



# Freiformulierter Erfahrungsbericht

## Studienbegleitender Auslandsaufenthalt

### Basisdaten (bitte alle Angaben eintragen!)

Fakultät/Fach:	MIN-Fakultät/ Bachelor of Science Biologie
Fachsemester:	5. Fachsemester
Gastland:	Japan
Gasthochschule/-institution:	Waseda University
Art des Aufenthalts (z.B. Studium, Praktikum)	Studium
Zeitpunkt des Aufenthalts (z.B. SoSe 2016):	WiSe 2018/2019
Dauer des Aufenthalts (z.B. 3 Monate):	6 Monate
Mobilitätsprogramm (z.B. Hamburgglobal, Zentralaustausch):	Zentralaustausch und Hamburgglobal
Bewerbungsrunde (z.B. März 2016):	Mai 2017 (Austausch) und März 2018 (Förderung)

### Vorbereitung und Anreise

Da die Bewerbung durch den Zentralaustausch nur einmal im Jahr für das Folgejahr stattfindet, musste ich mich schon ziemlich früh innerhalb meines Studiums dafür bewerben.

Dadurch war, unter anderen, das „Transcript of Records“ noch ziemlich spärlich ausgefüllt, was wiederum auch dazu führte, dass man Schwierigkeiten hatte Professoren zu finden, die einen schon näher kannten und bereit waren einem ein Fachgutachten auszustellen.

Zusätzlich muss man sich in Bezug auf das Learning Agreement dann auch schon früh sicher sein, welche Kurse man belegt und in wie fern diese auch die Anforderungen des jeweiligen Fachbereiches der Uni Hamburg erfüllen und somit erfolgreich später durch das vereinbarte Learning Agreement angerechnet werden können.

Insgesamt war diese Zeit mit viel Recherche, zahlreichen Kontraktaufnahmen und viel Herumlaufen zu den verschiedensten Personen verbunden, jedoch war jeder äußerst freundlich und hilfsbereit bezüglich meiner Anliegen. Letztendlich konnte ich aber auch diese Bewerbungsunterlagen für meine Hamburgglobal-Bewerbung fast vollständig übernehmen.

Ein wenig unglücklich war dann nur, dass ich mich noch einmal online bei der Waseda University offiziell bewerben musste, welches das erneute Erstellen und Bearbeiten von Unterlagen beinhaltete, wie z.B. ein Study Plan, ein Study Abroad Agreement, Official Bank Balance Certificate, Application Sheet for the Certificate of Eligibility (COE), Oath for Defraying Expenses und ein ID Photograph Sheet.

Nach Zusage der Gastinstitution konnte ich dann ein Visum beantragen, wofür ich ein ausgefülltes Antragsformular, meinen gültigen Reisepass, ein Passfoto und das per Post aus Tokyo (zusammen mit ein paar anderen Unterlagen und Informationen zum Ablauf nach der Ankunft) zugesendete COE benötigte.

Das Ausstellen hat ungefähr 2 Wochen gedauert und war kostenlos.

In einen weiteren Onlineprozess konnte man sich während einer bestimmten Anmeldephase für einen Wohnheimplatz oder Homestay bewerben.

Man sollte sich auch überlegen, ob man sich für Zeitraum von der Uni Hamburg beurlauben lässt oder nicht.

Zum und vom Flughafen Hamburg wurde ich von meiner Familie gefahren, Hin- und Rückflug hatte ich am selben Tag über das Internet gebucht (kommt günstiger, als wenn man diese einzeln bucht), vom Narita-Flughafen wurde ich von einem Bus meines Studentenwohnheims abgeholt, welcher zu mehreren Zeiten am Tag fuhr und mich direkt vor die Tür brachte.

Um den Rücktransport zum Narita-Flughafen musste ich mich selber kümmern. Die beiden besten Möglichkeiten sind da der Narita Express Zug oder ein Limousine Bus, welche beide von mehreren großen Bahnstationen in Tokyo abfahren.

Bezüglich der medizinischen Vorbereitung mussten keine speziellen Vorkehrungen getroffen werden, die in Deutschland empfohlen/verabreichten Standard-Impfungen sind ausreichend.

Zusätzlich muss man die nationale Krankenversicherung in Japan beantragen.

## **Finanzierung des Auslandsaufenthalts/ Kosten vor Ort**

Wie schon erwähnt habe ich mich für eine Hamburgglobal-Förderung beworben und diese auch erhalten. Der Förderzeitraum umfasste 5 Monate und beinhaltete eine Aufenthaltspauschale und in meinen Fall auch eine zusätzliche Förderung von Promos (DAAD) bezüglich der Reisekosten. Insgesamt wurde ich somit mit 3.375 Euro unterstützt.

