

VORBEREITUNG

Die Bewerbung für das Praktikum an der Universität von Stockholm fand relativ formlos via email statt. Ich hatte bereits während meiner Bachelor-Arbeit Kontakt zu meinem Supervisor, der meine Arbeit betreute und in dessen Team ich auch in Stockholm arbeiten durfte.

UNTERKUNFT

Für meinen Aufenthalt mietete ich eine Wohnung über die Buchungsplattform airbnb.at. Diese Art eine Wohnung zu mieten, ist sehr teuer und für einen längeren Aufenthalt eher nicht zu empfehlen.

Wichtig waren für mich folgende Kriterien bei der Wohnungssuche: gute Verkehrsanbindung, zentrale Lage, W-Lan, Waschmaschine

PRAKTIKUM

1.) Angaben zum Unternehmen

Die Gründung der psychologischen Fakultät der Universität Stockholm geht auf das Jahr 1937 zurück und wurde mit der Professur von David Katz (1937-1951) eingeleitet. Ursprünglich noch ein Teil der Bildungsfakultät, etablierte sich das psychologische Institut 1953 als eigene Disziplin. Heute zählt es mit beinahe 200 Angestellten und rund 1000 Studenten pro Semester zu einem der größten Institute der Universität von Stockholm (Department of Psychology, 2011). 1982 übersiedelte das psychologische Institut von Stockholm Stadt auf das Gelände der Universität von Stockholm in den weltweit ersten städtischen Nationalpark. Neben Bachelor-, Master- und PhD-Ausbildungen werden sowohl Psychotherapie-Ausbildungen als auch spezielle Weiterbildungsprogramme für Psychologen angeboten (Department of Psychology, 2011).

Die wissenschaftlichen Mitarbeiter des psychologischen Instituts veröffentlichen um die 180 Publikationen pro Jahr. Das psychologische Institut betreibt sechs verschiedene Forschungsbereiche, die sich in Biologische Psychologie, Klinische Psychologie, Kognitive Psychologie, Wahrnehmungspsychologie, Persönlichkeits-, Sozial- und Entwicklungspsychologie sowie Arbeits- und Organisationspsychologie gliedern (Department of Psychology, 2011). Zudem werden sechs Forschungsgruppen unterschieden: Das Betula-Projekt, Kognitive Neurowissenschaft, Forensische Psychologie, Gedächtnis und Metakognition, Geruch und Kognition sowie Risikobewertung und Entscheidungsfindung (Department of Psychology, 2011).

2.) Mein Einsatzbereich

Das berufsorientierte Praktikum absolvierte ich in der Forschungsgruppe Gedächtnis und Metakognition unter der Leitung von Fredrik Jönsson (Associate Professor, Dr.). Die Abteilung besteht insgesamt aus zwei Principal Investigators (einer davon ist Fredrik Jönsson) sowie fünf PhD-Studenten und zwei Forschungsassistenten (Memory & Meta-cognition Lab, 2013). Die Schwerpunkte dieser Forschungsgruppe beziehen sich auf das autobiographische Gedächtnis und auf Metakognition. Ich unterstützte vorrangig Dr. Fredrik Jönsson und Dipl. Psych. Veit Kubik (deutscher PhD-Student) bei wissenschaftlichen Arbeiten im Bereich der Metakognition. Metakognition bezieht sich auf die Gedanken, die wir selbst über unsere Kognition haben (Memory & Metacognition Lab, 2013). Der Fokus in dieser Forschungsgruppe liegt hier speziell auf der Beobachtung des Lernfortschritts und der Nutzung dieser Informationen, um das weitere Lernverhalten zu steuern. Ein weiterer Aspekt von Metakognition bezieht sich auf die Kenntnis verschiedener Lernstrategien (z.B. Testingeffekt) und das Wissen, wann und wo diese am besten eingesetzt werden (Memory & Metacognition Lab, 2013).

Ich bekam ein eigenes Büro zugeteilt, das sich im Erdgeschoß der Forschungsinstitution (Frescati Hagväg, 14) befand, wo auch andere PhD-Studenten der Abteilung Gedächtnis und Metakognition ihren Arbeitsplatz hatten. Dieser Raum war mit einem Schreibtisch, PC, Telefon und einer kleinen Besprechungssecke ausgestattet.

