aufgaben (Projektorganisation und -administration) sagten mir sehr zu. Die Zusage für das Praktikum erhielt ich ca. zwei Wochen nach dem Gespräch, ebenso wie alle Unterlagen, Infos und Hilfestellungen für die allgemeine Vorbereitung des Praktikums. Deutlich weniger transparent und organisiert verlief der Bewerbungsprozess und Kontakt mit der Organisation in Amman. Somit entschied ich mich letztendlich für ein Praktikum in Warschau. Rückblickend war es definitiv die richtige Entscheidung! Bei der Praktikumswahl sollte man verschiedene Punkte abwägen und nicht ausschließlich danach gehen, welches Praktikum am besten „klingt“ oder explizit inhaltlich zu einem passt. Sehr wichtig ist es auch, bei den Mitarbeiter*innen, der Organisation im Allgemeinen und dem Praktikumsland ein gutes Gefühl zu haben.

Da es sich bei Polen um ein EU-Land und daher um ein Erasmus-Stipendium handelte, verlief der administrative Vorbereitungsprozess deutlich unkomplizierter als dies für Jordanien der Fall gewesen wäre (keine Organisation von Visums-Angelegenheiten etc.). Die ENRS sendete mir zahlreiche Links von Websites mit Unterkunftsmöglichkeiten in Warschau zu. Über die Facebookgruppe „ESN Official Group“ fand ich schnell und unkompliziert ein freies und sehr

günstiges WG-Zimmer, das von einer polnischen Studentin angeboten wurde. Auch alle anderen Vorbereitungen verliefen unkompliziert. Schließlich machte ich mich Anfang Februar mit dem Zug auf den Weg nach Warschau für ein dreimonatiges Praktikum bei der ENRS.

Mein Praktikumsalltag bei der ENRS

Von Anfang an fühlte ich in der Organisation sehr wohl, alle Mitarbeiter*innen waren stets sehr nett zu mir, sprachen ein hervorragendes Englisch und waren jederzeit sehr hilfsbereit, offen und herzlich. Das Büro der Organisation liegt mitten im Herzen Warschaus, in einem historischen alten Gebäude auf dem Gelände des ehemaligen Warschauer Gettos. Ich war immer wieder tief beeindruckt und bewegt von der Geschichte Warschaus bzw. dieses Ortes und der so wichtigen Aufklärungs- und Erinnerungsarbeit der Organisation.

An meinem ersten Arbeitstag wurde ich herzlich empfangen, erhielt eine Einweisung durch meine beiden Betreuer*innen sowie meinen Arbeitsplatz, meine Zugangskarte und einen eigenen Arbeitslaptop. Offiziell war ich dem Department for Academic Projects zugeteilt. Da die einzelnen Abteilungen jedoch übergreifend miteinander arbeiten, erhielt ich auch zahlreiche andere Aufgaben aus den Bereichen PR, Presse, Administration und Projektorganisation. Dies empfand ich als sehr spannend! Konkret reichten meine Aufgaben von Recherchetätigkeiten, Übersetzungen ins Deutsche und Veranstaltungsorganisation bis hin zur allgemeinen Öffentlichkeitsarbeit (bspw. Texte für den Social Media-Auftritt der Organisation verfassen und einpflegen). Auch half ich dabei, Anträge und Formulare für deutsche Ministerien, die einen Teil der Tätigkeiten der ENRS finanziell bezuschussen, zu bearbeiten und erhielt dadurch wertvolle Einblicke in die ministerialen administrativen Abläufe. Zügig wurde ich sicherer in der englischen Arbeitssprache und hatte bald diesbezüglich keine Bedenken oder Unsicherheiten mehr. Selbst wenn ich etwas nicht wusste oder Hilfe benötigte, waren stets alle Kolleg*innen sehr hilfsbereit und freundlich. Ich hatte nie das Gefühl, die Aufgaben nicht bewältigen zu können oder gar zu wenig zu tun zu haben. Da meine Arbeitswoche 30 Stunden umfasste, entschied ich mich dafür, Montag bis Donnerstag 7,5 Stunden zu arbeiten und den Freitag frei zu nehmen. Dadurch konnte ich am Wochenende längere Ausflüge in andere Städte und Gebiete Polens unternehmen. Meistens begann mein Arbeitstag um halb 9 mit einem kurzen Gespräch mit meinem Betreuer und endete um ca. 17 Uhr. Die Mittagspause verbrachte ich meist mit den Kolleg*innen.

Ich war knapp drei Wochen in Warschau als der Angriffskrieg Russlands auf das Nachbarland Ukraine begann. Dies war für alle, sowohl für meine Arbeitskolleg*innen als auch allgemein für die Bevölkerung Warschaus, ein sehr großer Schock, da keiner wusste, wie sich die Situation allgemein in der Region entwickeln würde. Zwar war ein möglicher Angriff Russlands auf die Ukraine bereits seit Wochen zuvor überall Gesprächsthema gewesen, doch der konkrete

Kriegsausbruch machte alle sprachlos. Stets hatte ich Kontakt mit dem Team des Praktika-Career Services der LMU, auch blieb ich über die Seite des Auswärtigen Amtes über die Sicherheitslage in Polen stets auf dem Laufenden. Letztendlich entschied ich mich aber dafür, so lange wie möglich in Warschau zu bleiben. Aufgrund der NATO-Mitgliedschaft Polens konnte ich davon ausgehen, hier sicher zu sein. Dennoch registrierte ich mich auf der Krisenvorsorgeliste der deutschen Botschaft. In den ersten Tagen und Wochen nach Kriegsausbruch (und darüber hinaus) war die Hilfsbereitschaft der Warschauer*innen immens groß, vor allem hinsichtlich der Spendenbereitschaft. Auch ich packte mit meinen Kolleg*innen immer wieder Hilfspakete und wir überlegten, wie wir konkret helfen könnten. Bald gehörten die vielen ukrainischen Geflüchteten zum Alltag von Warschau. Ein Umstand der mich immer wieder sehr belastete, da das Grauen dieses Krieges dadurch unmittelbar sichtbar wurde. Dennoch ging das Leben in Polen weitestgehend „normal“ weiter.