Des Weiteren kann man auch nach Förderungen von japanischer Seite anschauen und sich bewerben, wie z.B. das Student Exchange Support Program (Scholarship for Short-term Study in Japan) von JASSO.

Monatlich musste man folgende Kosten beachten:

Miete und Unkosten des Wohnheims - ca. 80.000 JPY (abhängig vom Wohnheim)

Nationale Krankenversicherung - ca. 1.500 JPY

Handyvertrag - ca. 2.100 JPY (für 3GB Data only SIM von Sakura Mobile)

Transport (Bus und Bahn) - ca. 154-216 JPY (pro Fahrt auf einer Bahnlinie)

Essen und Aktivitäten - abhängig von der Person, aber ähnlich zu Hamburg

Zusätzlich musste ich in der abschließenden Ferienzeit im Hotel wohnen, welches aufgrund der guten Lage im Bezirk Shinjuku einen Preis von ca. 1.500 Euro für 20 Tage hatte.

In den Außenbezirken oder in einem Hostel sind die Preise natürlich noch geringer.

Letztendlich hat mein gesamtes Auslandssemester ca. 7.000 Euro gekostet.

Hier sind noch einige günstige Läden für verschiedene Situationen:

Rundum-Bedarf - 100 JPY-Läden (z.B. Daiso, Can Do, Seria), Don Quijote

Supermarkt - OK Supermarket

Restaurant - Sukiya, Matsuya, normale fast-food Ketten

## **Unterbringung und Verpflegung**

Für internationale Austauschstudenten gab es die Möglichkeit sich für einen Platz aus einer Reihe von verschiedenen Wohnheimen zu bewerben.

Des Weiteren konnte man sich auch für einen Homestay bewerben oder sich ein Shared House oder eigenes Apartment suchen.

Die Universität hat verschiedene Informationen und Kontakte dazu. Ich habe im Gebäude 3 des Waseda Hoshien Studentenwohnheimes gelebt, wo ich ein Einzelzimmer mit Toilette und Waschbecken hatte. Zusätzlich hatte ich einen Külschrank, Kleiderschrank, Schreibtisch mit abschließbaren Schubläden, ein normales Bett, Bücher- und Schuhregal im Zimmer. Auf jedem Stockwerk befand sich die jeweiligen Gemeinschaftsduschen,-küche und -wäscheraum.

Auch das Wohnheim hat eine Orientierungseinheit und bietet einige Events und Aktivitäten an, wie z.B. das Waseda Hoshien Dream Cafe, eine Willkommensfeier, Weihnachtsbaum-Erleuchtungszereemonie oder ein Onsen-trip.

Im Wohnheim musste man sich selbst bekochen, doch auf jedem Campus gibt es eine Cafeteria, einige Cafés und auch Convenience Stores mit Essenspaketen und dementsprechenden Einrichtungen zum Aufwärmen und Aufgießen waren vorhanden.

Zur Mittagszeit werden auch an bestimmten Orten auf dem Campus günstige Bento-boxen verkauft.

Auch die Läden um den Campus waren auf das Studenten-Budget hin ausgerichtet.

## **Gasthochschule/ Gastinstitution**

Die Waseda Universität hat viele Campusse verteilt in Tokyo.

In der Nähe meines Wohnheimes waren der Hauptcampus mit ca. 5 min Fußweg, der Toyama Campus auch mit ca. 5 min Gehweg und mein Nishi-waseda Campus mit ca. 20 min Gehweg.

Des Weiteren fahren zwischen den Haupt-, Nishi-waseda Campus und den TWIns uni-interne Busse.

Ansonsten gibt es auch die Möglichkeit und die Unterbringungen, um ein Fahrrad zu benutzen und natürlich ist alles gut mit verschiedenen öffentlichen Verkehrsmitteln zu erreichen.

Des Weiteren befinden sich auf dem Hauptcampus und Nishi-waseda Campus auf jeden Fall ein Buchladen und auch Schreibwarengeschäft, um nötige Unimaterialien zu bekommen.

Auch mindestens eine Bibliothek ist auf jedem Campus zu finden.

Eine Vielzahl von (Gruppen-)Studien-, Computerräumen und eine große Sporthalle sind auch vorhanden.

