

# Praktikumsbericht

Auslandspraktikum

## Angaben zum Praktikum

Studienfach: Human Biology

Bachelor/Master/Staatsexamen: Master

Praktikumszeitraum: 02.09.2024-28.02.2025, gefördert bis 31.12.2024

Praktikumsort: Spanien, Barcelona

Praktikumsinstitution: Universitat Autònoma de Barcelona

## **Planung und Vorbereitung**

### *Bewerbungsprozess und Organisation des Aufenthalts*

Ich wollte immer schon in Spanien am Meer leben, und nachdem es während des Bachelors wegen Corona nicht mit einem Auslandssemester geklappt hat, war das jetzt meine letzte Chance. Deshalb habe ich mich dazu entschieden, meine Masterarbeit im Ausland zu schreiben. Ich habe im Januar/Februar Initiativbewerbungen an einige Labore in Barcelona und Valencia geschickt.

Tatsächlich habe ich nur von diesem Labor an der UAB überhaupt eine Antwort bekommen, nach einem Gespräch per Zoom habe ich dann aber auch eine Zusage erhalten. Anschließend habe ich mich um meine interne Betreuung an der LMU gekümmert und nach der Zusage dann die Erasmus+ Bewerbung begonnen.

Ansonsten habe ich mich noch um Auslandsversicherungen, die Anmeldung meiner Masterarbeit und die Untervermietung meiner Wohnung gekümmert. Außerdem lohnt es sich, bei Verträgen vor Ort (Fitnessstudio etc.) um eine Pausierung für den jeweiligen Zeitraum zu bitten.

### *Organisation der Unterkunft*

Die Unterkunft habe ich über Spotahome gebucht, da ich nicht erst vor Ort nach einem Zimmer suchen wollte. Hier werden Videos von den Wohnungen gedreht und generell wird die Wohnung vorher überprüft, außerdem kann man das Zimmer für einen bestimmten begrenzten Zeitraum mieten. Dafür zahlt man natürlich auch, in meinem Fall waren es 170€ und für mich das Geld auf jeden Fall wert. So konnte ich direkt in mein Zimmer ziehen und wusste auch, dass ich im Notfall Ansprechpartner bei Spotahome habe (es gibt auch einige andere Anbieter mit dem gleichen Prinzip und oft auch dem gleichen Angebot). Allerdings weiß man vorher nicht, mit wem man dann zusammen lebt. Anfangs habe ich mit einem Spanier und einer Mexikanerin zusammen gelebt, die auch nach wie vor eine gute Freundin von mir ist. Nachdem sie ausgezogen ist, ist ein Student aus Polen in ihr Zimmer gezogen. Ich habe mich mit beiden gut verstanden und wir hatten in den sechs Monaten keine Probleme miteinander. Es gibt auch ein paar reine Mädchen-WGs, meine Priorität war aber die Lage. Die Wohnung war in einer sehr guten Gegend Barcelonas. Ich hatte mich aber hauptsächlich für dieses Zimmer entschieden, damit ich in der Nähe des Zuges zu meiner Universität leben konnte. Ich fand es aber auch sehr angenehm,

nicht direkt im Zentrum zu leben, da das vor allem in Barcelona von den Touristen überlaufen und dementsprechend voll ist.

### *Sprachkurs*

Vor Barcelona habe ich keinen richtigen Sprachkurs gemacht, weil ich in der Schule 2 Jahre spanisch hatte. Aber ich habe im Sommersemester davor an der LMU noch einen Konversationskurs gemacht, um alles noch ein bisschen aufzufrischen. Auch wenn Barcelona eine Großstadt mit vielen Touristen ist, gibt es doch noch einige Spanier, die nicht viel englisch sprechen. Es lohnt sich deshalb auf jeden Fall, zumindest die basics in spanisch zu können und hilft auch für die Integration vor Ort. Ich hatte oft das Gefühl, dass die Leute sich sehr freuen, wenn man mit ihnen auf spanisch spricht. Es gibt auch viele Südamerikaner und Mexikaner vor Ort, mit denen man dann leichter ins Gespräch kommen kann.

Noch lieber wäre es den Menschen vor Ort natürlich, wenn man katalanisch sprechen würde, aber mit spanisch und englisch kommt man auch durch.

### **Praktikumsverlauf**

Am ersten Tag wurde ich begrüßt und habe einen Überblick über den aktuellen Stand des Projekts und den geplanten Experimenten für mein Teilprojekt bekommen. Meine beiden Betreuer vor Ort waren gut organisiert und standen mir jederzeit für Fragen zur Verfügung. Außerdem wurde mir direkt gesagt, dass ich kommen und gehen kann, wie ich möchte und nicht unnötig herumsitzen muss. Generell habe ich meine Wochen und Experimente selbst geplant. Wie es im Labor eben so ist, sind die Arbeitszeiten abhängig von den Experimenten und schwanken dementsprechend auch, meistens war ich von 8 bis 16 Uhr da, die Anderen haben allerdings oft erst um 10 Uhr angefangen. Jeder Tag sieht aber auch anders aus im Labor, was mir persönlich sehr gut gefällt. Ich habe parallel von Anfang an an meiner Masterarbeit geschrieben, damit ich auch die letzten Wochen vor Ort genießen kann und vor Allem bei Rückfragen noch vor Ort bin.

