

Promos Erfahrungsbericht

MLS, 3. Mastersemester, Universität zu Lübeck

Immune Disease Institute, später Program in Cellular and Molecular Medicine

Harvard Medical School, Boston, MA, USA

04.09.2012 – 30.11.2012

Vorbereitung:

Ich habe mich zuallererst gefragt, warum ich wo hin möchte. Dabei haben hauptsächlich die zu erwartende Lebensqualität (Ort, Kultur, Umgebung) und der Ruf der Universität interessiert, weshalb meine Wahl auf die Harvard Medical School fiel. Dann habe ich mir auf der Homepage der Universität die Texte zu den einzelnen Laboren durchgelesen und mich bei solchen beworben, die meinen Interessen entsprachen bzw. wo ich die angewandte Methodik (Publikationen lesen!) ansprechend fand. Die eigentliche Bewerbung bestand dann aus einem etwa einseitigen Motivationsschreiben (wer bin ich, warum will ich in das Labor, was kann ich, ...) und einem angefügten Lebenslauf. Ich hatte das Glück, dass ich bei etwa 30 Bewerbungen eine Zusage eines der für mich am interessantesten klingenden Labore bekommen habe. Es sollte aber grundsätzlich nicht verwundern, wenn man keine Antwort von den Professoren erhält, so erhält mein Prof. z.B. jede Woche etwa 10 Bewerbungen, da ist zum einen die Wahrscheinlichkeit gering, dass man genommen wird und zum anderen ist es leider auf üblich, dass man nicht unbedingt auf Bewerbungen antwortet (eventuell einfach noch mal schicken, falls man nichts hört). Hierbei möchte ich aber anführen, dass meine B.Sc.-Noten keineswegs überragend sind (2,3) und ich auch keine außergewöhnlichen außeruniversitären Praktika/Fähigkeiten/Talente aufweisen konnte, es ist also nicht unmöglich, als normaler Student genommen zu werden.

Die Beantragung des J1-Visums ist zeitaufwendig (kann 2 Monate und länger dauern) und muss von der Gastuniversität initiiert werden. Dabei dreht sich alles um das Formular DS20-19, welches den Status des Gastes festlegt. Zur Ausstellung des DS20-19 benötigt man eine Auslandskrankenversicherung, die einige US-Standards erfüllen muss, ggfs. fordert die Gastuniversität auch einen Nachweis dieser Leistungen, das kann teilweise Probleme machen, also frühzeitig solch ein Schreiben anfordern! Sobald man das DS20-19 per Post erhalten hat, kann man online auf der Konsulats-Homepage eine Reihe von anderen Formularen ausfüllen (einige Stunden einplanen!). Ist all dies geschafft, kann man einen Termin beim Konsulat beantragen (auch hier Vorlaufzeit einplanen, im Sommer sind sie teilweise stark ausgelastet), wo man dann meist problemlos sein Visum erhält (es werden dort auch keine unmenschlichen Fragen in Verhör-Atmosphäre gestellt, das ist nur Panikmache einiger Studenten).

Etwa 4 Wochen vor Abflug habe ich bei craigslist und anderen Seiten begonnen, nach Wohnungen zu suchen. Auch hier muss man eine hohe Frustrationsschwelle besitzen (wir sind ja alle Naturwissenschaftler...), denn man bekommt häufig keine Antwort. Das liegt speziell bei Boston daran, dass jeden September etwa 70000 neue Studenten in die Stadt kommen, die alle eine Wohnung suchen. Und da man selbst ja wahrscheinlich nur für 3 – 6 Monate in der Stadt ist und Zimmer normalerweise nur für ein Jahr vermietet werden (one year lease), fällt man bei vielen Anbietern durchs Raster. Dennoch werden täglich sehr viele neue Angebote hochgeladen, hier muss man einfach Ausdauer mitbringen und viele Leute ansprechen. Grundsätzlich ist die Wahl des Stadtteils relativ wichtig, da man sonst a) sehr lange pendeln muss, und das ist mit dem Bostoner Nahverkehr kein Vergnügen und b) die Kriminalität in den Städten häufig auf einige Straßenzüge/Stadtteile fokussiert ist, die man wenn möglich vermeiden sollte. Zu meiden sind daher viele südliche und südöstliche Stadtteile wie Mattapan, Teile von Dorchester und das South End.

Allgemeines zum Leben in Boston:

Die Einreise am Bostoner Flughafen war zwar zeitaufwendig, aber grundsätzlich sehr entspannt. Auch hier sind die Horrorstories von abgewiesenen Studenten völlig überzogen. Solange man eine Kontaktperson am Praktikumsort und eine (zumindest vorläufige) Adresse aufweisen kann, machen die Zollbeamten keine Probleme.

Das Wetter in Boston ist im Sommer deutlich wärmer als in Norddeutschland und zieht sich bis Ende September und auch anschließend sucht man das norddeutsche Schietwetter vergeblich. Daher lohnt sich also ein Fahrradkauf meist (→ craigslist), da es relativ selten regnet und erst Mitte November gelegentlich mal an den Gefrierpunkt kommt. Allerdings wird es im Januar/Februar häufig schneien. Grundsätzlich ist das Klima aber sehr angenehm und im September/Oktober mit einem wirklich schönen Altweibersommer in Deutschland vergleichbar.

