

# Praktikumsbericht

Auslandspraktikum

## Angaben zur Person und zum Praktikum der/des Studierenden

Studienfach: Neurowissenschaft

Bachelor/Master/Staatsexamen: Master

Praktikumszeitraum: 18.08.25 – 17.10.25

Praktikumsort: Stockholm

Praktikumsinstitution: KTH Royal institute for technology

—

Vorgaben:

- Der Praktikumsbericht sollte mindestens 4 Seiten lang sein (Times New Roman, 12pt, 1.5 Zeilenabstand)
- Wenn Sie Namen nennen möchten, geben Sie bitte nicht den vollen Namen der Person an. Nutzen Sie nur den Vornamen oder Abkürzungen wie „L.“.
- Bitte beachten Sie bei der Integration von Fotos, dass Ihr Bericht bei der Veröffentlichung und der damit einhergehenden Verbreitung des Bildmaterials gegebenenfalls die Einwilligung der fotografierten Person/en erfordert.
- Speichern Sie Ihren Bericht als Word-Dokument (max. Dateigröße: 8 MB) und laden Sie ihn auf MoveON hoch.
- 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](#).

Sie können Ihren Praktikumsbericht beispielsweise wie folgt strukturieren:

1. Planung und Vorbereitung (z.B. Bewerbungsprozess, Organisation der Unterkunft, Sprachkurs)
2. Praktikumsverlauf (Aufgaben, typischer Arbeitstag, Auslastung)
3. Soziale Kontakte
4. Alltag und Freizeit
5. Kosten und Finanzierung (Lebenshaltungskosten, Tipps für Einkäufe)
6. Praktikum und Studium (Konnten Sie im Studium Erlerntes umsetzen, Wie haben sich durch das Praktikum Ihre Studienmotivation und/oder Ihre Einstellung zum künftigen Beruf geändert)
7. Fazit (wurden Ihre Erwartungen erfüllt, Herausforderungen, besonders prägende Erfahrungen, Tipps an zukünftige Praktikanten und Praktikantinnen)

## Planung und Vorbereitung

Im Zuge meines Masters in Neurowissenschaften wollte ich ein Forschungspraktikum von 2 Monaten im europäischen Ausland machen. Zuerst hatte ich im Internet allgemein nach europäischen Forschungsgruppen in meinem Interessensgebiet gesucht. Ich habe einige Absagen bekommen, bevor ich dann bei einer Gruppe in Stockholm an der KTH endlich die Zusage bekam. Um die Finanzierung sollte ich mich allerdings selbst kümmern, weshalb ich mich nach den Möglichkeiten für eine Erasmus Unterstützung erkundigte. Dabei empfand ich ein Beratungsgespräch beim LMU Career-service hilfreich. Die Bewerbung war unkompliziert und ich bekam schon nach 2-3 Wochen eine Zusage. Die nächste Hürde war das Finden einer Unterkunft. Ohne schwedischen Studentenstatus gibt es keinen Anspruch auf einen Platz im Studentenwohnheim. Ich habe auf dem privaten Markt in verschiedenen Portalen gesucht (Blocket, Akademisk kvart, airbnb,...). Zuvor las ich, dass das Finden einer bezahlbaren Unterkunft in Stockholm nicht einfach sei. Aber nach um die vier erfolglosen Anfragen, erhielt ich eine Zusage für ein WG-zimmer, ausgeschrieben im Portal Akademisk kvart. Das Portal ist speziell für Anbieter, die an Studierende und Doktoranden vermieten wollen. Die WG lag außerhalb von Stockholm, im Vorort Täby. Dieser ist allerdings verkehrstechnisch so gut an Stockholm angebunden, dass ich nur 25 Minuten zu meiner Arbeitsstelle brauchte.

Einen Sprachkurs habe ich nicht belegt. Ich bin allerdings auch gut ohne Schwedisch Kenntnisse zurechtgekommen. In der Forschungsgruppe wurde nur englisch gesprochen und die Schweden sprechen auch sehr gutes Englisch.

### **Praktikumsverlauf**

Das Praktikum bestand aus der Arbeit an einem kleinen Forschungsprojekt. Ich musste mithilfe von Computernmodellen die Aktivität neuronaler Netzwerke simulieren und später analysieren. Da die Arbeit am Computer war konnte ich sie mir theoretisch frei einteilen und von überall aus erledigen. So war es mir zum Beispiel auch möglich, für ein verlängertes Wochenende nach Finnland zu reisen. Es hatte aber auch den Nachteil, dass man die Kollegen, von denen die meisten im Homeoffice arbeiteten, eher selten zu Gesicht bekam. Ich kam trotzdem oft in den Shared-Workspace der Arbeitsgruppe und traf dort ab und zu Kollegen.

