

ERFAHRUNGSBERICHT

Master of Science in Molekularer Medizin

Zielstadt/land: Boston, USA

Grund: Abschlussarbeit (Masterarbeit)

Institut: Harvard Medical School/Massachusetts General Hospital

Zu Beginn sollte ich sagen, dass ich unter Corona Bedingungen gereist und gearbeitet habe, daher sind viele Dinge, die ich erlebt habe eventuell nicht auf Auslandsaufenthalte zu späteren Zeitpunkten übertragbar. Ich werde jedoch versuchen möglichst die Erfahrungen zu teilen, welche allgemeingültig sind.

Ich wollte unbedingt meine Masterarbeit im Ausland absolvieren, doch da ich dafür in ein Labor musste und bedingt durch Corona viele, zumindest für ausländische Studierende geschlossen waren, stand USA schon aus pragmatischen Gründen sehr weit oben auf der Liste, da sie mit ihrem Impfprogramm deutlich weiter waren als viele europäische Länder. Die Harvard Medical School und das Massachusetts General Hospital sind sehr gute Institutionen, daher hatte ich beschlossen mir dort eine Stelle in der Immunologie zu suchen. Meine Vorbereitungen im allgemeinen waren sehr COVID diktiert: meine Flüge habe ich mit flexiblen Datum gebucht – nur für alle Fälle – ein Visum zu bekommen ging nur mit einer sogenannten NIE (National Interest Exception), auf die ich mich nochmal extra bewerben musste und von den drei US-Konsolaten in Deutschland war eins geschlossen und eins nur für Arbeitsvisen geöffnet. Daher benötigte ich einen extra Antrag auf die Zulassung eines Notfalltermins, was nicht ganz leicht zu bekommen war. Regelungen haben sich fast täglich geändert, sodass irgendwann niemand mehr wusste was Sache war. Kurz umgesagt: es war ein ganz schöner Kampf und viel Stress und Bürokratie und bis 10 Tage vor Abflug war nicht klar, ob ich fliegen konnte und selbst nach Ankunft am Logan Airport in Boston war ich immer noch davon überzeugt, dass irgendwas bestimmt schon noch schief geht – doch es hat tatsächlich alles geklappt. Ich bin über CIEE Sponsor nach Boston gekommen, in der Regel wird der Sponsor allerdings von den meisten Institutionen vor Ort bezahlt. Ich habe Ende Februar/Anfang März begonnen mit der Visumsbewerbung und bin Anfang Juli geflogen – und es war eher eine knappe Sache, dass vorher noch alles geklappt hat. Ich hatte von Vorgängern und Vorgängerinnen gehört, dass der ganze Visumsprozess immer etwas länger braucht, doch wie lange ohne Coronabedingungen kann ich leider nicht sagen. Eine Wohnung zum mieten hatte ich mir vorher über Airbnb gebucht – im Stadtteil von Boston namens „Jamaican Plain“. Ich hatte drei Mitbewohner, einen aus Mexiko, einen aus Rumänien und einen aus China. Ich hatte für mein Zimmer 750 USD kalt gezahlt und damit bin ich noch sehr günstig weggekommen. Ich würde jedem empfehlen sich ein Zimmer in einer WG zu suchen – Einzelapartments sind im Grunde nicht zu bezahlen.

