

Erfahrungsbericht 6-monatiges Forschungspraktikum in Paris an der Université Paris Descartes vom 01.04.2017- 30.09.2017

Für mich gab es mehrere gute Gründe mein im 4. Semester des Studiengangs Neurowissenschaften obligatorisches Forschungspraktikum im Ausland zu absolvieren. Neben dem Wunsch meine Französischkennnisse zu verbessern habe ich mich für Paris entschieden da es dort eine Vielzahl modern ausgestatteter und neurowissenschaftlich orientierte Labore gibt, bei denen ich mich bewerben konnte. Der Grund weshalb ich mich beim CNRS (Centre national de la recherche scientifique) beworben habe ist, dass es sich bei dieser Institution um das größte staatlich geförderte Forschungsinstitut Frankreichs handelt, welches über 900 verschiedene Rechercheeinheiten zusammenfasst, worunter sich auch zahlreiche neurowissenschaftlich orientierte Labore befinden.

Eine Spontankandidatur per Mail genügte, um einen Praktikumsplatz zu finden. Als Bewerbungsunterlagen habe ich einen Lebenslauf und ein etwa halbseitiges Motivationsschreiben auf Englisch eingereicht. Aufgrund der grossen Distanz fand kein Bewerbungsgespräch statt.

Neben meiner auch im Ausland gültigen Krankenversicherung musste ich zusätzlich eine Unfallversicherung abschließen, da dies von meinem Arbeitgeber an der Universität in Paris vorgeschrieben wurde. Außerdem ist es wichtig zu wissen, dass in Frankreich der Abschluss einer Hausratsversicherung vorgeschrieben ist, sollte diese nicht vorliegen kann kein Mietvertrag abgeschlossen werden. Zum Abschluss der Hausratsversicherung ist es oftmals notwendig ein Konto bei einer Bank vor Ort abzuschließen.

Ich habe während meines gesamten Aufenthaltes für Frau Doktor Catherine de Waele in der Arbeitsgemeinschaft Cognac G, einer Untergruppe des CNRS an der Universität Paris Descartes gearbeitet. Ich habe an der Forschung zum Thema "Effects of Low Level Laser Therapy using red and infrared light on the regeneration of the mouse facial nerve" mitgewirkt.

<http://www.biomedicale.parisdescartes.fr/Federation-de-Recherche-en.html?lang=fr>

<http://www.cnrs.fr/accueil.php>

Während meines Praktikums habe ich täglich mit Mäusen gearbeitet. Der Nachweis eines Felasa B Kurses war dazu nicht notwendig, der im 2.Semester erworbene Schein in Versuchstierkunde war ausreichend. Meine bereits im Studium erworbenen anatomischen und praktischen Kenntnisse, vor allen Dingen der Umgang und die Versorgung der Versuchstiere, konnte ich während meiner Arbeit anwenden und vertiefen. Auch die bereits im Journal Club und im PubMed Seminar erworbenen Informationen zu Literaturrecherche konnte ich anwenden. Zu meinen Aufgaben im Labor gehörte unter anderem die Verwendung des Vibratoms, Färbung histologischer Schnitte, die Arbeit mit dem Photomikroskop, das Ansetzen verschiedener Lösungen, die Vorbereitung und das Assistieren bei Perfusionen und Operationen, sowie die Pflege der Versuchstiere und das Überprüfen der Laborbestände. Neben diesen praktischen Tätigkeiten im Labor habe ich auch viel mit Excel gearbeitet um Daten zu sammeln und auszuwerten, habe regelmäßig an Besprechungen mit allen Mitarbeitern des Labores teilgenommen, aktuelle Paper vorgestellt und Vorträge über unsere bisherigen Forschungsergebnisse vor Förderern des Labors gehalten. Sehr positiv ist mir aufgefallen dass ich auch in die Planung zukünftiger Forschungsprojekte beziehungsweise weiterer notwendiger Schritte um das aktuelle Projekt voranzutreiben eingebunden, und meine Meinung ernst genommen wurde. Zum Ende des Praktikums habe ich außerdem begonnen, einen Artikel über unsere Forschungsergebnisse zu verfassen, welcher zeitnah publiziert werden soll.

Als einzigen Kritikpunkt muss ich an dieser Stelle erwähnen, dass ich über einige Monate hinweg alleine an dem Projekt gearbeitet habe, und nur gelegentlich Praktikanten für einige Wochen bei mir im Team hatte, die ich allerdings selbstständig in die Arbeit einweisen musste, was natürlich eher zeitraubend als hilfreich war. Die für mich zuständige Chefin der Arbeitsgruppe hat mich zwar in meiner Arbeit unterstützt und mir Anregungen für die Weiterführung des Projektes gegeben, war jedoch aufgrund eines sehr vollen Terminkalenders in einigen Situationen, in denen ich ihre Unterstützung gebraucht hätte, nicht vor Ort, und hat außerdem des öfteren sehr kurzfristige Aufträge erteilt, die dann in einigen Überstunden schnellstmöglich erledigt werden sollten.

Es ist hilfreich sich bewusst zu sein dass in vielen Laboren in Frankreich ausschließlich Französisch gesprochen wird. Mangelnde Sprachkenntnisse sollte jedoch nicht davon abhalten sich für eine Praktikumsstelle in Frankreich zu bewerben, da die Franzosen meist bereit sind es auch Englisch zu sprechen. Im Alltag hingegen kann die Sprachbarriere zum Hindernis, da abseits der hauptsächlich von Touristen besuchten Stadtviertel tatsächlich häufig nur von den jüngeren Generationen Englisch gesprochen wird.

Dank eines persönlichen Kontaktes in der Stadt gestaltete sich die Wohnungssuche relativ einfach und ich kam in einem Zimmer im Zentrum der Stadt unter. Die Lebenshaltungskosten in Paris sind hoch, zusätzlich zur monatlichen Miete (Beispiel für 14m², Strom und Wasser inbegriffen: 600€) sollten mindestens 300€ für Verpflegung und sonstige Unternehmungen eingerechnet werden. Wer eine kostengünstigere Wohnalternative sucht, sollte sich eher in den Vororten der Stadt umsehen. Eine Vielzahl öffentlicher Verkehrsmittel ermöglicht es, sich jeden Tag der Woche zu beinahe jeder Uhrzeit schnell in der Stadt fortzubewegen. Die 14 Métrolinien die den Stadtkern vernetzen sind stets pünktlich, die Bahnen fahren tagsüber alle zwei bis drei Minuten. Neben der Métro gibt es auch ein gut ausgebautes Busnetz sowie den RER, der die Vororte der Stadt mit dem Zentrum verbindet. Ein Monatsticket kostet, alle Verkehrszonen sowie Transportmittel der Stadt und des Umkreises mit inbegriffen, etwa 75€ Euro.

Abschließend kann ich zusammenfassend sagen dass die Franzosen stets sehr gastfreundlich waren, ich an der Universität freundlich aufgenommen wurde und mir schnell viel Verantwortung übertragen und Freiraum in der Gestaltung meines Arbeitsalltages gelassen wurde. Die Stadt Paris bietet unzählige Möglichkeiten der Freizeitgestaltung, ob kulturell, sportlich oder kreativ orientiert und bei jedem Wetter- für jeden Geschmack ist etwas dabei.

Das Praxissemester wird mit 24 Credit Points angerechnet. Das Praktikum wird nicht benotet, allerdings muss ein wissenschaftliches Poster in englischer Sprache erstellt werden, auf welchem das Forschungsprojekt, die angewendeten Arbeitstechniken und eventuelle Resultate der Forschung vorgestellt werden.