Die Lebenshaltungskosten in Boston sind deutlich teurer als in Lübeck. Ein Zimmer für 600 - 1000\$ ist absolut normal, es geht auch deutlich teurer (ich habe für 750\$ in Brookline bei einer Familie gewohnt und habe mich dort sehr wohl gefühlt). Lebensmittel sind meist erheblich teurer (gerne das doppelte), hier ist auch die Wahl des Supermarktes entscheidend (Trader Joes / Market Basket sind zu empfehlen, aber immer noch 100% teurer als in Deutschland). Das gleiche gilt für Bars, dort beginnen Biere bei etwa 6\$ und ein Burger/ eine Pizza (=vollwertige Mahlzeit mit Beilagen) kostet etwa 10\$, natürlich immer plus 15 – 20% Trinkgeld! Einzig wirklich günstiger ist Kleidung und Elektronik, hier kann sich der Besuch einer Outlet-Mall lohnen. Diese liegen um Boston herum (meist etwa 30 – 60 min mit einem (meist günstigen) Mietwagen) an Highways und sind einen Besuch wert. Hierbei muss aber bedacht werden, dass offiziell nur Waren bis 430€ steuerfrei in die EU eingeführt werden dürfen, wobei die Kontrollen am Flughafen wirklich selten und stichprobenartig erfolgen.

Praktikum:

Ich habe im Labor von Prof. Carroll gearbeitet und wurde von einem holländischen Ph.D.-Studenten betreut. Die Arbeitszeiten sind im Allgemeinen länger als in Deutschland, von 08.45h bis 18.30h ist relativ normal. Auch am Wochenende musste ich gelegentlich für einige Stunden ins Labor. Mein Labor gehört dem Immune Disease Institute an (ein Harvard Medical School affiliate) und wurde später vom Boston Childrens Hospital übernommen und wurde dann Teil des Program in Molecular and Cellular Medicine (PCMM).

Mein Projekt lehnte sich an das meines Betreuers an, er hat mich in allen Bereichen unterstützt und hat mir alle Geräte/Methoden gezeigt. Grundsätzlich wird aber relativ selbstständig gearbeitet und nach einigen Übungen sollte man in der Lage sein, die Versuche selbstständig durchzuführen. Man bekommt zu allen wichtigen Geräten (falls für die eigene Forschung relevant) eine ausführliche Einführung und hat grundsätzlich im Vergleich zu deutschen Laboren einfachen Zugriff auf viele sehr moderne und teure Geräte, auch Antikörper oder Nukleinsäuren für mehrere 100\$ werden meist relativ unkompliziert bestellt, ganz im Gegensatz zu meist nicht so großzügigen deutschen Laboren. Insgesamt sitzt das Geld einfach lockerer und man hat mehr Mittel für die Forschung zur Verfügung als ich es aus Deutschland kenne.

Neben dem normalen Laboralltag bietet die Harvard Medical School ein geradezu überwältigendes Begleitprogramm. So kann man fast täglich hochkarätige Seminare besuchen, wo sehr renommierte Wissenschaftler aus vielen Fachbereichen sehr aktuelle Forschung vorstellen. Außerdem habe ich an zwei Retreats teilgenommen. Dabei ist das ganze Institut (~150 Leute) einmal in ein Luxushotel an einen Strand 2 Stunden von Boston entfernt gefahren und ein anderes Mal in ein ebenso nobles Hotel in den Bergen New Hampshires. Bei diesen Konferenz-ähnlichen Veranstaltungen über jeweils 2 Tage wurden viele Vorträge gehalten und alle Teilnehmer haben Poster zur eigenen Forschung präsentiert, es wurde aber abends auch ordentlich gefeiert. Es ist zu erwähnen, dass diese Reisen für mich vollkommen kostenlos waren.

Ein weiterer sehr interessanter Aspekt von amerikanischen Laboren ist das wöchentliche Lab-Meeting, bei dem alle Mitglieder des Labors die Ergebnisse der letzten Woche vorstellen und diese mit allen Zuhörern diskutieren. Dies war sehr anregend und hat Fehler/Probleme frühzeitig behoben.

Fazit:

Ich habe meine Zeit in Boston sehr genossen. Dabei hatte ich eine sehr nette und herzliche Gastfamilie, habe auch außerhalb der Uni viel unternommen (Reisen, Sportveranstaltungen, ...) und so insgesamt viel erlebt. Die Arbeit im Labor war zwar relativ anstrengend und fordernd (allein aufgrund des großen Zeitaufwandes), dafür habe ich aber sehr viele neue Methoden gelernt, habe sehr interessante Vorträge gehört und mich als Wissenschaftler weiter entwickelt. Dank des meist sehr offenen und herzlichen Wesens von Amerikanern habe ich mich stets willkommen gefühlt, sowohl im Labor als auch bei meiner Gastfamilie. Ich würde diese Erfahrung jedem empfehlen, nicht zuletzt weil man seine Fähigkeiten in der englischen Sprache und der amerikanischen Kultur weiterentwickeln kann und in kurzer Zeit viel erleben/lernen kann.