



# Freiformulierter Erfahrungsbericht

## Studienbegleitender Auslandsaufenthalt

### Basisdaten (bitte alle Angaben eintragen!)

Fakultät/Fach:	Medizin
Fachsemester:	7
Gastland:	Thailand
Gasthochschule/-institution:	Chulalongkorn University
Art des Aufenthalts (z.B. Studium, Praktikum)	Studium
Zeitpunkt des Aufenthalts (z.B. SoSe 2016):	WiSe 2023
Dauer des Aufenthalts (z.B. 3 Monate):	4 ½ Monate
Mobilitätsprogramm (z.B. Hamburglobal, Zentralaustausch):	Zentralaustausch
Bewerbungsrunde (z.B. März 2016):	November 2022

### Vorbereitung und Anreise

Ich habe von August bis Dezember 2023 ein Auslandssemester an der Chulalongkorn Universität in Thailands Hauptstadt Bangkok gemacht. Für die Bewerbung an der Universität musste ich einen Sprachtest in Englisch vorweisen, den ich kurzfristig online gemacht habe (TOEFL Test).

Für die Einreise nach Thailand brauchte ich ein non-immigrant ED (education) visum. Dieses konnte ich nach Erhalt der Unterlagen von der Chulalongkorn University Ende Juni online beantragen. Das Visum hat 70 € gekostet und galt für 90 Tage. Deshalb musste ich innerhalb der letzten 45 Tage vor Ablauf des Visums zum Immigration Center in Bangkok gehen, um eine Visumsextension zu beantragen. Die dafür nötigen Unterlagen bekam ich innerhalb einer Woche von den Zuständigen meiner Fakultät ausgestellt. Am besten ist es, das selbst im Blick zu haben, weil nicht alle Fakultäten sich damit gut auskennen und früh am Morgen zum Immigration Center zu gehen, weil die Wartezeiten sehr lang sein können. Mir wurde dann ein Visum bis Ende Dezember ausgestellt.

Ich buchte mir Hin- und Rückflug für Thailand gleichzeitig für ungefähr 900€. Bei vielen Fluggesellschaften gibt es Studierendenrabatt, den man mit ein paar Unterlagen beantragen kann, was auf jeden Fall zu empfehlen ist.

Wichtig ist auch eine Auslandsrankenversicherung, die für den Zeitraum 125,50 € gekostet hat. Außerdem habe ich mir einen Termin beim Hausarzt für die Impfungen gemacht (Typhus, Tollwut, Cholera, Meningokokken, Hepatis A und Japanische Enzephalitis habe ich bekommen).

Man kann sich außerdem ein Mückenspray aus der Apotheke mit dem Wirkstoff DEET kaufen, bevor es losgeht. Sonnencreme ist in Thailand etwas teurer als hier, aber ansonsten gibt es in Bangkok alles, was es hier auch gibt. Auch ein Steckdosenadapter ist nicht unbedingt notwendig meiner Erfahrung nach. Wichtig sind sonst nur persönliche Medikamente, die es in Thailand so möglicherweise nicht gibt.

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

Ich habe mich für das Hamburgglobal Stipendium beworben. Der Aufwand hat sich gelohnt, denn letztendlich bekam ich eine Zusage zur Förderung im Nachrückverfahren. Ansonsten habe ich mir den Auslandsaufenthalt durch Unterhalt meiner Eltern und mein Ersparnis finanziert. Die Lebenshaltungskosten in Thailand sind günstiger als Deutschland, sodass ich auch ein paar Ausflüge und Reisen unternehmen konnte.

Die Chula bietet in Kooperation mit der KBank einen Studierendenausweis mit VISA-Karten-Funktion an. Ich habe dieses Angebot genutzt und mir ein kostenloses Konto bei der KBank eröffnet, was sehr praktisch war, da ich direkt per Smartphone und Scannen von QR-Codes in THB bezahlen konnte.

## **Unterbringung und Verpflegung**

Vor meiner Reise hatte ich schon bei einigen Unterkünften angefragt, bei denen leider schon alles belegt war. Es gibt auf dem Campus das CUIHouse für internationale Studierende, wovon mir aber abgeraten wurde, weil es relativ teuer ist und strenge Besuchsregeln hat. Aber wenn man einen Platz bekommt, hat man dort auf jeden Fall die Möglichkeit, viele andere Studierende zu treffen. Ich habe erst nach meiner Ankunft in Bangkok eine langfristige Unterkunft gesucht, was auch ausreichend war. Die Universität empfahl mir die C Residence, einen Wohnkomplex, der nur 15 Gehminuten von der Psychologiefakultät entfernt ist. Dort ist die Miete bei längeren Mietdauern ab 3 Monaten günstiger.

