

Erfahrungsbericht für ein 10-wöchiges Forschungspraktikum am Monash Medical Centre, Monash University, Melbourne, Australien.

Studiengang: Master Biologie, Fachsemester: 5

Hinweise und Ratschläge zu den Lebens- und Arbeits- bzw. Studienbedingungen, die nachfolgenden Stipendiaten/-innen das Einleben und den Aufenthalt erleichtern können.

Für mich war schon länger klar, dass ich noch während meines Studiums ins Ausland gehen möchte, aber wohin genau wusste ich lange nicht. Mein Interesse an Australien wurde vor allem von der Betreuerin meiner Masterarbeit geweckt. Sie war selbst als Wissenschaftlerin für einen Forschungsaufenthalt in Australien und hat mir sehr viel über ihre Erfahrungen berichtet. Ihre Begeisterung für Land und Leute hat mich letzten Endes dazu motiviert dieses Land selbst zu entdecken. Aus akademischer Sicht ist Australien auch definitiv einen Besuch wert. Es gibt mehrere sehr gute Universitäten und Forschungseinrichtungen, an denen viele renommierte Wissenschaftler arbeiten.

Den Kontakt zu meiner australischen Arbeitsgruppe habe ich dann auch durch die Betreuerin meiner Masterarbeit herstellen können. Meine deutsche Betreuerin hat die australische Gruppenleiterin während ihres Aufenthalts in Australien kennengelernt und mit einer E-Mail den Kontakt aufgebaut. Bei einem Videoanruf konnte ich die australische Wissenschaftlerin dann selbst kennenlernen und mein Vorhaben mit ihr besprechen. Dadurch war der ‚Bewerbungsprozess‘ eher informell und ich musste keine typischen Bewerbungsunterlagen, wie Lebenslauf etc. einreichen. Grundsätzlich ist es immer einfacher durch bereits bestehende Kontakte einen Praktikumsplatz zu finden.

Anschließend wurde ich von der Personalabteilung (Human Resources, HR) der Monash University kontaktiert, um meinen Aufenthalt als Gastwissenschaftlerin an der Universität zu genehmigen. Durch HR habe ich dann auch genaue Informationen zum passenden Visum erhalten. In meinem Fall, war das ‘Temporary Activity visa Subclass 408 as a Researcher or a Research Student’ das passende Visum. Ein Visum dieser Art erfordert einen sogenannten Sponsor, welcher für mich die Monash University war. Die Bewerbung für das Visum ist recht aufwendig und die Bearbeitung durch die australische Behörde kann einige Zeit dauern, daher sollte man sich so früh wie möglich darum kümmern. Mein Visumsantrag wurde zum Glück innerhalb von 25 Tagen genehmigt, als möglicher Bearbeitungszeitraum wurde jedoch zwischen 25 Tagen und 5 Monaten angegeben. Man sollte also ausreichend Zeit dafür einplanen. Alle Dokumente, die für den Visumsantrag eingereicht werden müssen, müssen natürlich auf Englisch sein. Ein paar meiner Dokumente konnte ich mir bereits auf Englisch

ausstellen lassen, andere, wie z.B. die Bescheinigung für meine Auslandskrankenversicherung, mussten noch übersetzt werden. Für alle übersetzten Dokumente muss angegeben werden, wer diese übersetzt hat und welche Qualifikationen bzw. Sprachkenntnisse der Übersetzende hat. Ich habe meine Dokumente selbst übersetzt und dabei darauf hingewiesen, dass ich im Studium bereits einige Kurse und Seminare auf Englisch belegt habe, mein Masterstudium mit Englisch als offizieller Lehrsprache absolviert habe und beim PROMOS Sprachtest mit Bestnote abgeschnitten habe. Insgesamt ist es ratsam, sich in Ruhe mit dem Visumsantrag auseinander zu setzen und keine Fehler bei den Angaben zu machen, da das nur zu Verzögerungen und im schlimmsten Fall sogar zur Ablehnung des Antrags führen kann. Die Bewerbung erfolgt über die Website des Department of Home Affairs der australischen Regierung. Dafür muss man einen sogenannten ImmiAccount anlegen. Man wird dort Schritt für Schritt durch den Online-Antrag geführt und kann die Angaben jeder Zeit speichern und später weitermachen. Als mein Antrag genehmigt wurde, habe ich eine E-Mail erhalten. Ich habe jedoch auch von anderen gehört, die keine E-Mail dazu erhalten haben. Daher lohnt es sich auf jeden Fall ab und an im ImmiAccount nachzuschauen, da es auch dort sichtbar sein wird, wenn der Antrag bewilligt oder abgelehnt wurde.