Zusätzlich gibt es auch das Center for Advanced Biomedical Sciences (TWIns), welches ein großer Laborkomplex ist.

Einige weitere interessante und vielleicht auch wichtige Orte für Austauschstudenten sind das Waseda Global Gate, die International Communication Center (ICC) Lounge oder das Writing Center.

Insgesamt gibt es aber noch viel mehr Einrichtungen an der Universität und eine Diversität an Aktivitäten und Events, die ich hier nicht alle aufzählen kann und man am besten selber kennenlernt und erlebt, wie z.B. die zahlreichen Willkommensparties oder Circle-Vorstellungen.

Und ich kann allem nur ans Herz legen das Universitätsfest „Waseda Sai“ am ersten Novemberwochenende zu besuchen, einer meiner persönlichen Highlights.

## **Ablauf des Studiums (z.B. Kurswahl, Anforderungen)**

Kurz nach der Ankunft begann auch schon die 1. generelle Orientierungseinheit vom Center of International Education (CIE) mit vielen Infos zum Alltagsleben und mit Hilfestellung beim Ausfüllen der Dokumente für die Wohnortsregistrierung und dem Nationalen Krankenversicherungs-

eintritt, wenn man in einen der Studentenwohnheime lebt.  
Des Weiteren bekommt man auch einen Tag zugewiesen, an dem man in einer kleineren Gruppe zum Bezirksamt geht, um diese Prozesse abzuwickeln. Einigen Tagen danach fand die Orientierung von meiner Fakultät statt, welche sich um den Alltag am Nishi-waseda Campus drehte und die Registrierung im Webportal MyWaseda (gleichzusetzen mit STiNE) beinhaltete. Im Anschluss erhielt man dann noch eine Zeit, an der man mit einem Professor seine Kurswahl besprechen sollte, bevor die offizielle Einschreibung stattfand.  
Zusätzlich muss man noch an einem Tag seinen Studentenausweis aus dem Büro abholen und es gibt noch eine Infoveranstaltung zum Eröffnen eines Bankkontos bei verschiedenen Banken.

Die Kurswahl findet dann einige Zeit nach der Orientierung über das Internet statt. Es gibt 3 Runden, in denen man Kurse um-, ab- und zu wählen kann, da Kurse auch überfüllt sein können und man diese somit eventuell nicht belegen kann.  
Im Allgemeinen durfte ich auch nur Kurse bzw. ausschließlich Vorlesungen aus meinem dortigen Fachbereich, dem Japanisch-Sprachzentrum (CJL) und dem Global Education Center (GEK) wählen.  
Eine Unterrichtsstunde hat eine Dauer von 90 min und es gibt eine Mittagspause nach der 2. Stunde von 12:10 Uhr bis 13:00 Uhr.  
Man muss über das ganze Semester hinweg mindestens 10 h pro Woche an Unterricht haben, somit muss man ein Minimum von 7 Kursen wählen.  
Dabei muss man aufpassen, da es auch Intensivkurse gibt (mehrere Stunden in der Woche und nicht über das ganze Semester) und welche, die nur ein Quartal (halbes Semester) lang sind und somit beide nicht die Stundenregel erfüllen.

Ich hatte kein Problem meine Kurse zu bekommen und insgesamt waren wir immer nur kleine Gruppen von max. 15 Personen in einem Kurs.  
Da ich im 5. Fachsemester an der Uni Hamburg sowieso fast ausschließlich Wahlpflicht- und Wahlmodule hätte belegen müssen, war ich ziemlich frei in der Wahl meiner Kurse aus dem dementsprechend zugehörigen Fachbereich „Life Science and Medical Bioscience“ an der Waseda Universität.  
Somit habe ich einige Kurse aus dem Bereich Chemie, Physik und Medizin belegt.  
Des Weiteren nahm ich an einem Sprachkurs in Japanisch und den Kurs „Introduction to Logic“ teil.  
Viele Dozenten haben PPT-Folien und auch Tafelbilder verwendet, welche wir mitschreiben mussten oder als Ausdruck bekommen haben.  
Nur für den Japanisch-Kurs musste ich mir zusätzlich 2 Arbeitsbücher kaufen.  
Manche Dozenten hatten ein wenig Probleme mit der englischen Sprache und haben zwischendurch auch mal japanische Folien gezeigt, welche sie dann aber übersetzten.  
Im Allgemeinen gab es aber keine Probleme mit dem Verständnis des Unterrichtsinhaltes.  
In vielen Kursen gab es wöchentliche Kurztests oder Reporte als Hausaufgabe.  
Zur Kurs-halbzeit gab es eine Zwischenprüfung, die im Klassenraum stattfand und am Ende natürlich eine Endprüfung, die meistens auch im jeweiligen Klassenraum stattfand.  
Manche Endprüfungen fanden aber auch zur regulären Prüfungszeit statt, für die spezielle Räume und Zeiten gelten und dessen Informationen separat ausgehängt werden.  
Hier ist es wirklich wichtig mit dem Dozenten sicher zu stellen, um welche Art von Endprüfung es sich handelt: eine „in-class examination“ oder „regular examination“.

