

Praktikumsbericht

Auslandspraktikum

Studienfach und Abschnitt: Chemie, Master Ort: Kopenhagen, Dänemark

Zeitraum: 03.03. – 30.05.2025

Institution: University of Copenhagen, Kemisk Institut

Praktikum an der Universität Kopenhagen als mein Anorganisches Fortgeschrittenenpraktikum

Planung und Vorbereitung

Meine Praktikumsstelle habe ich durch ausführliche Recherche gefunden. Ich wusste, dass ich entweder ein Auslandssemester oder ein Auslandspraktikum machen wollte. Angefangen habe ich dafür auf der Uni-/Fakultätswebsite, von wo aus man die einzelnen Arbeitsgruppen einsehen kann. In meinem Fall war das Praktikum in Anorganischer Chemie, also habe ich die Webseiten und Profile mehrerer Profs/AKs in diesem Bereich durchkämt, bis ich auf meine spätere Arbeitsgruppe gestoßen bin. Viele haben zwar Übersichten über ihre Forschung, es hilft aber auch einen Blick auf ihre letzten Publikationen zu werfen, um eine Idee für die Forschung zu kriegen.

Ich habe dann einfach dem Prof eine E-Mail geschrieben, das empfiehlt sich übrigens so früh wie möglich zu tun, um genug Zeit für Organisatorisches zu haben. Bei Auslandspraktika sind die Zeitrahmen nicht ganz so streng, aber die Profs müssen natürlich auch Platz in der Gruppe haben. Das die Entscheidung auf Dänemark, bzw. Kopenhagen gefallen ist war eher zufällig, aber ich habe es nicht bereut ;). Ich hatte dann ein Zoom-Meeting mit dem Prof, wo wir uns über das Fachliche und natürlich auch über den organisatorischen Ablauf unterhalten haben. Ich habe dann nur meinen CV und Bachelorzeugnis an ihn geschickt, da er da sehr entspannt war, das hängt aber natürlich vom Prof ab. Zur Orientierung: ich habe meine erste E-Mail an den Prof im Juli 2024 geschrieben und Praktikumsbeginn war im März 2025, hatte also entsprechend viel Zeit um die Förderung, Wohnung etc. zu organisieren. Generell sind die Gruppen hier sehr offen, wenn es um Erasmus-Praktika geht, für Masterarbeiten o.ä. sind die Auswahlkriterien und Bewerbungen aber schon etwas strenger.

Organisation an LMU

Das Praktikum muss natürlich von jemandem an der LMU mitbetreut werden, auch um es benoten zu können. Hier empfiehlt es sich jemanden zu suchen der zumindest halbwegs fachliche Nähe zu dem Thema hat. In der Regel ist es kein Problem jemanden zu finden, der das Praktikum betreut. Die Anmeldung ist dann genau gleich wie ein F-Praktikum an der LMU.

Funding

Die Finanzierung lief über das Erasmus-Programm. Die Webseite von der LMU hierzu ist, glücklicherweise sehr hilfreich und bei Fragen ist ein Beratungstermin jederzeit möglich und auch sehr hilfreich. Die Bewerbungsfristen für die Praktikumsstipendia sind sehr generös, ihr müsst auch also nicht allzu viel Stress machen, es empfiehlt sich aber trotzdem das Ganze rechtzeitig anzufangen um dann nicht doch unter Zeitdruck zu geraten.

Wohnung

Ich habe meine Wohnung über Airbnb gebucht. Für das Studenthousing kann man sich nämlich frühestens drei Monate vor Praktikumsbeginn bewerben und ist außerdem auch recht teuer. Für drei Monate war meine Unterkunft durchaus in Ordnung, ich habe bei einer Frau gewohnt und hatte mein eigenes Zimmer etc. Generell müsst ihr auch aber auf recht hohe Preise einstellen. Auf einschlägigen Portalen gibt es auch billigere Angebote, allerdings haben diese oft eine Mindestmietdauer und sind auch oft nicht möbliert. Für ein Auslandspraktikum empfiehlt sich deshalb schon entweder das Student housing oder Airbnb, was für lange Aufenthalt tatsächlich recht kompetitive Angebote hat, da man ja eine vollausgestatte Wohnung braucht.