Meine Freizeit und sozialen Kontakte in Warschau

Obwohl mein Praktikum durch das Erasmus-Programm gefördert wurde, hatte ich nicht automatisch die Anlaufstellen und Informationen, die Erasmus-Student*innen, die direkt an der Universität studieren, zur Verfügung stehen. Daher war es von Anfang an sehr wichtig, sich selbst aktiv um Kontakte in Warschau zu kümmern. Zunächst hatte ich Glück, da ich mich sehr gut mit meiner polnischen Mitbewohnerin verstand und mich diese in ihren Freundeskreis einführte. Zusätzlich informierte ich mich über Facebook und das Erasmus-Büro der Uni Warschau über bevorstehende Erasmus-Veranstaltungen, bei denen man neue Kontakte knüpfen konnte. Leider gab es keine weiteren Praktikant*innen während meiner Zeit bei der ENRS. Man sollte sich bei einem Auslandspraktikum durchaus dessen bewusst sein, dass man ggf. zu Beginn noch niemanden kennt und sich dann aktiv um neue Bekanntschaften bemühen muss. Mir gelang dies zum Glück relativ schnell, da ich eine tolle Gruppe von Leuten bei einer Erasmus-

Veranstaltung der Uni Warschau kennenlernte. Dennoch waren die ersten Wochen auch teilweise von Einsamkeit gezeichnet. Dagegen half es, auch viel alleine zu unternehmen, in Museen, Ausstellungen und Cafés zu gehen. Auch wenn es anfangs Überwindung kostet, reift man dadurch persönlich ungemein. Warschau hat als moderne und pulsierende Stadt unheimlich viel an Kultur, Nachtleben und Freizeitaktivitäten zu bieten. Gleichzeitig ist es für einen geschichts-

und politikinteressierten Menschen sehr interessant und spannend, sich in den zahlreichen Museen und Gedenkstätten aufzuhalten. Aufgrund der im Vergleich zu Deutschland bzw. München geringeren Lebenshaltungskosten in Polen und dem Studierendenrabatt, den man an vielen Orten erhält (unbedingt einen internationalen Studentenausweis beantragen!), kann man es sich auch als Student*in in Warschau durchaus „gut gehen lassen“ und beispielsweise die köstlichen polnischen Speisen (allen voran Pierogi, Suppe im Brotleib und Käsekuchen!) genießen.



Typische polnische Speise: Pierogi

Mit meinen neu gewonnenen Bekanntschaften unternahm ich insbesondere an den Wochenenden viele Ausflüge in das restliche Polen, so zum Beispiel in die Städte Breslau, Krakau und Danzig. Dabei war ich immer wieder von der Schönheit des Landes sowie der Gastfreundlichkeit und Offenheit der Menschen begeistert. Leider ist bei vielen Menschen außerhalb Polens noch nicht

wirklich angekommen, wie viel dieses Land an Kultur und Natur zu bieten hat. Gegen Ende meines Aufenthaltes konnte ich bedauerlicherweise nur ein paar Sätze auf Polnisch, da die Sprache sehr schwer zu lernen ist. Auf jeden Fall kommt man aber mit Englisch überall sehr gut weiter.



Warschau wunderschöne Altstadt

Eine unvergessliche und lehrreiche Zeit – Mein Fazit

Auch wenn von Anfang an nicht alles reibungslos verlief (fehlende Kontakte zu Beginn, ein graues Warschau im Winter), würde ich ein Praktikum bei der ENRS in Warschau jederzeit wieder machen und die Erfahrung als die mit schönste, spannendste und lehrreichste Zeit in meinem bisherigen Leben bezeichnen.

Zum einen konnte ich im Praktikum sehr viel praktisch umsetzen, was ich bereits in meinem Soziologie-Studium zuvor gelernt hatte (wissenschaftliches Arbeiten, Projekt- und Teamarbeit, Bedeutung von Sprache und Ausdruck etc.), meine Englischkenntnisse erweitern und Einblicke in die Arbeit einer international tätigen NGO erhalten. Es war mir durch das Praktikum möglich, mich beruflich als auch insbesondere persönlich weiter zu entwickeln, mich besser kennenzulernen und neue Stärken und Fähigkeiten zu entwickeln. Alleine die Tatsache, dass man seine Komfortzone verlässt und sich Schwierigkeiten und Ängsten stellt, bringt einen in der persönlichen Entwicklung ungeheuer weiter. Auch habe ich viel über die Geschichte Polens bzw. Europas gelernt, welche bis heute Auswirkungen hat und ein wunderschönes Land mit sehr

freundlichen und herzlichen Menschen entdecken können. Stets habe ich mich vom Praktika-Career Service sehr gut betreut gefühlt, insbesondere in der Ausnahmesituation des Kriegsausbruchs im Nachbarland Ukraine. Vielen Dank dafür!

Ein Auslandspraktikum würde ich in dieser Form jederzeit wieder machen und kann es allen Studierenden nur ausdrücklich empfehlen!