3.) Umfang / Eigenverantwortung

Während meines Praktikums arbeitete ich an mehreren Studien mit, die folgende Themenschwerpunkte im Bereich von Gedächtnis und Metakognition umfassten: Handlungseffekt, Testingeffekt, "Underconfidence with practice-Effect". Durch meine vielfältigen Tätigkeiten war ich in den gesamten Forschungsprozess eingebunden und konnte alle relevanten Forschungsschritte kennenlernen und selbständig durchführen. Dazu gehörten z.B. Literaturrecherche, Genehmigung einer Studie, Anwerben von

ERASMUS-Praktikumsbericht

Versuchspersonen (Studenten der Universität von Stockholm), Instruktion der Versuchspersonen bei den jeweiligen Studien, Koordination der Versuchspersonen sowie der Testlabore. Statistische Analysen sowie Ergebnisinterpretationen gehörten ebenfalls zu meinen Aufgaben wie die Mitarbeit beim Verfassen von Essays und wissenschaftlichen Texten. In regelmäßigen abteilungsinternen Kolloquien konnte ich die neuesten Erkenntnisse und Ergebnisse der Studien mit den anderen Kollegen diskutieren und austauschen. Dabei bekam ich gleichzeitig die Gelegenheit Einblicke in die Studien der Kollegen zu erhalten.

Mit der Literaturrecherche und dem Durcharbeiten diverser Studien konnte ich mir so ein Hintergrundwissen zu den bevorstehenden Studien aneignen und mich darüber auch mit dem wissenschaftlichen Team austauschen. Diese Vorbereitung erleichterte es mir, Zusammenhänge herzustellen und befähigte mich nach kurzer Zeit als Studienleiterin selbstständig Datenerhebungen durchzuführen.

4.) Zusammenarbeit mit Kollegen / Integration ins Unternehmen

Die Betreuung während meines Praktikums übernahm ein Diplompsychologe, der mir bei Fragen jederzeit zur Verfügung stand. Zudem fand ein täglicher Austausch in der gemeinsamen Mittagspause statt.

Aufgrund der mir übertragenen Aufgaben sowie der kollegialen und konstruktiven Zusammenarbeit und dem positivem Feedback fühlte ich mich rasch als vollwertiges Mitglied des Forschungsteams.

Als zusätzliche Bereicherung empfand ich die Interaktion mit den schwedischen Studenten im Zuge der Datenerhebungen.

5.) Freizeit / Alltag

Vor allem an den Wocheneden war es mir möglich die Stadt zu erkunden. Mein Alltag unter der Woche gestaltete sich nicht wesentlich anders als zu Hause, was mir ein Gefühl der Vertraut vermittelt und ich gerne noch länger in dieser Stadt gelebt hätte.

6.) Fazit

Ich habe mich bewußt für ein Auslandspraktikum entschieden, um mein berufsorientiertes Pflichtpraktikum mit einem Auslandsaufenthalt zu kombinieren. Vor allem die gute Zusammenarbeit in meiner Praktikumsstelle als auch der Alltag in Stockholm, haben mir gezeigt, dass ich vermutlich jederzeit in einer anderen europäischen Stadt leben und arbeiten kann.

Die Praktikumsinhalte fand ich ebenfalls für mein weiteres Studium sehr bereichernd.

Tipps für Praktikanten

Wohnungssuche: Ich habe versucht über verschiedene Buchungsplattformen eine Wohnung zu mieten. Airbnb.com oder wimdu.com offerieren fast in jedem Land / in jeder Stadt Wohnungen und Zimmer von Privatpersonen an Privatpersonen. Ich war mit meiner Wohnung sehr zufrieden, die allerdings - vor allem in Stockholm - auch ihren Preis hatte.

Versicherung: Ich schloss vor meiner Abreise eine Gesundheitsversicherung für Expats bei der Uniqa ab. Leider hatte ich gleich am 5. Tag in Stockholm Zahnschmerzen und bekam eine Wurzelbehandlung. 80 % der Behandlungskosten wurden mir von der Uniqa ersetzt. Eine weltweite Haftpflichtversicherung ist in meiner Haushaltsversicherung integriert, weswegen ich keine neue Versicherung abschließen musste.

Internet: W-Lan war ein sehr wichtiges Kriterium für meine Wohnung. Auf der Universität war der Zugang zum Internet sowieso gegeben. Bei meinem Mobilfunkanbieter in Österreich habe ich zusätzlich ein 100 Minuten Paket für Auslandstelefonie für 20 EUR aktiviert (pro Monat).

Bank/Kontoeröffnung: Konto hab ich keines benötigt. Geldbehebungen waren jederzeit ohne zusätzliche Kosten am Bankomat möglich. In Schweden wird ohnehin ALLES per Kreditkarte und Code bezahlt.

Alltag / Freizeit

Ausgelmöglichkeiten: Ausgeh-Tipps habe ich vorab in diversen Reiseführern und im Internet recherchiert. Weitere Empfehlungen holte ich dann vorab von meinen Kollegen ein.