

Erfahrungsbericht PROMOS-Stipendium

Praktikumsaufenthalt vom 23. Januar bis 23. April 2023 am Olivia-Newton John Cancer Research Institute in Melbourne, Australien.

Aktuell studiere ich im 4. Master-Semester Molekulare Medizin an der Universität Freiburg und innerhalb dieses Programms ist ein dreimonatiges Labor-Praktikum in einem Labor freier Wahl vorgesehen. Schon früh hatte ich mich entschlossen, dieses im Ausland zu verbringen. Am liebsten wollte ich nach Australien, da dort, besonders in Melbourne, sehr viel Forschung in den Life-Sciences stattfindet und ich besonders die Arbeit in einem englisch-sprachigen Land sehr wichtig für meine berufliche Zukunft einschätze. Auch persönlich wollte ich schon immer eine Zeit im Ausland verbringen, nicht zuletzt, um eine fundierte Entscheidung über einen möglichen PhD im Ausland treffen zu können.

Die Entscheidung für das ONJCRI in Melbourne fiel mir leicht, da bereits eine Kommilitonin aus einem höheren Semester ihr Praktikum dort verbracht hat und viel Gutes von den Kollegen und der Arbeitsatmosphäre berichtet hat. Zusätzlich gab es einen Vortrag von Dr. Ashleigh Poh, einer PostDoc aus dieser Arbeitsgruppe, bei einem International Day unseres Studienganges, bei dem ich mehr über das Forschungsthema lernen durfte und mich endgültig für das Cancer and Inflammation Laboratory entschied. Die Bewerbung war recht einfach, da Ashleigh am Ende ihres Vortrags ihre Mail Adresse nannte und uns ermunterte ihr jederzeit zu schreiben, wenn Interesse an einem Praktikum bestünde.

Nach der Zusage aus dem Labor circa ein Jahr vor dem Auslandsaufenthalt habe ich mich um mein Visum gekümmert. Ich entschied mich für das Working Holiday Visum für Australien, da dieses sehr leicht zu bekommen ist und ich es bisher noch nicht genutzt hatte. Den Hinflug habe ich ca. 3 Monate vor Beginn der Reise gebucht, was vermutlich etwas zu spät war und da ich zwischen Weihnachten und Neujahr fliegen wollte war der Flug mit 1100€ von Berlin nach Sydney über Singapur auch recht teuer. Was die Krankenversicherung anging wählte ich die Envivas, da ich sonst bei der TK versichert bin und das Angebot sinnvoll wirkte.

Die Wohnungssuche in Melbourne gestaltete sich recht schwierig. Beliebte Seiten sind hier ‚Flatmates.com.au‘, Facebook Marketplace bzw FairyFloss oder ‚gumtree.com.au‘ (die australische Version von ebay Kleinanzeigen). Mit Kosten von 250-350 \$ pro Woche ist zu rechnen und wirklich sinnvoll suchen konnte ich erst vor Ort, da man sehr leicht gescammt wird, wenn man die Wohnung nicht persönlich gesehen hat und meist aufgefordert wird ein holding deposit zu überweisen. Ich habe also nach meiner Ankunft in Melbourne ein paar Tage in einem AirBnB gewohnt und Wohnungen besichtigt, bis ich das passende gefunden hatte. Lebensunterhaltskosten sind abgesehen von der Miete nur etwas höher als in Deutschland, die öffentlichen Verkehrsmittel in Melbourne sind recht gut, besonders wenn man darauf achtet in der Nähe der Tram Linie zu wohnen mit der man direkt zur Arbeit fahren kann.

Melbourne ist eine wunderschöne Stadt, sehr divers und vielfältig, sowohl was die Menschen angeht als auch in Kultur und Kulinarik, sowie die Natur. Die Menschen sind unglaublich nett und hilfsbereit, sodass anfängliche Verwirrung oder Unsicherheiten schnell beseitigt werden und man sich sehr willkommen fühlt. Besonders das ONJ war hier unglaublich hilfreich und gab mir viele Tipps, sowohl vor als auch während meines Aufenthaltes dort. Die Kollegen sind freundlich und immer offen für Fragen, die Hierarchien sind flach und man bekommt die Chance alles zu lernen, was man möchte. Selbst wenn meine Betreuerin zum Beispiel eine gewisse Methode nicht selbst geplant hatte, musste ich nur nachfragen und sofort wurde jemand gefunden, der mir das Gewünschte beibringen konnte oder wir haben uns zusammen ein Experiment überlegt, das zur aktuellen Fragestellung passt und die gewünschte Methode enthält.