ERFAHRUNGSBERICHT

Zudem, wenn man vor allem nur für eine kurze Weile dort ist, findet man so deutlich schneller Anschluss. Das Leben generell ist ziemlich teuer. Nicht nur die Miete ist höher, als die meisten von euch gewohnt sind, sondern auch das Essen, der Transport und sämtliche Aktivitäten kosten deutlich mehr Geld. Also kann ich nur empfehlen, vorher zu sparen. Einige hier fahren Fahrrad, doch die Stadt ist nicht ganz dafür ausgelegt, aber anscheinend möchten sie das nun ändern, also sieht das in ein paar Jahren vielleicht anders aus. Ich habe meistens die T genommen oder bin Bus gefahren – rechne Verspätung mit ein, vor allem an regnerischen oder schneeigen Tagen. Ich habe es sehr genossen in Jamaican Plain, direkt am Jamaican Pond zu wohnen. Von dort aus führt die sogenannte Emerald Necklace, eine schmale Parkanlage um Boston herum – nach Süden bis zum Arboretum, nach Norden bis zum Ufer des Charlesrivers. Von dort kann man an der Esplanade entlangflanieren bis zum North End – dem „Little Italy“ von Boston. Daneben gibt es noch den Stadtgarten und den Boston Common, in welchem im Sommer Theater und Konzerte stattfinden und im Winter eine Eislaufbahn geöffnet hat. Neben den Grünanlagen gibt es einige sehenswerte Museen, wie das Museum of Fine Arts (plane viel Zeit dafür ein) und das Isabella Stewart Museum – doch auch hier der Hinweis, dass es teilweise bis zu 35 USD Eintritt kosten kann, je nach Ausstellung. Boston hat eine Vielzahl an Restaurants (probiert vor allem die Meeresfrüchte) und auch sonst den Vorteil der Angebotsreichheit, der mit einer Großstadt einherkommt. Doch auch außerhalb von Boston lässt sich einiges sehen – im sogenannten New England. Falls man gerne wandern und campen geht kann ich bloß die White Mountains in New Hampshire empfehlen (Franconia Ridge), zum Skifahren ist Vermont (Stew) besonders gut und hat man Lust auf etwas Stadt ist New York City nur ein paar Stunden mit Bus, Zug oder Flug entfernt. Für ein entspanntes Wochenende empfiehlt sich auch Marthas Vineyard bei Cape Cod. Für viele der Dinge ist ein Auto von Nöten. Ich hatte das Glück Freunde mit Autos hier zu haben, doch ich habe gehört, es sei auch nicht schwer sich eines zu mieten. Ich habe meistens Wochenendausflüge gemacht, oft auch über die Feiertage (Thanksgiving, Labor Day, MLK Day, ...). Nach dem Abschluss meiner Masterarbeit bin ich nicht reisen gegangen, da die Lage mir etwas zu heitel war. Daher kann ich leider nicht viel über längere Ausflüge sagen.

Nun etwas zum Institut und der Arbeit selbst. Ich habe dort ein zweimonatiges Vorpraktikum absolviert und anschließend meine 6-monatige Masterarbeit angehängt. Das Institut war das CIID (Center for Immunology and Inflammatory Diseases) der Harvard Medical School/Massachusetts General Hospital. Es ist in Charlestown – nördlich von Boston am anderen Ufer des Charlesriver lokalisiert. Ich habe Vollzeit in einer Arbeitsgruppe bestehend aus ca. 10-15 Leuten gearbeitet und wurde von meinem PI (Principle Investigator) und einem

ERFAHRUNGSBERICHT

Supervisor betreut. Das Team war sehr international mit Arbeitskollegen und -kolleginnen aus Indien, Brasilien, den USA und Australien und ich habe mich mit allen sehr gut verstanden, das Arbeitsklima war produktiv, hilfsbereit und offen und auf angenehme Weise herausfordernd und fördernd. So bot mir mein PI an, auf großen (Zoom-)Meetings Vorträge zu halten, selbst Paper auf professionelle Weise zu reviewen und alle möglichen Gäste, die nach Harvard für Vorträge kamen vorzustellen und selbst Poster in Konferenzen vorzustellen. Das Ziel von vorne herein war zudem meine Resultate in einem Paper zu veröffentlichen, womit natürlich bestimmte Erwartungen an die Qualität meiner Arbeit einhergingen. Ein gutes Netzwerk zu pflegen, teamfähig und sozial zu sein, sind hier Voraussetzungen. Man sollte bereit sein, sich selbst herauszufordern, da nicht von der eigenen Arbeit sondern auch zwischenmenschlich viel verlangt wird. Ich persönlich habe das sehr genossen, doch ich denke auch, dass es darauf ankommt an welchen Punkt man mit seiner Ausbildung und Erfahrung ist und wie sicher man sich des eigenen Könnens ist. So war eine direkte Betreuung im Grunde nicht gegeben. Ich habe mir mein Projekt mit Hypothese und Herangehensweise alles selber erarbeiten dürfen/müssen und das war auch erwartet. Vor allem am Anfang war dies natürlich etwas stressig, da neben der Arbeit auch alles andere neu war. Neue Methoden, die für die Beantwortung meiner Fragestellung benötigt waren, wurden mir auf Eigeninitiative sehr hilfsbereit gezeigt – doch der Impuls musste von mir kommen. Zudem gab es wöchentliche Progressreports, an denen man die Arbeit der jeweiligen Woche vorstellte und dazu Feedback und Anregungen bekam. Aus deutschen Labors kenne ich dies ebenfalls, jedoch hat man in der Regel ein paar Monate Zeit präsentable Resultate zu erzielen, und weniger den Druck dies jede Woche zu tun. In der Forschung, wo es zwischenzeitlich durchaus mal zu Durststrecken kommen kann, war so der Druck natürlich hoch. Vor allem in der Anfangsphase, als ich noch viel Literatur gelesen habe, meine Hypothese und Plan formuliert habe, konnte dies etwas stressig sein. Natürlich kann ich nur von meinem Bereich (molekular medizinische Forschung) sprechen. Wie dies in anderen Fächern und Instituten aussieht, weiß ich natürlich nicht. Doch ich würde fast vermuten, dass jemand ohne jeglicher Arbeitserfahrung, z.B. Bachelorstudierende schnell überfordert wären – und das nimmt dann natürlich den Spaß. Hat man jedoch bereits Arbeitserfahrung gesammelt in diesem Bereich, ist es natürlich großartig vollständig selbstständig arbeiten zu dürfen, sich sein eigenes Projekt zu suchen und zu planen und so viele Möglichkeiten geboten zu bekommen, sich weiter zu bilden. Eine bessere Vorbereitung auf einen PhD gibt es kaum. Daher kann ich basierend auf meinen Erfahrungen sagen, dass ich sehr viel gelernt habe, das Arbeitsumfeld unterstützend und sehr offen fand und es sehr genossen habe so gefordert zu werden. Ich denke auch, dass man durch Herausforderungen lernt und kann es daher sehr