Um meine Flüge zu buchen, bin ich ins Reisebüro gegangen. Für so lange und teure Flugreisen ist es, meiner Meinung nach, immer empfehlenswert professionelle Unterstützung zu haben. Zum einen hilft das Reisebüro dabei, die besten Flüge zu finden (z.B. günstigster und kürzester Flug, größtes Freigepäck etc.), zum anderen hat man auch immer einen kompetenten Ansprechpartner, falls man die Reise verschieben möchte/muss oder andere Probleme hat. Ich habe mit Hilfe des Reisebüros eine sehr gute Flugverbindung gefunden, die es mir auch ermöglicht hat, meinen Rückflug zu verschieben. Da ich von Anfang an nicht sicher war, wie lange ich nach meinem Praktikum noch durch Australien reisen möchte, war mir diese Flexibilität sehr wichtig. Aber auch wenn man, wie ich, nicht sicher ist, wie lange man bleiben möchte, sollte man Hin- und Rückflug zusammen buchen, da dies um einiges günstiger ist als beide Flüge einzeln zu buchen.

Ein weiter wichtiger Punkt ist auch die Auslandskrankenversicherung. Meine private Krankenversicherung in Deutschland beinhaltet insgesamt 6 Wochen im Ausland pro Jahr. Da mein Praktikum und die anschließend geplante Reise diese Zeitspanne überschritten hätten, musste ich eine zusätzliche Krankenversicherung fürs Ausland buchen. Ich habe mich hierbei auf Empfehlung einiger anderer für die HanseMercur entschieden. Diese deckt alle wichtigen Leistungen ab, die man im Notfall braucht. Die Auslandskrankenversicherung bei der HanseMercur wird tageweise abgerechnet, d.h. man muss den genauen Versicherungszeitraum angeben und kann diesen im Nachhinein nicht mehr verlängern. Man

sollte sich daher gut überlegen, wie lange man tatsächlich im Ausland bleiben möchte und im Zweifelsfall etwas großzügiger planen.

Die Wohnungssuche in Melbourne hat sich für mich glücklicherweise sehr einfach gestaltet. Die Australier sind allgemein ein sehr entspanntes und spontanes Volk, daher werden die meisten Zimmer recht kurzfristig angeboten und es macht wenig Sinn schon von Deutschland aus eine Wohnung zu suchen. Es kann aber nicht schaden, sich schon etwas umzusehen, um abschätzen zu können, wie viel Budget man für die Unterkunft einplanen sollte. Ich habe für die ersten beiden Wochen einen Homestay bei einer australischen Familie gebucht. Auf Websites wie homestay.com kann man sehr einfach eine kurz- oder auch längerfristige Unterkunft bei verifizierten Privatleuten finden. Diese beiden Wochen habe ich dann genutzt, um über flatmates.com.au eine Bleibe für den Rest meines Praktikums zu finden. Man sollte hier einfach möglichst viele Leute anschreiben und dabei etwas über sich selbst erzählen, ähnlich wie bei der Wohnungs-/WG-Suche in Deutschland. Ich hatte zunächst die Befürchtung, dass es schwierig sein wird, für so eine kurze Zeit ein Zimmer zu finden. Das war aber tatsächlich überhaupt kein Problem und innerhalb von wenigen Tagen habe ich ein Zimmer in einem kleinen Sharehouse direkt beim Monash Medical Centre (MMC), wo sich mein neues Labor befand, gefunden. Generell gibt es ein paar Punkte, die man bei der Zimmersuche in Australien beachten sollte. Mieten sind insgesamt etwas teurer als in Deutschland und werden i.d.R. pro Woche angegeben. Man sollte ein Zimmer nur mieten, wenn man davor bei einer Besichtigung war, auch in Australien sind leider einige Betrüger unterwegs, die Zimmer vermieten, die es gar nicht gibt. Im Central Business District (CBD) der größeren Städte werden häufig shared rooms angeboten, d.h. man teilt sich ein Zimmer mit mindestens einer anderen Person. Wer damit keine Probleme hat, kann tatsächlich recht günstig in einer sehr zentralen Lage unterkommen.