Ein typischer Wochentag begann für mich gewöhnlich um 7:30 Uhr mit dem Klingeln meines Weckers. Ich erreichte die ca. 10 Minuten zu Fuß von meiner Wohnung entfernte Tram Haltestelle kurz darauf und fuhr 20 Minuten mit der Bahn nach Heidelberg, dem Stadtteil in dem das ONJ liegt. Die Arbeit begann um 9 Uhr, allerdings war das sehr flexibel, je nachdem welche Experimente anstanden. Ich durfte sehr selbstbestimmt arbeiten und mir meine Aufgaben einteilen wie ich wollte, doch bei allen neuen Dingen war meine Betreuerin immer dabei, um mir zu erklären oder zu zeigen was ich noch nicht wusste. Mittag wurde gewöhnlich zusammen gemacht, ungefähr um 12 Uhr, allerdings mit unterschiedlicher Besetzung, da bei vielen oft Experimente dazwischenkamen. Dennoch war dies meist meine liebste Zeit, da es immer lustig zuging und man die Chance hatte die Kollegen auch persönlich kennen zu lernen oder alle Fragen über australische Gegebenheiten zu stellen, die einem einfielen. Die meisten Kollegen machten genau wie ich dann zwischen 16 und 18 Uhr Feierabend. Danach blieb noch viel Zeit für Einkäufe oder Sport, je nachdem, was gerade anstand.

Besonders lieb gewonnen habe ich meine Kolleg:innen, als eine Freundin und ich uns zusammen ein Auto kaufen wollten. Für uns beide eine große Aufgabe, da wir keine Ahnung von Autos haben und uns noch weniger im australischen Automarkt mit all seiner Bürokratie und seinen Besonderheiten auskannten. Doch wir mussten uns keine Sorgen machen. Mehrere Kolleginnen und ihre Partner zu Hause nahmen sich unser an und gemeinsam wurden die potenziellen Angebote über Tage begutachtet und bewertet, so dass wir am Ende eine fundierte Entscheidung treffen konnten und sogar einen sehr guten Deal gemacht haben.

Inhaltlich war mein Praktikum unglaublich interessant und lehrreich. Das ONJ ist ein großes Institut mit dem Schwerpunkt auf Krebsforschung im Allgemeinen. Es liegt direkt angeschlossen an das Austin Hospital in Heidelberg, was die enge Zusammenarbeit mit der Klinik ermöglicht. Meine Arbeitsgruppe betrachtet Entzündungsvorgänge im Zusammenhang mit Krebs und arbeitet eng zusammen mit Gruppen, die sich mit Krebs und dem Immunsystem, sowie Organoid-Forschung beschäftigen. Diese Interaktion wurde ständig gefördert und besonders auf die zwischenmenschliche Ebene gebracht. In der Praxis bedeutete das, dass die

allermeisten Kollegen unglaublich offen und freundlich waren, jederzeit bereit sich von Fragen löchern zu lassen und auch kurzfristigen Praktikanten wie mir gerne einen Einblick in ihre Forschung gewährt haben. Durch viele Vorträge innerhalb meiner eigenen Gruppe, sowie zwischen den verschiedenen Gruppen gab es hierzu mehr als genug Gelegenheit.

Ich persönlich hatte zunächst Kontakt zu Dr. Ashleigh Poh, doch als sich zeigte, dass ihre Experimente in meiner Zeit am Institut für mich als Praktikantin weniger interessant sein würden arbeitete ich stattdessen mit Dr. Annalisa Carli zusammen, deren Forschung sich um das gleiche Enzym dreht. Mit ihr hatte ich die Gelegenheit viel zu lernen über Proteomics und allgemein das Aufreinigen von Proteinen, ein methodischer Bereich, der komplett neu für mich war. Zusätzlich unterstützte ich sie in der Zellkultur und arbeitete etwas mit Bakterien und dem Klonieren von Vektoren, worin ich bereits Erfahrung mitbrachte. Zu guter Letzt arbeitete ich noch zusammen mit der Research Assistant Megan O'Brien, bei der ich lernte wie die Überwachung von Versuchstieren, in unserem Fall Mäusen, funktioniert und was dabei beachtet werden muss. Für mich war diese Breite an Aufgaben perfekt, da sich ein gutes Gleichgewicht zwischen Bekanntem und Neuem einstellte, so dass ich viele Freiheiten in meiner Tagesplanung hatte aber gleichzeitig auch viele neue Methoden lernen durfte.