### **Soziale Kontakte**

Da ich keine Vorlesungen oder ähnliches besucht habe, habe ich hauptsächlich mit den PhD Studenten in meinem Labor Kontakt gehabt, so wie mit meinen beiden Mitbewohnern und Studenten, die ich über Erasmus Veranstaltungen kennen gelernt habe. Ansonsten kann ich aber auch bumble for friends empfehlen, darüber habe ich auch eine Freundin gefunden. Außerdem kann man über die App Meetup auch coole

Sachen vor Ort ausprobieren und auch dort neue Leute kennen lernen. Generell sind die Spanier aber sehr offen und man kann jederzeit neue Kontakte knüpfen.

Und natürlich haben auch meine Familie und viele Freunde die Gelegenheit genutzt, mich in Barcelona zu besuchen und mit mir die Stadt zu erleben.

Außerdem bietet eine Organisation für Erasmus-Studenten vor Ort in Barcelona special Club-Eintritte, Bier-Pong Turniere, Welcome dinner und verschiedene Trips an, eigentlich jedes Wochenende 1-2. Ich habe auch an einigen teilgenommen und konnte so andere Studenten und das Land besser kennen lernen.

Zu den Highlights gehörten unter anderem:

- Eine Kayak-Fahrt auf dem Fluss Ebro,
- Ausflüge entlang der Costa Brava,
- Ein Besuch des Weihnachtsmarkts in Girona,
- Eine Wanderung in der Schlucht von Mont-Rebei

Diese Möglichkeit gibt es in den meisten europäischen Städten und ist auf instagram zu finden.

Außerdem habe ich von Barcelona aus auch Trips nach Valencia, Madrid, Malàga und Andorra gemacht. Es gibt einige gute Zug- und Busverbindungen und wenn man früh genug bucht, bekommt man diese auch recht günstig.

Ich habe den Winter hier verbracht, im September war es noch sehr angenehm und ich habe eigentlich nur Sommerkleidung getragen.

### **Kosten und Finanzierung**

Die finanzielle Unterstützung durch das Erasmus-Programm war für mich entscheidend, da das Labor selbst keine zusätzlichen Mittel bereitstellen konnte.

Barcelona ist generell teurer als andere Orte in Spanien, aber für mich waren die Lebensmittelpreise vergleichbar, Preise in Restaurants sind ähnlich zu denen in München beziehungsweise teilweise günstiger, je nach Lage des Restaurants. Die Miete für mein Zimmer waren 560€ inklusive Nebenkosten, es war allerdings mit 8 Quadratmetern auch recht klein und hatte auch nur ein Fenster in den Innenhof.

Dafür habe ich in einer guten und sicheren Gegend gelebt, außerdem habe ich meistens nur in dem Zimmer geschlafen und ansonsten nicht viel Zeit dort verbracht.

### **Praktikum und Studium**

Während meines Praktikums war ich hauptsächlich für die eigenständige Planung und Durchführung von Experimenten verantwortlich, die Teil meiner Masterarbeit waren. Der Schwerpunkt meiner Forschung lag auf den potenziellen toxischen

Auswirkungen von Nanoplastik auf Embryos und Spermien. Durch meinen Auslandsaufenthalt war meine Zeit im Labor auch eindeutig begrenzt und konnte nicht (wie in anderen Fällen) so ohne Weiteres verlängert werden. Auch wenn ich natürlich nicht so viele Freiheiten hatte wie andere Erasmus-Studenten, die ein normales Semester hier verbracht haben, war es trotzdem ein großer Vorteil für mich. Außerdem gibt es in meinem Master recht feste Module, die ich an keiner anderen Uni gefunden hätte, daher war ein Praktikum für mich die beste Gelegenheit, um ins Ausland zu gehen.

Vor der Masterarbeit stand ein PhD für mich nicht zur Auswahl. Während der Masterarbeit habe ich dann allerdings doch den Spaß an eigener Forschung und vor allem einem selbstständig durchgeführten Projekt entdeckt und ich habe auch eine Stelle in diesem Labor angeboten bekommen. Die endgültige Entscheidung steht aber noch aus.

### **Fazit**

Die sechs Monate meines Erasmus-Praktikums an der Universitat Autònoma de Barcelona haben meine Erwartungen in vielerlei Hinsicht erfüllt und sogar übertroffen. Ich habe Freundschaften geknüpft, die ich auch nach meinem Aufenthalt aufrecht erhalten werde.

Zu den prägendsten Erfahrungen zählen die vielen kleinen und großen Erfolge, die ich während meiner Forschung erzielen konnte, wenn ein Experiment nach langem Scheitern dann doch endlich geklappt hat und ich mich gemeinsam mit meinen Kollegen darüber gefreut habe.

Auch die Ausflüge, die ich über die Erasmus-Organisation unternommen habe, waren unvergesslich. Ob es die Wanderung in Mont-Rebei war, die beeindruckenden historischen Straßen von Girona oder die Kayak-Fahrt auf dem Fluss Ebro – diese Erlebnisse haben mir nicht nur die Schönheit Kataloniens gezeigt, sondern auch neue Freundschaften ermöglicht.

Das Praktikum in Barcelona war für mich eine der wertvollsten Erfahrungen meines gesamten Studiums.

Ich kann eine Masterarbeit im Ausland – insbesondere im Rahmen des Erasmus-Programms – uneingeschränkt empfehlen.