Nicht nur die Miete, sondern auch generell Lebenshaltungskosten in Australien sind höher als in Deutschland. Beim Einkaufen empfiehlt es sich, sogenannte ‚convenience stores‘, z.B. 7-eleven, zu meiden, da diese insgesamt teurer als Supermärkte sind. Typische Supermärkte sind Woolworths, Coles und auch ALDI, wobei Woolworths von allein drei am teuersten ist. Wer einen Fruits Market in der Nähe hat, sollte Obst und Gemüse unbedingt dort kaufen, da es dort billiger und oftmals auch tatsächlich besser ist als im Supermarkt.

Viele Australier fahren Auto, für mich hat der Public Transport aber absolut ausgereicht, um mich in und um Melbourne fortzubewegen. Um Bus, Zug oder Tram zu benutzen, braucht man eine Myki Card. Diese kostet \$6 (full fare) und kann mit beliebigen Beträgen an Automaten aufgeladen werden (Myki Balance). Wenn man in Bus oder Bahn einsteigt kauft man eine Fahrkarte per ‚touch on‘ and beim Aussteigen wird durch ‚touch off‘ automatisch der günstigste Tarif berechnet und von der Myki Balance abgezogen. Bei einer Fahrt mit der Tram ist der

touch off nicht nötig. Wer täglich unterwegs ist, kann sich auch einen Myki Pass kaufen für 7 Tage, 28 Tage oder einen definierten Zeitraum zwischen 28 und 365 Tagen und somit etwas Geld sparen. Dabei ist nur zu beachten, die richtige Zone (Zone 1+2 oder nur Zone 2) auszuwählen. Myki Pässe können ebenfalls am Automaten gekauft werden und werden, genau wie Myki Balance, auf der Myki Card gespeichert. Theoretisch kann man beides auch online erledigen, das geht allerdings nur mit einer australischen Kreditkarte. Falls beim Einsteigen in den Bus zu wenig Guthaben auf der Karte sein sollte, kann man diese auch mit Bargeld beim Busfahrer aufladen. Wer als Student an einer Universität in Melbourne eingeschrieben ist, kann auch eine Concession Myki Card bekommen. Diese kostet weniger und auch die einzelnen Fahrten und Myki Pässe sind günstiger. Um zum Flughafen zu kommen, empfehle ich den SkyBus. Dieser fährt zwischen den verschiedenen Flughäfen und einigen Stationen in und um Melbourne. Wer viel reist und häufig zum Flughafen und zurück fährt, kann sich in der SkyBus App ein 10er Ticket kaufen. Der SkyBus zwischen Melbourne Tullamarine Airport (MEL) und Southern Cross Station (befindet sich im Stadtzentrum) beispielsweise fährt 24h täglich ca. alle 15-20min.

Mein persönlicher Eindruck von den Australiern war durchweg positiv. Man stellt sehr schnell fest, dass die Australier ein sehr offenes und freundliches Volk sind. Im Labor war die Stimmung sehr entspannt und man hat sich immer mit Vornamen angesprochen, egal ob Praktikant oder Institutsleiter. Ich bin selbst, gerade in einer neuen Umgebung mit neuen Leuten, eher schüchtern, habe mich hier aber sofort sehr wohl und willkommen gefühlt.

In der Forschung variiert der Tagesablauf sehr, jeder Tag ist etwas anders. An einem normalen Wochentag habe ich zwischen 9 und 17 Uhr gearbeitet, oftmals konnte ich sogar früher Feierabend machen, manchmal wurde es auch später. Meine Arbeit bestand aus Experimenten im Labor, deren Vorbereitung, Dokumentation, Auswertung und regelmäßigen Präsentationen im Labor-internen Seminar. Gegen Mittag habe ich oft gemeinsam mit Kollegen in der Küche gegessen.

Freier Bericht mit Schwerpunkt auf der fachlichen Durchführung Ihres Vorhabens und Ihrer persönlichen Bewertung.

Mein Praktikum im Monash Medical Centre war kein Pflichtteil meines Studiums, weshalb ich auch keine besonderen Rahmenbedingungen oder Vorgaben hatte. Aus diesen Grund hatte ich auch keinen Ansprechpartner oder Betreuer an der Universität Freiburg. Meine Betreuung wurde ausschließlich von meiner Arbeitsgruppenleiterin in Melbourne übernommen. Mein Verhältnis zu den Kollegen war sehr gut. Generell gingen die Leute in der Arbeitsgruppe bzw. in der Abteilung sehr freundschaftlich miteinander um. Während meines Praktikums hatte ich selbst mehrere kleine Projekte und habe auch anderen bei ihren Projekten geholfen. Als Teil meiner Projekte habe ich verschiedene Trainings durchlaufen, die für meine experimentelle Arbeit nötig waren. Dazu gehörte das Training an verschiedenen Mikroskopen sowie die in vitro Kultivieren von Dünndarm-Organoiden.