Ein bis zweimal pro Woche besprach ich Zwischenresultate und Vorgehen mit einem Phd Studenten und gegen Ende des Praktikums vermehrt mit dem Professor. Außerdem gab es pro Woche ein Gruppentreffen, sowie ein bis zwei Journal clubs, an denen ich teilnahm. In diesen Treffen wurden zum Beispiel Paper besprochen oder Vorträge geübt.

Ich selbst habe im Journal Club ein Paper vorgestellt und, als Abschluss des Praktikums, die finalen Resultate meines Projekts.

Die Auslastung war leider etwas ungleichmäßig, auf den Praktikumszeitraum verteilt, sodass sie gegen Ende sehr hoch wurde.

### **Soziale Kontakte**

Ich hatte in meiner WG drei Mitbewohner, mit denen ich viel Kontakt hatte. Lustigerweise sprachen alle deutsch, da zwei von ihnen deutsche Wurzeln haben und einer aus Österreich kommt. Obwohl die Gruppe eher heterogen war, zwei von Ihnen waren Lehrer zwischen 30 und 40 und einer ein Student in meinem Alter, haben wir viel unternommen. Wir haben ein- bis zweimal die Woche gekocht, gegrillt oder Karten gespielt und manchmal machten wir auch Ausflüge in die schöne Natur in der Umgebung von Stockholm. Darüber war ich vor allem zu Beginn sehr froh, da ich über die Praktikumsstelle, bei der viele im Homeoffice gearbeitet hatten, wenig Kontakt und Struktur im Alltag hatte. Ein paar soziale Kontakt konnte ich auch über das Erasmus student-network (ESN) von Stockholm knüpfen. Dort gab es mehrmals wöchentlich offene Aktivitäten, wie zum Beispiel Wanderungen, Kaffeetreffen, Museumsbesuche, Partys, .... Über eine Wanderung habe ich ein paar Austauschstudenten kennengelernt, mit denen ich danach auch privat öfter wandern oder Kaffeetrinken war. Die Kontaktsuche über die ESN-Veranstaltungen kann ich empfehlen, da die meisten dort ebenfalls neue Leute kennenlernen wollen und dadurch sehr offen sind. Allerdings lernt man auf diese Weise wenig Einheimische kennen. Tatsächlich ist sogar der größte Anteil dort deutsch.

### **Alltag und Freizeit**

In meiner Freizeit war ich viel unterwegs in der Natur um Stockholm. Man erreicht mit den Öffentlichen vom Stadtzentrum aus schon in unter einer Stunde viele Naturschutzgebiete. Das Highlight war für mich das Archipelago vor Stockholm. Die Kombination aus Nadelwäldern mit Birken, abgeschliffenen Felsen und Sandstränden am Meer ist wunderschön. Es gibt viele Wanderwege und bei wärmeren Temperaturen kann man an vielen Stellen schwimmen. In Stockholm selbst gibt es auch viel zu sehen. Zum Beispiel die Altstadt Gamla Stan und viele Museen, wie das Nobelmuseum oder das Moderna Museum für moderne Kunst, zum Teil mit freiem Eintritt zu bestimmten Zeiten in der Woche.

Außerdem lohnt sich ein Tagesausflug ins ca. eine Stunde entfernte Uppsala. Ich fand auch eine Fährüberfahrt nach Finnland, Turku, sehr lohnend, wo ich für ein verlängertes Wochenende blieb.

### **Kosten und Finanzierung**

Da ich Glück, mit einer sehr günstigen Miete hatte, kam ich allein mit dem Erasmus Geld gut durch. Die Preise sind allgemein spürbar höher als in Deutschland. Man kann etwas sparen, wenn man zu günstigeren Supermärkten geht, wie zum Beispiel Lidl, und auf Angebote achtet.

### **Praktikum und Studium**

Ich konnte viele Konzepte und Methoden, die ich im Studium gelernt habe, in der Projektarbeit anwenden. Zum Beispiel die mathematische Modellierung von neuronalen Netzwerken oder Methoden für die statistische Analyse von Daten neuronaler Aktivität war mir bereits aus dem Studium bekannt. Es ist nicht mein erstes Praktikum in der Forschung, weshalb sich meine Einstellungen zu Studium und Beruf nicht groß geändert haben. Ich habe wieder gemerkt, dass mir Forschung sehr Spaß machen kann und dass ich auch in Zukunft in der Forschung arbeiten möchte.

### **Fazit**

Meine zwei Monate waren gefühlt sehr schnell rum und ich hatte gegen Ende gerade erst das Gefühl bekommen, mich eingelebt zu haben. Daher wäre mein Tipp, ein längeres Praktikum oder ein Auslandssemester zu machen.

Alles in Allem bin ich froh, die Erfahrung gemacht zu haben. Die Organisation, vor allem die Suche nach Praktikumsstelle und Unterkunft, war zwar aufwändig, aber das war es auf jeden Fall wert. Ich habe viel über Schweden gelernt, nette Leute kennengelernt und erste Erfahrungen mit Arbeit im Ausland gesammelt.