Dementsprechend war ich sehr zufrieden mit den Anforderungen, die an mich gestellt wurden. Wie in jedem neuen Job gab es natürlich Momente, die mich überforderten, doch besonders durch die gute Kommunikation mit meiner Betreuerin konnten diese jedes Mal schnell aufgelöst werden und ich habe hauptsächlich sehr viel dazu gelernt. Mir hat an diesem Praktikum gut gefallen, dass der Schwerpunkt hauptsächlich auf dem Kennenlernen des neuen Labors und dem Erlernen neuer Methoden lag und weniger auf dem Erzielen von Ergebnissen. So hatte ich wesentlich weniger Stress als erwartet und konnte viel mehr nach meinem eigenen Interesse handeln als ich es bisher aus meinen Laborerfahrungen gewohnt war.

Die für mich wichtigste Erfahrung war schlussendlich, dass ich mich inzwischen gut auf meine eigenen Fähigkeiten im Labor verlassen kann. Ich hatte große Sorgen, dass das Arbeiten im Ausland sich gravierend von meiner bisherigen Erfahrung unterscheidet und ich damit überfordert sein würde. Doch die meisten Dinge, die ich in Deutschland gelernt hatte, konnten direkt in das neue Labor übertragen werden. Viele Kollegen und ich selbst waren überrascht, wie viel Eigenverantwortung ich übernehmen konnte. Diese Erkenntnis wird mir denke ich sowohl für meine anstehende Master-Arbeit als auch für einen möglichen PhD im Ausland danach extrem weiterhelfen.

Und was gerade hauptsächlich auf das Labor bezogen war, gilt auch für meine Sprachkenntnisse. Da ich nie längere Zeit im Ausland verbracht habe, war ich nicht sicher, ob das Englisch ein Problem sein würde. Doch nach einer kurzen Eingewöhnungsphase hatte ich mich schnell auch an den australischen Akzent gewöhnt und habe denke ich in meinen 3 Monaten meine Englisch Kenntnisse verfeinert und mein Selbstbewusstsein beim Sprechen deutlich verbessert.

Abschließend kann ich sagen, dass ich das große Glück hatte aus meinem Auslandsaufenthalt genau das mitzunehmen, was ich mir erhofft habe. Ich habe gelernt mich auf mich selbst zu verlassen und meinen Fähigkeiten auch unabhängig vom heimischen Sicherheitsnetz zu vertrauen. Ich durfte wundervolle Menschen kennenlernen, mit denen ich hoffentlich sowohl beruflich als auch privat noch lange in Kontakt stehen werde. Ich konnte viele neue und aufregende Methoden im Labor kennenlernen und habe mich auch inhaltlich tief in ein neues wissenschaftliches Thema einarbeiten können, welches mich vermutlich nicht so schnell loslassen wird.

Wenn ich also gefragt werde, ob ich Australien, Melbourne und das ONJ für einen Auslandsaufenthalt weiterempfehlen kann, dann ist die Antwort ein lautes JA! Nicht nur bei der Arbeit, auch im täglichen Leben sind die Australier:innen unfassbar freundlich und hilfsbereit. Eine solche Freundlichkeit und eine solches Interesse an Fremden bin ich aus Deutschland bei weitem nicht gewohnt und es wird sehr schwer werden, von jetzt an ohne diesen Luxus zu leben.

Der einzige Punkt, den ich im Nachhinein ändern würde sind die vielen Sorgen, die ich mir gemacht habe. Ich habe extrem früh mit der Planung angefangen und auch zB bei der Wohnungssuche sehr viel Zeit und Nerven verloren, was vermutlich nicht nötig gewesen wäre. Es ist immer gut vorbereitet zu sein, aber ich habe deutlich unterschätzt, wie zuvorkommend und hilfsbereit die meisten Australier:innen sind, sodass viele Dinge hier auch einfach ohne großen Aufwand funktionieren, solange man freundlich ist und seinen Mitmenschen vertraut.