ERFAHRUNGSBERICHT

empfehlen an die Harvard Medical School zu kommen (falls dies denn eurem Bereich entspricht).

An dieser Stelle möchte ich mich zudem bei der Universität Freiburg, dem International Office und meinem Betreuer bedanken. Während die Vorbereitungen auf die Einreise in die USA sehr aufwändig und kompliziert waren, so hat von Seiten der Universität alles sehr schnell und unkompliziert und vor allem digital geklappt. So war mein Antrag auf eine externe Masterarbeit innerhalb weniger Tage genehmigt. Und auch wenn es am Anfang unklar war, ob Studierende, welche in die USA (zu der Zeit Hochrisikogebiet) gefördert werden dürfen, wurde ich doch immer auf dem aktuellsten Stand gebracht und hatte das Gefühl, dass wirklich versucht wurde es zu ermöglichen. Dafür bin ich sehr dankbar! Ich hatte die Möglichkeit wichtige Arbeitserfahrung zu sammeln, Kontakte zu knüpfen, Freunde zu finden, meine Englischkenntnisse auszubauen und in Kontakt mit neuen Kulturen und Lebensweisen zu kommen. Für all das danke ich dem IO und seiner guten Betreuung von Herzen!

Den künftigen Studierenden ganz viel Spaß und alles Gute!

ERFAHRUNGSBERICHT

Visuelle Eindrücke:

