**Master Molecular Biosciences – Major Neurosciences**

**Praktikumsort: Ann Romney Center for Neurologic Diseases, Harvard Medical School & Brigham and Women’s Hospital**

**Boston (USA)**

Ich habe im 3. Semester meines Masters ein 6-monatiges Praktikum in Boston, am Center for Neurologic Diseases der Harvard Medical School und des Brigham and Women’s Hospital, absolviert und möchte hier gern meine Erfahrungen und Eindrücke schildern.

**Vorbereitung**

Bevor es losgehen konnte, gab es natürlich viel zu tun. Ich habe mit der Suche nach einem Praktikumsplatz ca. 7 Monate vor Start begonnen, indem ich einfach nach für mich interessanten Laboren an verschiedenen Universitäten geschaut und den jeweiligen Gruppenleitern eine E-Mail mit einem kurzen Statement, meinem Lebenslauf und einem Empfehlungsschreiben geschickt habe. Ich kann nur empfehlen, nicht viel später zu beginnen, wenn man es wie ich mit solchen Initiativbewerbungen versucht, da es bei mir dann mehr als 3 Monate gedauert hat, bis ich tatsächlich eine Stelle gefunden hatte. Zum einen, da viele Leute gar nicht oder erst nach einigen Wochen geantwortet haben, zum anderen, da nach dem anfänglichen Interesse seitens der Gruppenleiter noch weitere Empfehlungsschreiben und Skypegespräche nötig waren, bevor ich eine endgültige Zusage bekommen habe.

Sobald man diese Zusage hat, geht die Jagd nach dem Visum los. In meinem Falle war das zum Glück sehr einfach und stressfrei, da die Harvard Medical School mit verschiedenen Krankenhäusern zusammenarbeitet, die Studentenvisa beantragen können. Natürlich gilt es trotzdem eine Unmenge an Formularen auszufüllen und man ist sehr auf die Mitarbeit der Personalbeauftragten auf der anderen Seite angewiesen, was in meinem Fall wunderbar funktioniert hat (das ist aber leider nicht selbstverständlich, wie Freunde von mir erfahren mussten). So wurde mir auch direkt gesagt, welches Visum für mich am besten wäre (J1-Visa, Schort-term Scholar) und wie ich mich dafür bewerben kann. Das meiste kann man einfach online ausfüllen, was das Ganze wesentlich vereinfacht und verkürzt. Daher konnte ich bereits nach ca. 2 Monaten zum US-Konsulat in Frankfurt gehen zum „Interview“, welches aus 3 kurzen Fragen bestand (Wo geht es hin? Wann und wie lang? Was machen Sie da?) und kaum die Anreise und das Warten wert war. Eine Woche später war das Visum auch da und damit ein wichtiger Schritt geschafft. Zu erwähnen ist noch, dass man während des ganzen Prozesses zwei verschiedene Gebühren bezahlen muss, welche ca. 150 € und 180 € umfassen. Das Visum an sich hat in meinem Fall glücklicherweise Harvard bezahlt, ansonsten wären noch einmal rund 1000 € fällig geworden.

