

Erfahrungsbericht: Praktikum in Nijmegen

Mir war seit Beginn meines Masters klar, dass ich zumindest für einige Zeit ins Ausland gehen möchte. Ich fand, dass dies gerade im Master relativ problemlos möglich ist, da beide Projektstudien zusammengelegt und im Ausland gemacht werden können. Ich kann jedoch nur anraten, das Praktikum nicht nur für drei Monate zu machen, sondern zu verlängern. Zwölf Wochen sind meiner Meinung nach viel zu kurz für einen Auslandsaufenthalt: wenn man seine Koffer gerade ausgepackt hat, muss man auch schon wieder abreisen. So bekommt man nichts mit von Land und Leuten und auch aus einer rein fachlichen Perspektive gesehen sind drei Monate zu kurz, um ein anständiges Projekt im Labor durchführen zu können. Zusätzlich könnte es schwierig werden, für so kurze Zeit eine Praktikumsstelle in den Niederlanden zu bekommen. Niederländische Praktika sind immer auf sechs Monate ausgelegt und die meisten suchen auch jemanden für ungefähr diesen Zeitraum. Doch Vorsicht: der Teufel sitzt wie immer im Detail! Bafög zahlt oft nur für den verpflichteten Zeitraum. Wer davon abhängig ist: frühzeitig erkundigen! Da neben den Projektstudien auch noch Wahlpflichtfächer auf dem Stundenplan stehen, kann ich nur empfehlen, diese ins erste Jahr vorzuziehen. Dann kann man befreit ins Ausland gehen und muss nicht noch nach der Rückkehr während der Masterarbeit Vorlesungen besuchen. Ich fand dies auch vom Arbeitsaufwand und der zeitlichen Organisation kaum ein Problem.

Ursprünglich hatte ich einen Auslandsaufenthalt von 5 Monaten geplant, habe diesen dann aber auf ein Jahr verlängert (also noch die Masterarbeit in Nijmegen geschrieben), weil es mir hier so gut gefiel. ERASMUS-Förderung beantragen war bei mir kein Problem, auch die nötigen Formalitäten waren schnell erledigt (die ERASMUS-Koordinatorin in Nijmegen ist unglaublich hilfsbereit). Da ich ein Praktikum absolviert habe, musste ich mich zusätzlich bei einer Arbeitsgruppe an der Uni bewerben. Ich hatte Glück und wurde von der ersten Arbeitsgruppe direkt angenommen. Jedoch kann ich nur empfehlen, sich frühzeitig zu bewerben (minimal ein halbes Jahr), denn die Arbeitsgruppen an der Universität sind begrenzt. Und, hat man es geschafft und wurde für ein Gespräch eingeladen, gut auf dieses vorbereiten!

Ich habe mich in meiner Arbeitsgruppe von Anfang an unheimlich wohl gefühlt. In den Niederlanden sind Hierarchien kaum vorhanden, was das Arbeiten, wie ich finde, sehr viel angenehmer macht. Ein Professor schwebt nicht wie ein Halbgott über allem, man agiert viel mehr auf Augenhöhe und ist sofort per du. Ein eindeutiger Pluspunkt für unser Nachbarland. Ich persönlich hatte jedoch anfängliche Schwierigkeiten mit der niederländischen Trennung von Arbeit und Freizeit. In den Niederlanden wird generell sehr auf einen gesunden Lebensstil geachtet. Dazu gehört auch eine ausgeglichene Life-Work-Balance. Anders als in deutschen Laboren (zumindest in denen ich gearbeitet habe) würde keiner auf die Idee kommen zu verlangen, dass man bis abends lange arbeitet (und die wenigsten würden auf die Idee kommen, dies zu tun). Wer um fünf nach Hause gehen möchte, wird auf keinen Fall schief angeguckt. Dies klingt wie ein Vorteil, kann allerdings die eigene Motivation auch ein wenig in Mitleidenschaft ziehen (hat also, wie alles im Leben, Vor- und Nachteile). Allerdings heißt eine ausgeglichene Life-Work-Balance auch, dass Arbeit und Freizeit relativ strikt getrennt werden. Engere Beziehungen zu Kollegen sind eher schwierig (ohne dass das heißen muss, dass man seine Kollegen nicht trotzdem sehr gerne mögen kann), und -abhängig von der Gruppe- kann es auch bedeuten, dass man mehr oder weniger nebeneinander her arbeitet. Für ERASMUS-Praktikanten, die im Normalfall eher kaum soziale Kontakte außerhalb des Labors haben und keine Vorlesungen, um welche aufzubauen, kann das, zumindest am Anfang, schwierig sein. Aus meiner eigenen Erfahrung kann ich dann nur empfehlen, dies mit ein bisschen Engagement und Kreativität einfach zu ändern. Alle zum gemeinsamen Mittagessen ermuntern (es ist nicht ungewöhnlich, dass jeder zu Mittag isst, wann er Zeit hat), Kuchenbackwettbewerbe, zusammen abends in die Kneipe gehen; der Kreativität sind keine Grenzen gesetzt. Man muss Menschen nur manchmal ein bisschen aus der Reserve locken und dann kann man eine Arbeitsatmosphäre schaffen, die das Wort „Teamwork“ verdient.