Das MGH/Harvard Medical School – mein Arbeitsplatz

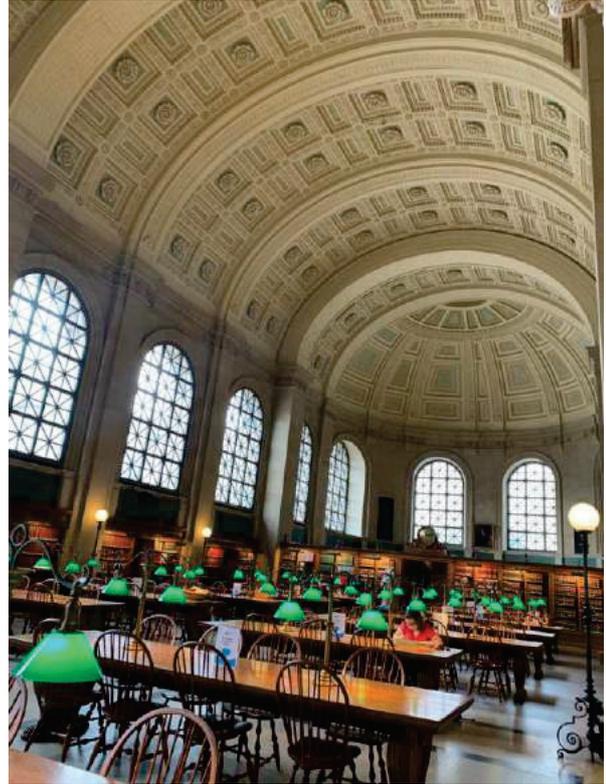


Emerald Necklace – Eine Parkanlage um Boston herum



ERFAHRUNGSBERICHT

Central Public Library – der Zugang ist für alle kostenlos



Museum of Fine Arts – Museen sind leider etwas teurer als in Deutschland

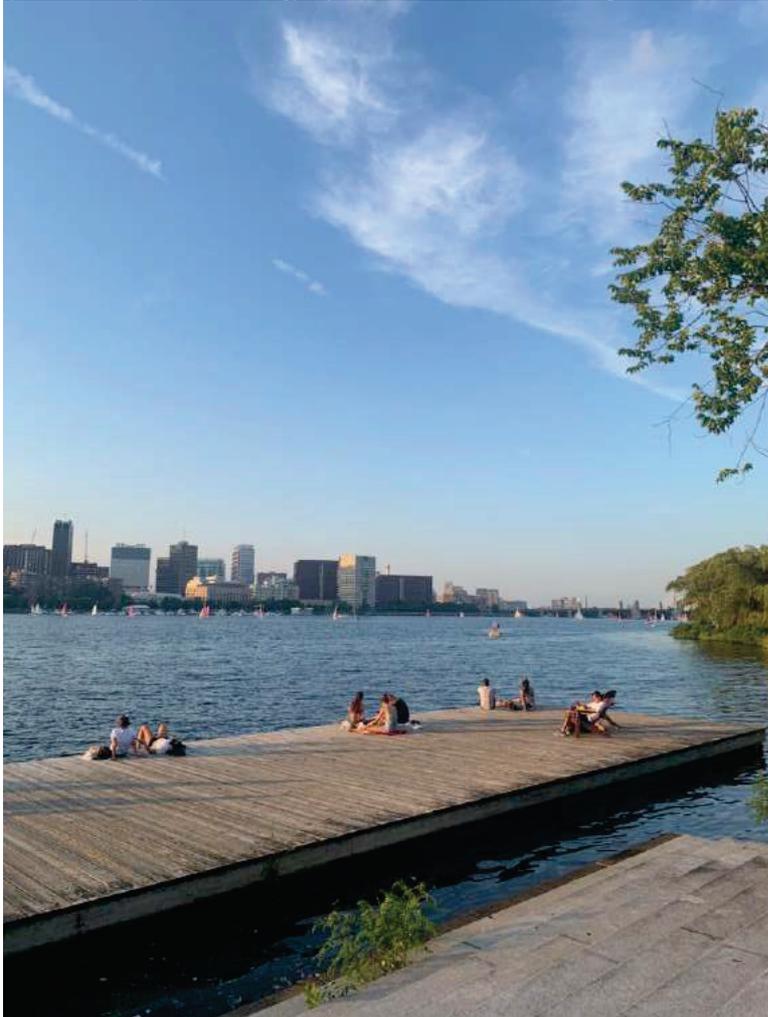


ERFAHRUNGSBERICHT

Boston hat einige angehängte eigenständige Stadtteile, unter anderem:
Charlestown



(Blick auf) Cambridge (von Charlesriver Esplanade aus)



ERFAHRUNGSBERICHT

Ein paar generelle Eindrücke von Boston:

Fenway Stadion – New York Yankees gegen die Boston Red Sox

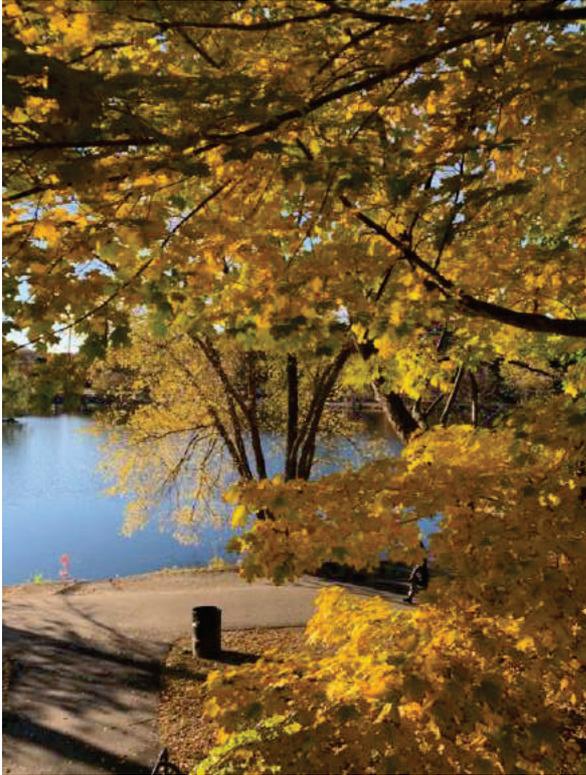


Boston und das Meer:



ERFAHRUNGSBERICHT

Boston im Herbst:



Boston im Winter:



ERFAHRUNGSBERICHT



Weihnachtszeit in Boston:



ERFAHRUNGSBERICHT

Boston Umgebung: Wandern in den White Mountains in New Hampshire



Apple Picking auf der Honey Pot Farm



ERFAHRUNGSBERICHT

Mathas Vineyard (im Winter)

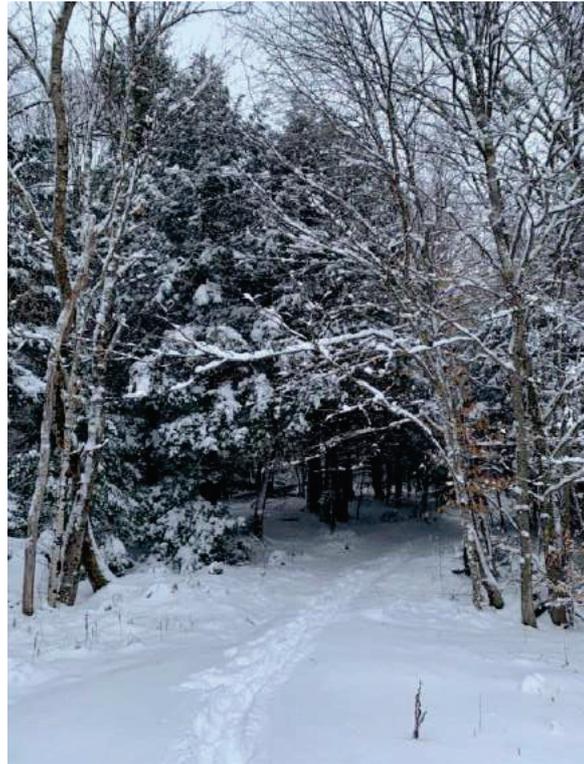
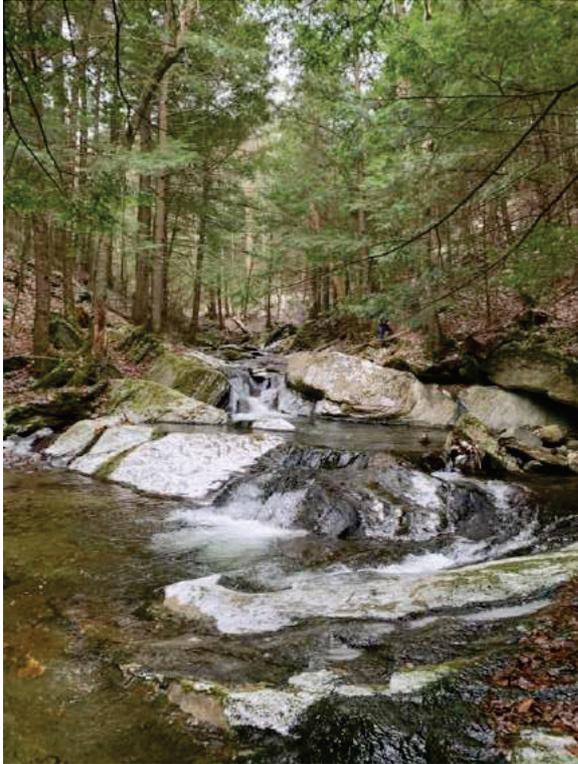


Providence

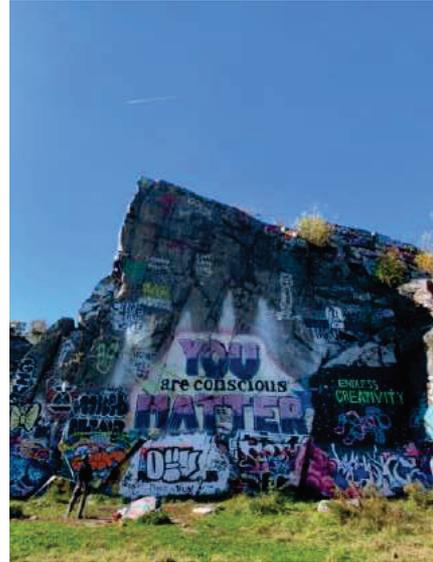


ERFAHRUNGSBERICHT

Vermont



Blue Mountains (direkt bei Boston)



ERFAHRUNGSBERICHT

New York