Mein persönlicher Eindruck von den Forschungseinrichtungen im Monash Medical Centre war sehr gut. Auch wenn das ein oder andere Labor offensichtlich schon einige Jahre hinter sich hatte, war die Ausstattung grundsätzlich sehr modern und in gutem Zustand. Viele interessante Seminare und Vorträge ermöglichen es, andere Arbeitsgruppen und deren Forschung kennenzulernen.

Da ich mehrere Projekte gleichzeitig bearbeitet habe, habe ich in jedem Fall sehr vieles Neues lernen können. Im Hinblick auf meine Arbeitszeiten habe ich mich jedoch eher unterfordert gefühlt. Dies hängt aber vermutlich damit zusammen, dass ich gerade fünf Jahre intensives Studium inklusive einem Jahr sehr intensiver Forschungsarbeit hinter mir hatte und das Arbeitspensum in Melbourne im Vergleich dazu deutlich geringer war. Objektiv betrachtet war der Inhalt des Praktikums aber vollkommen angemessen.

Da ich bereits einen Masterabschluss und einiges an praktischer Laborerfahrung hatte, durfte ich sehr selbstständig arbeiten. Gleichzeitig stand mir aber auch immer ein kompetenter Ansprechpartner zur Verfügung. Zusätzlich zu meinen eigenen Projekten, hatte ich auch die Möglichkeit den anderen Labormitgliedern, und auch Wissenschaftlern aus anderen Arbeitsgruppen, bei deren Experimenten über die Schulter zu schauen und auch selbst mit anzupacken.

Der Aufenthalt war in jedem Fall sehr hilfreich für meine weitere akademische Karriere. Zum einen konnte ich so noch einmal mehr praktische Laborerfahrung sammeln bevor es für mich als Doktorandin ernst wird. Zum anderen war es eine tolle persönliche Erfahrung, die gewohnte Umgebung zu verlassen und Arbeit und Leben in einem fremden Land zu erleben. Außerdem konnte ich meine Englischkenntnisse, vor allem im Laborjargon, aber auch im alltäglichen Leben, noch verbessern.

Kritik und Empfehlung

Rückblickend betrachtet bin ich mehr als zufrieden mit meinem Auslandsaufenthalt. Sowohl das Praktikum als auch generell das Leben in Australien haben mir sehr viel Spaß gemacht und ich habe mich sehr wohl gefühlt. Ich würde das Praktikum genauso wieder machen und wahrscheinlich sogar deutlich verlängern. Als ich Deutschland verlassen habe, hätte ich es nicht erwartet, aber es fiel mir tatsächlich sehr schwer, Australien wieder zu verlassen. Aus persönlicher Sicht kann ich sagen, dass mich mein Auslandsaufenthalt ein ganzes Stück weitergebracht hat. Allein ans andere Ende der Welt zu fliegen, ohne genau zu wissen, was einen erwartet, war ganz klar ein schwerer Schritt. Aber all die tollen Erfahrungen und auch das Wissen, dass ich diese Herausforderung ganz alleine gemeistert habe, haben definitiv mein Selbstbewusstsein gestärkt und mir mit für den nächsten Schritt in meiner akademischen Karriere gegeben. Und ganz nüchtern betrachtet, ist jeder Auslandsaufenthalt natürlich ein großer Pluspunkt im Lebenslauf.

Der einzige negative Aspekt war ein sehr hoher bürokratischer Aufwand, der mit dem Praktikum am Monash Medical Centre verbunden war. Es hat einige Zeit gedauert und sehr viel Kommunikation mit der HR Abteilung erfordert, bis ich endlich als ‚visiting scientist‘ angenommen wurde. Dieser Aufwand war, meiner Meinung nach, unverhältnismäßig groß im Hinblick auf die kurze Dauer meines Praktikums. An dieser Stelle sollte aber auch erwähnt werden, dass sämtliche Mitarbeiter aus der HR Abteilung, mit denen ich im Kontakt stand, sehr hilfsbereit waren und auch immer schnell und ausführlich alle meine Fragen beantwortet haben.

Ob ein Forschungspraktikum gut wird, hängt natürlich immer auch sehr von der Arbeitsgruppe ab. Aber ganz allgemein, kann ich ein Forschungspraktikum am Monash Medical Centre in Melbourne sehr empfehlen.