Sprachkurs

Ich habe vor meinem Aufenthalt ein Semester lang den Dänisch 1 Kurs besucht. Die Plätze hierfür sind aber begrenzt und als nicht Hauptfächler ist ein Platz nicht garantiert, meldet euch also so früh wie möglich an. Der Kurs hat sehr viel Spaß gemacht und ich hatte einen klasse Lehrer. Zum Ankommen hat mir der Kurs sehr geholfen. Dänisch ist zwar ähnlich zum Deutschen, aber ohne Kurs werdet ihr kaum etwas verstehen, geschweige denn aussprechen können. Dänisch zu können ist nicht notwendig, da alle sehr gut Englisch können, aber es hilft Dänisch zu können und die Dänen wissen es zu schätzen :)

Außerdem wechseln viele Däne sehr schnell zurück zum Dänischen, es ist also hilfreich, wenn man der Konversation auch auf Dänisch folgen kann.

Praktikum/Arbeit

Natürlich hängt der jeweilige Arbeitsalltag stark von eurer Forschung ab. Allgemein gibt es zu sagen, dass die PhDs in Dänemark auf 3 Jahre begrenzt sind (fest) und dass die Gruppen im Schnitt kleiner sind, es gibt selten Gruppen mit >10 festen Leuten. Die Arbeitszeiten sind ähnlich wie in Deutschland, meist 9 bis 17 Uhr, aber manchmal auch bis 18 Uhr, das könnt ihr aber meist selber entscheiden und es ist auch kein Problem früher zu gehen oder später zu kommen. Ich hatte da auch als Praktikant sehr viel Freiheit und konnte mir meine Arbeitszeit und meine Arbeit selbst einteilen und durfte auch meine Experimente, Laborarbeit etc selbst recherchieren und planen (ähnlich wie in einem PhD). Bei Fragen und Problemen hatte ich aber trotzdem immer einen Ansprechpartner und die anderen Leute im Labor/Büro waren sehr hilfsbereit. Allgemein hängt das aber von eurem Erfahrungslevel und vom jeweiligen Prof ab. Ich hatte aber schon den Eindruck, dass man auch als Praktikant deutlich mehr Eigenverantwortung zugesprochen kriegt als in Deutschland. Ich war von Anfang an ein vollwertiges Team-Mitglied und der Umgang miteinander in der Gruppe war immer sehr nett und kollegial.

Die Strenge der Arbeitszeit etc hängen aber natürlich maßgeblich vom Prof ab, fragt also im Zweifelsfall vorher eure potentiellen Kollegen persönlich oder in einer privaten E-Mail.

Leben in Kopenhagen

Das Fortbewegungsmittel der Wahl ist das Fahrrad und das kann ich euch auch nur empfehlen. Die Radinfrastruktur ist in Kopenhagen, aber auch allgemein in Dänemark, top ausgebaut und das beliebteste Fortbewegungsmittel der Kopenhagener ist das Fahrrad. Die Chemie ist in Nørrebro und sehr gut mit dem Rad erreichbar und natürlich ist das Fahrrad am billigsten. Hierfür kann ich euch Swapfjets empfehlen. Dort kann man verschieden Räder als Abo mieten. Das hat mich ca. 30 € pro Monat gekostet und ist inklusive kostenlosem Service, Pannenhilfe etc. Vor allem für solche Praktika ist das wirklich zu empfehlen und die Räder mit dem blauen Vorderreifen sind bei internationalen Studierenden, aber auch Einheimischen, sehr beliebt.

Sonst ist das ÖPNV-Netz sehr gut ausgebaut und wenn ihr z.B. am Wochenende aus der Stadt fahren wollt kann ich euch das Check-in System in der DSB-App empfehlen. Zur täglichen Fortbewegung werden S-Bahn und Metro aber irgendwann recht teuer. Die Metros fahren die ganze Nacht durch, die S-Bahnen und Busse aber nicht, habt das also evtl. auf dem Schirm.

Zum Einkaufen ist Lidl eigentlich am besten und billigsten, wenn ihr mehr Auswahl wollt gibt's noch føtex, die sind größer und haben mehr Auswahl (etwas wie eine Mischung aus Kaufland und Edeka). Ansonsten gibt es noch Netto und 365, welche normale Preise haben. Die Highend

Supermärkte wie Brugsen oder Irma haben natürlich auch High-End Preise ;). Was auch super ist, dass viele Supermärkte bis 22 oder 24 Uhr aufhaben und auch sonn- und feiertags.