Der nächste Schritt war dann das Finden einer Unterkunft. Als erster Anlaufpunkt wurde mir craigslist.com empfohlen, allerdings habe ich da von niemandem auch nur eine Antwort bekommen, all meine (zahlreichen) Anfragen wurden einfach ignoriert. Daher habe ich dann selbst ein Gesuch geschrieben, woraufhin sich direkt 5 Leute bei mir meldeten, um mir ein Zimmer anzubieten. Ich kann also nur empfehlen, einen kurzen aber informativen Text über euch zu schreiben (wer ihr seid, warum ihr ein Zimmer sucht und was ihr erwartet/wie viel ihr zahlen würdet) und die Leute euch aussuchen zu lassen. Alternativen sind verschiedene „homestay“-Seiten oder auch Schwarze Bretter der Universitäten, oder auch AirBnB. Generell ist Boston eine der teuersten Städte in den USA, sodass man selbst für das kleinste Zimmer leicht 500$/Monat bezahlt. Wer etwas Schöneres/besser gelegenes möchte, kann schnell 1000$ oder mehr zahlen (immer noch nur für einen Raum). Daher müsst ihr auch, um überhaupt ein Visum beantragen zu können, eine gewisse Menge Geld nachweisen, die ihr zur Verfügung habt (2500$/Monat Aufenthalt). Das kann z.B. euer Erspartes sein, das eurer Familienangehörigen, Stipendien, oder natürlich euer Gehalt, wenn ihr etwas bekommt. Zur Unterkunft allgemein würde ich persönlich empfehlen, entweder bei einer Familie zu Hause zu wohnen, oder eine WG mit anderen Studenten zu suchen, einfach um besser und schneller in die Kultur eintauchen zu können und „Einheimische“ einfacher kennen zu lernen, mit denen man Dinge unternehmen kann und die einem auch mal weiterhelfen können.

**Endlich da!**

Nachdem der Flug gebucht war, konnte es dann auch endlich losgehen. Ich kam spät abends in Boston an und stand dann noch ca. 90 min an der Einreisekontrolle, bevor ich meine erste Erfahrung mit der U-Bahn (die „T“) machte. Ich war allerdings aufgrund der Zeitverschiebung zu müde, um noch irgendwelche Eindrücke aufzunehmen. Meine Unterkunft bestand aus einem geräumigen Zimmer in einem Einfamilienhaus, das außer mir nur noch eine ältere Dame bewohnte. Es war eine ruhige und eine der sichersten Gegenden (Brookline), sodass ich auch nie Bedenken hatte, nachts allein nach Hause zu gehen. Aber auch im Rest von Boston oder auch in der U-Bahn hatte ich nie ein unangenehmes Gefühl.

Allgemein heißt es, dass Neuengland, wie der nordöstliche Teil der USA genannt wird, noch recht europäisch ist, was ich bestätigen kann. Boston fühlt sich nicht wie eine stereotypische amerikanische Großstadt an, dafür muss man in das (mit dem Bus) ca. 4h entfernte New York fahren. Es gibt natürlich auch eine Menge Hochhäuser, besonders in Downtown, aber auch große Freiflächen und auch insgesamt ist die Stadt und besonders die Vororte mehr in die Breite als in die Höhe gewachsen. So wohnen in Boston gerade einmal ca. 650.000 Menschen, während es in der Metropolregion ca. 3,4 Millionen sind. Der wohl bekannteste „Vorort“ ist die Stadt Cambridge, getrennt von Boston durch den Charles River, in der sich mit Harvard und dem MIT zwei der besten Universitäten der Welt befinden und fast jede Biotechnologie/Pharmafirma der Welt eine Niederlassung hat. Allgemein ist Boston eine sehr wissenschaftlich geprägte Stadt, so gibt es insgesamt 55 Colleges mit ca. 250.000 Studenten, eine boomende Startup-Branche und eine Vielzahl von Großunternehmen.

Insgesamt erscheint die Stadt dennoch nicht allzu groß und lässt sich tatsächlich auch gut zu Fuß erkunden. Es gibt zum Beispiel den Freedom Trail, welcher alle wichtigen Sehenswürdigkeiten, die mit dem Beginn des Unabhängigkeitskrieges in Zusammenhang stehen, verbindet. Neben den geschichtlichen Sachen gibt es auch zahlreiche sehenswerte Museen, wie das Museum of Science oder Museum of Fine Arts. Und wer nicht zu Fuß gehen möchte, kann natürlich auch die „T“ nehmen, die Bostoner U-Bahn, oder einen der zahlreichen Busse, denn im Gegensatz zu Städten an der Westküste der USA ist das Nahverkehrsnetz sehr gut ausgebaut und auch gut bezahlbar.