## Alltag/ Freizeitmöglichkeiten

Das Wetter in Tokyo ist meistens 5-10°C wärmer im Vergleich zu Hamburg. Die Regenzeit, welche ich noch im September bis Mitte Oktober teilweise miterlebt habe, hat mich jedoch sehr überrascht, da einiges an Wassermassen herunterkam und mir so manches Mal schon eine Art kleiner Bach den Hügel herunter entgegenkam und meine Regenschirme und Schuhe aus Deutschland dem nicht standhalten konnten.

Des Weiteren gab es an einigen Tagen orkanartige Windböen. Insgesamt waren aber die meisten Tage sonnig, trocken und um einiges wärmer als in Hamburg.

Tokyo wird nicht um sonst die sicherste Stadt der Welt genannt, die Polizei und Sicherheitspersonal waren sehr präsent auf den Straßen, jedoch lief alles von sich aus auch ziemlich geordnet ab.

Auch im Dunkeln fühlte ich mich auf den Straßen sicher.

Nur an sehr überfüllten und belebten Orten kann es schon einmal sein, dass man angerempelt wird.

Allgemein sind die Leute sehr freundlich und hilfsbereit zu Ausländern, nur wenn man beschäftigt- bzw. in Eile-aussehende Leute anspricht, kann man schon mal ignoriert werden.

Natürlich ist es um einiges leichter Kontakt aufzubauen, wenn man die Landessprache spricht, jedoch lernt man während der zahlreichen Aktivitäten von der Uni viele internationale und zum Teil auch englisch-sprechende japanische Studenten kennen (meistens haben diese Erfahrungen durch bzw. planen einen Auslandsaufenthalt). Jedoch kann man einiges an internationalen Leuten auch auf der Straße treffen.

Wenn man eine Arbeitsgenehmigung beantragt, darf man auch einen Nebenjob ausüben, jedoch mit einigen Beschränkungen.

Ohne diese Genehmigung darf man nur einen Nebenjob an der Uni haben.

Die Arbeitsgenehmigung kann bei Ankunft in Japan am Flughafen ausgestellt werden oder nachträglich beantragt werden.

Einige interessante Bezirke (und ihre Umgebung) in Tokyo zum Erkunden sind: Ikebukuro, Shinjuku, Harajuku und Omotesando, Akihabara, Shibuya, Ginza, Shin-Okubo, Ueno, Asakusa und Roppongi.

Für nähere Infos zu verschiedensten Events rundum Tokyo empfehle ich die Internetseite [tokyocheapo.com](http://tokyocheapo.com).

## Zusammenfassung

Durch diesen Auslandsaufenthalt habe ich die mir vorgenommenen Ziele erreicht, welche folgende Punkte umfassen:

- mehr Selbstständigkeit und Unabhängigkeit
- Aufbesserung der Sprachfähigkeiten in Englisch und Japanisch
- verbesserte soziale Kompetenzen und Selbstsicherheit
- erleben einer völlig anderen Kultur, welche mich schon lange interessiert
- erproben, ob man auch mit englischsprachigen Fachunterricht und dessen Inhalt in einer anderen Universität zurecht kommt

Da ich diesen Auslandsaufenthalt nur unter der persönlichen Bedingung angetreten bin, dass alle dortigen Kurse auch fachlich-relevant für mich sind und mir angerechnet werden können, war dieser Aufenthalt auf jeden Fall keine verschwendete Zeit in meiner studentischen Laufbahn.

Obwohl ich ständig vielen ungewohnten Situationen ausgesetzt war und auf so einige Schwierigkeiten gestoßen bin, so hat mich der Umgang mit diesen für die Zukunft belehrt.

Der Aufenthalt in Tokyo war einfach nur großartig und hat mich um viele Erfahrungen und wundervolle Erinnerungen bereichert.

Tokyo und Japan allgemein gehören nun definitiv zu meinen zukünftigen Lieblingsurlaubszielen.