Für Ausflüge kann ich euch die verschiedenen Schlösser Syællands empfehlen. Bei gutem Wetter sind auf jeden Fall auch der Strand in Amager und Klampenborg und die Hafenschwimmbäder (z.B. Islands brygge oder Amager) zu empfehlen. Ansonsten kann ich euch nur empfehlen auf jeden Fall mal in den Tivoli zu gehen. Der Park ist zwar nicht billig, aber vor allem nachts richtig schön und er ist einer der ältesten Freizeitparks der Welt (der älteste ist Bakken, direkt vor Kopenhagen). Wenn ihr an ein Auto kommt und ca. eine Stunde südlich aus der Stadt gibt es Stevens Clint, eine Kalklippenformation, die auf jeden Fall auch einen Besuch wert ist. Ansonsten hat Kopenhagen natürlich jede Menge Museen, Cafes; Kneipen, Bars ... zu bieten, probiert euch einfach durch, da ist für jeden was dabei ;).

Für billigen Kaffee und Bier gibt es das Studerentehuset neben dem Rundetårn. Das ist ein von Freiwilligen (Studierenden) geführtes Cafe/Kneipe und ihr kriegt als KU-Student auch nochmal 25% Rabatt. Dort gibt es auch regelmäßig verschiedene Veranstaltungen, wie die Community Kitchen, wo ihr Leute treffen und kennenlernen könnt.

Die insgesamten Lebensunterhaltungskosten sind deutlich höher als in Deutschland und ihr solltet euch darauf einstellen, dass das Erasmus-Stipendium diese nicht abdecken wird. Bei mir hat das Stipendium z.B. nur die Miete abgedeckt. Habt das auf dem Schirm, um böse Überraschungen zu vermeiden ;).

CPR-Nummer

Wenn ihr länger als 3 Monate in Dänemark seid könnt ihr euch registrieren und kriegt dann eine CPR-Nummer, über die auch die Krankenversicherung etc läuft. Als EU-Bürger müsst ihr euch aber erst ab Aufthalten von mehr als 6 Monaten machen. Ich habe es nicht gemacht und hatte keine Probleme. Wenn ihr aber z.B. eine dänische Telefonnummer wollt braucht ihr die Nummer. Die Informationen zum Ablauf dazu sind einfach auf der KU-Seite zu finden. Für die Krankenversicherung braucht ihr sie nicht zwingend, da ihr einerseits über die europäische Krankenversicherungskarte und andererseits über eure Auslandskrankenversicherung abgedeckt seid.

Fazit

Fachlich habe ich an Lanthanoidkomplexen für QIDs gearbeitet, etwas was ich an der LMU nicht mal annähernd hätte machen können. Ich hatte insgesamt eine richtig gute Zeit und habe

sowohl fachlich als auch persönlich auf jeden Fall eine Menge neues gelernt. Mein Englisch und Dänisch haben sich auf jeden Fall verbessert.

Aber auch das Arbeiten in einem internationalen Team zeigt einem immer wieder, dass es nicht das eine „normal“ gibt und es immer mehrere Herangehensweisen und Hintergründe gibt. Vor allem dadurch, dass man selber „von außen“ kommt, wird einem mal wirklich bewusst, dass jeder einen anderen Hintergrund hat und dass es nicht immer nur eine „richtige“ Sicht der Dinge gibt. Ich fand es interessant zu sehen, dass Dänen ein ganz anderes Nationalverständnis als wir haben und z.B. bei Geburtstagsfeiern etc. immer eine Dänemarkflagge auf dem Tisch steht. Genau das macht so einen Aufenthalt im Ausland aber ja so wertvoll. Und zumindest ich habe dadurch gemerkt, dass ich es mir durchaus gut vorstellen kann nach Dänemark zu ziehen. Ihr solltet euch aber, v.a. in Kopenhagen, bewusst sein, dass ihr nicht die einzigen Deutschen seid. Man trifft immer wieder deutsche oder österreichische Touristen, Deutsche die in Kopenhagen wohnen und auch deutsche PhD-Studenten.