**Forschung**

Ich arbeitet in einer recht kleinen Arbeitsgruppe, die außer mir nur noch aus 3 Postdocs und dem Gruppenleiter bestand. Ich wurde sehr herzlich empfangen und erst einmal ausgiebig eingearbeitet. Dabei war das Problem, dass ich zuerst an verschiedenen Orientierungskursen und Onlinetrainings teilnehmen musste, bevor ich irgendetwas im Labor berühren durfte. Da es da dann ein paar Komplikationen gab, konnte ich die ersten beiden Wochen erstmal nur zuschauen. Dann ging es aber umso schneller los und bald darauf hatte ich mein eigenes kleines Projekt, über das ich dann 1x wöchentlich mit meinem Betreuer und dem Gruppenleiter gesprochen habe und das ich am Ende auch gut abschließen konnte. Mein Projekt beschäftigte sich mit grundlegenden Eigenschaften von Parkin, einem Protein, dessen Mutationen Morbus Parkinson auslösen können. Ich habe untersucht, unter welchen Umständen sich dieses Protein in verschiedenen Zellen (HeLa-Zellen, induzierte pluripotente Stammzellen und daraus differenzierten Neuronen) aktivieren lässt und welchen Einfluss dies auf das Überleben der Zellen hat. Allgemein gab es in dem Institut (Center for Neurologic Diseases) viele Gruppen, die sich mit Morbus Parkinson, Alzheimer, ALS, MS und anderen neurologischen Krankheiten beschäftigten.

Insgesamt war es ein sehr angenehmes Arbeitsklima, keine Konkurrenzkämpfe, sondern man hat sich gegenseitig ausgeholfen wo es ging und auch nach der Arbeit ab und zu miteinander etwas gemacht. Außerdem gab es freitagnachmittags immer „Social Hours“, bei denen es kostenlos Essen und Getränke gab und man mit den anderen entspannt ins Gespräch kommen konnte, was eine sehr gute Sache ist, die ich so aus Deutschland noch nicht kannte. Während meiner Zeit in Boston gab es außerdem 2 Ausflüge, einen Skitrip, gemeinsames Plätzchenbacken in der Weihnachtszeit... Die Arbeitsgruppen waren außerdem sehr international und bunt gemischt, sodass man auch Leute aus allen Ecken der Welt kennenlernen konnte.

Über die Harvard Universität und das Krankenhaus kann man außerdem auch an einer Vielzahl von Seminaren, Workshops und Vorträgen teilnehmen, und bekommt auch Rabatte für z.B. Kinotickets, Tickets für Museen und Sportveranstaltungen, den öffentlichen Nahverkehr und vieles mehr.

**Freizeit**

In der Freizeit habe ich zum einen natürlich die Stadt erkundet, die alles bietet, was man sich so vorstellen kann an Kultur-, Sport- und sonstigen Freizeitangeboten. Außerdem habe ich noch eine Menge Ausflüge mit Freunden unternommen, beispielsweise zu den Niagarafällen und nach Toronto, nach Montreal, nach Portland (Maine) und zum White Mountains National Park, nach Cape Cod, New York und vieles mehr. Insbesondere im Sommer und Herbst ist immer etwas los und die Landschaften wunderschön anzusehen. Außerdem sind Inlandsflüge in den USA in der Regel sehr günstig, sodass man auch weitere Strecken gut zurücklegen kann, ich war z.B. noch eine Woche in San Diego ganz im Südwesten der USA, was wiederum eine ganz andere Erfahrung in Bezug auf die Menschen und die Lebensweise ist und einem nochmal deutlich macht, wie groß und divers dieses Land eigentlich ist.

Insgesamt kann ich also, wie alle, die ich kenne, so einen Aufenthalt nur empfehlen. Sei es, um die Sprache besser zu lernen, die Kultur und die Leute kennenzulernen, bestimmte Techniken im Labor zu lernen, oder Kontakte zu knüpfen, es ist auf jeden Fall ein tolles Erlebnis und eine bleibende Erinnerung und Erfahrung!