In Bangkok habe ich wenig gekocht und fast ausschließlich in der Mensa oder in Restaurants gegessen, da das meistens günstiger (ca. 2-4€) ist, als einzukaufen und zu kochen. Ich habe ein paar Wochen gebraucht, um mich an das andere Essen zu gewöhnen, es dann aber geliebt! Wer doch lieber westliches Essen isst, muss meistens mehr Geld dafür ausgeben.

## **Gasthochschule/ Gastinstitution**

Die Chulalongkorn University ist die renommierteste Universität Thailands. Der Campus liegt im Zentrum Bangkoks zwischen der BTS Station Siam und der MRT Sam Yan. Einige Gebäude sind moderner als andere, aber insgesamt ist es ein schöner, grüner und vor allem großer Campus.

## **Ablauf des Studiums**

In Deutschland studiere ich Medizin, aber in Thailand war es leider nicht möglich als Austauschstudierende in das medical program hineinzukommen. Ich konnte meinem anderen Interessensgebiet nachgehen und Kurse aus den ersten zwei Studienjahren des Psychologiestudiums dort wählen. Die Wahl der Veranstaltungen fand innerhalb der ersten zwei oder drei Wochen des Semesters über ein online-Portal statt. Die meisten Veranstaltungen sind drei Stunden lang. Oft ist diese Zeit unterteilt in 1,5 Stunden Vorlesung und den Rest der Zeit Bearbeitung von Aufgaben. Einige der Unterrichtsinhalte kannte ich schon aus meinem Studium und insgesamt empfand ich die Vorlesungen und Seminare vom Niveau her etwas einfacher und verschulter als in Deutschland. Aber ich hatte nette ProfessorInnen und KommilitonInnen und es war vor allem interessant manchmal ganz explizit, manchmal automatisch nebenbei, die (kulturellen) Unterschiede zu erfahren.

Es gibt eine Universitätsuniform, die für Undergrad StudentInnen Pflicht ist, zu tragen. In vielen Fakultäten wird diese Regel lockerer gehandhabt und die meisten Studierenden kommen in ihrer normalen Kleidung. Ich habe die Uniform zu Beginn des Semesters in der großen MBK-Mall gekauft, weil sie dort etwas günstiger ist als im Universitätsshop, nur als kleiner Tipp am Rande.

Für mich war der Einstieg ins Studium dort nicht so einfach, weil es zu Beginn keine gute Kommunikation mit der Fakultät gab und mir zum Beispiel Informationen über den Start der ersten Veranstaltungen fehlten. Leider waren die Einführungsveranstaltungen an meiner Fakultät nicht für Austauschstudierende gedacht, was ich schade fand und an anderen Fakultäten auch anders war.

Die sprachlichen Anforderungen bei der Bewerbung waren nicht besonders hoch. Dort an der Universität gibt es einige Studierende, die sehr gutes Englisch sprechen und andere, die eher Schwierigkeiten haben. Man findet sich aber immer gut zurecht. Die Chula bietet auch einen Thai Sprachkurs an, der immer sehr voll ist. Falls man keinen Platz bekommt, gibt es den Kurs auch online. Es schadet nie ein bisschen Thailändisch zu können und die ThailänderInnen freuen sich immer sehr, wenn man es probiert, sich auf ihrer Sprache zu verständigen.

### **Alltag/ Freizeitmöglichkeiten**

In Bangkok habe ich wegen der Hitze zunächst das Joggen aufgegeben. Die Temperaturen liegen tagsüber bei über 30°C und auch nachts fällt die Temperatur nicht stark. Es gibt in Bangkok aber viele schöne Parks (Lumphini oder Benchakitti Park), in denen man morgens gut joggen gehen kann, bevor es zu heiß wird. Ansonsten gibt es auf dem Campus ein Fitnessstudio, ein Schwimmbad, kostenlose Yoga-Kurse, ein Stadion und viele andere Sportangebote, die man mit seinem Studierendenausweis besuchen

Von August bis Oktober ist in Thailand Regenzeit. Die Regenjacke, die ich mitgenommen hatte, war allerdings überflüssig, weil es eigentlich viel zu warm ist, um eine Jacke zu tragen und die Regenschauer oft nicht lange andauern und somit abgewartet werden können.