Tatsächliche Freundschaften mit Kollegen sind dahingegen praktisch ausgeschlossen. Man sollte sich jedoch im klaren darüber sein, dass soziale Beziehungen aufbauen ohne Vorlesungen als

„sozialen Mixer“ nie einfach ist und das nicht gegen die Niederlande sprechen sollte! Mein Tipp: Kontakte über Freizeitaktivitäten suchen. Das Angebot in Nijmegen ist vielfältig.

Auch wenn fast alle Niederländer grundsätzlich gut Englisch sprechen, kann ich nur empfehlen, Niederländisch zu lernen. Um sich zu integrieren. Um Zugang zur wunderbaren niederländischen Kultur zu bekommen. Um als kultureller Botschafter einen guten Eindruck zu vermitteln. Weil nicht jede Supermarktkassiererin glücklich ist, zum Englisch-sprechen gezwungen zu werden und es eine Frage der Höflichkeit ist, es zumindest auf Niederländisch zu versuchen. Weil Niederländer stolz auf ihre Kultur sind, zu der man ohne Sprachkenntnisse nur schwer Zugang bekommt. Weil Niederländer ganz oft (ohne böse Absichten) vergessen, dass nicht jeder ihre Sprache spricht und man dann oftmals einfach aufgeschmissen ist (kein Scherz). Deswegen lautet meine Empfehlung: sich selbst dazu zwingen, ausschließlich Niederländisch zu sprechen und nicht der Versuchung nachzugeben, doch ins Englische zu wechseln, weil es in dem Moment so viel einfacher ist. Das ist zwar grundsätzlich nicht einfach, aber der schnellste Weg, sich eine Sprache anzueignen. Und zum Glück ist Niederländisch gerade für deutsche Muttersprachler nicht wirklich schwierig. Zudem wird in Hamburg auch ein Niederländischkurs zur Vorbereitung angeboten, der hat mir persönlich sehr geholfen. Aber man muss es wollen und ein bisschen konsequent durchziehen. Und dann wird jeder merken, dass einem schon der Versuch, Niederländisch zu sprechen, Herzen und Türen öffnen wird!

Die Lebenshaltungskosten für Essen / Trinken/ Freizeit in den Niederlanden sind grundsätzlich etwas höher als in Deutschland, aber noch im bezahlbaren Rahmen. Da das Land allerdings dicht bevölkert ist und die Wohnungsnot relativ hoch, sollte man sich auf höhere Mieten einstellen (Nijmegen ist zudem leider eine der teuersten Städte des Landes). Ich habe es geschafft, eine günstige Unterkunft zu bekommen, es ist also nicht unmöglich (wenn man bereit ist Kompromisse hinsichtlich Größe und Komfort zu machen). Die Wohnungssuche hatte sich bei mir relativ schwierig gestaltet und von der sshn (ist für die Studentenwohnheime in Nijmegen zuständig) war ich recht enttäuscht, weil sie kaum bereit waren, zu helfen oder konkrete Aussagen zu treffen. Ich hatte mich für die Studentenwohnheime beworben, wurde allerdings nicht angenommen (und die Absagen dafür werden nicht bis sehr spät erteilt). Es stehen, soweit ich weiß, auch keine Zimmer für kürzere Aufenthalte zur Verfügung und ausländische Studenten müssen höhere Mieten zahlen als Niederländer, was das Angebot fast schon wieder unattraktiv macht. Ich habe mein Zimmer dann über ein soziales Netzwerk gefunden und bin in einer niederländischen WG untergekommen. Was ohnehin auch viel besser für den Integrationsprozess ist!

Und nicht zu vergessen: ein Fahrrad ist Pflicht (kein Klischee, ein Fakt). Ohne ist man aufgeschmissen, daher sollte der Fahrradkauf das erste sein, was man, auf der anderen Seite der Grenze angekommen, macht. Es gibt sie auch günstig gebraucht im Internet oder über soziale Netzwerke zu kaufen.

Ich kann jedem nur raten, sich für einen Aufenthalt im Ausland zu entscheiden. Die Niederlande und Nijmegen kann ich dabei nur empfehlen. Ich liebe die niederländische Offenheit und Freundlichkeit (kennt ihre Grenzen nur beim Fußball) und habe mich hier immer wohl gefühlt. Man sollte sich jedoch dabei bewusst sein, dass ein Aufenthalt im Ausland, der keinen Besuch von Vorlesungen o.Ä. einschließt, in den Niederlanden wie in jedem anderen Land schwierig sein kann, zumindest hinsichtlich des Aufbaus von sozialen Kontakten. Aber man sollte sich von diesen Hindernissen auf keinen Fall abschrecken lassen, es ist einfach ein bisschen Mut und Eigeninitiative gefragt. Mir hat mein Auslandspraktikum in jeder Hinsicht viel gebracht: sowohl fachlich als auch persönlich; im Umgang mit einer anderen, aber auch mit meiner eigenen Kultur. Darum sage ich: Veel plezier en succes in Nederlands.