Es lohnt sich, die Vielfalt an Gerichten auszuprobieren, die es in Bangkok gibt. Hier treffen sich die Menschen gerne zum gemeinsamen Essen. An jeder Ecke gibt es leckere Smoothies und frisches Obst. Es ist bestimmt gut, sich vorher zu informieren bei welchen Lebensmitteln man vorsichtig sein sollte. Eine Magenverstimmung in diesen fünf Monaten zu bekommen, ist meiner Meinung nach aber unvermeidlich, was auch ganz normal ist. Daher habe ich viele Gerichte und Smoothies ausprobiert, was sich auch sehr gelohnt hat. Das Wasser aus dem Wasserhahn sollte man in Thailand nicht trinken. Aber dazu gibt es anderweitig auch viele Informationen im Internet.

Die MRT und die BTS Skytrain sind die öffentlichen Verkehrsmittel in Bangkok, die sehr einfach zu benutzen sind. Taxis und Rollertaxis sind auch sehr günstig und über die Apps Bolt und InDrive leicht zu finden. Wenn man mind. zu zweit fährt, ist oft ein Taxi schon günstiger als die Bahn.

In Bangkok kann man viel Sightseeing machen. Es ist beeindruckend, die vielen Tempel zu besichtigen und etwas über die Kultur und den Buddhismus zu lernen. Toll sind auch die Nachtmärkte in Bangkok. Auf einer Straße in der Nähe der Uni finden oft auch kleine Märkte oder Flohmärkte statt. Als ich dort war, fand im Oktober das J Festival statt, ein vegetarisches taoistisches Fest, welches neun Tage andauert. Man konnte viele verschiedene Gerichte ausprobieren und den großen Markt in Chinatown besuchen.

Wer an Kunst interessiert ist, sollte das bacc (Bangkok Art and Culture Center) oder das Warehouse 30 (kostenlos) besuchen.

Viele der Austauschstudierenden organisierten sich auch Ausflüge und Kurztrips zum Beispiel nach Ayutthaya, in Nationalparks oder Inseln im Süden von Thailand. Es gibt also viel zu sehen!

Es ist aber auch gut, sich zwischendurch Pausen zu nehmen, weil das andere Klima, die fremden Keime und die neue Umgebung sich manchmal auf die Gesundheit auswirken können. Ich war häufiger krank als sonst und bekam sogar eine Blinddarmentzündung, die operiert werden musste. Doch durch Apotheken, die Ärzte an der Uni und internationale Krankenhäuser ist man gut versorgt. In diesen

Momenten war ich dann froh, eine richtige Auslandsrankenversicherung zusätzlich zu der Gruppenversicherung der Universität abgeschlossen zu haben.

### **Zusammenfassung**

Ich bin sehr froh, mein Auslandssemester in Bangkok verbracht zu haben. Die Stadt ist groß und hat viel zu bieten. Die Menschen, denen ich dort begegnet bin, sind sehr freundlich, herzlich und hilfsbereit. Ich habe mich sehr wohlfühlt, auch wenn das Leben sich dort schon sehr von dem in Hamburg unterscheidet. Der Kontakt mit dieser anderen Kultur hat mich bereichert und gerade der Einblick in ein Land mit einer so anderen Religion (95% der ThailänderInnen sind buddhistisch) war total interessant.

Für mich war es auch eine einmalige Möglichkeit, ein anderes Fach als mein eigentliches Studienfach zu belegen. Ich würde sagen, dass ich, auch wenn es meinen Studienverlauf verlangsamt hat, wichtige Dinge für mein Studium und meine spätere Tätigkeit gelernt habe.

Während der Vorbereitung habe ich mir Gedanken zu verschiedensten Problemen gemacht, aber letztendlich hat alles gut funktioniert. Es findet sich mit der Unterstützung von dort gewonnenen FreundInnen, der Uni-MitarbeiterInnen oder ProfessorInnen immer eine Lösung.

### **Fotos/ weitere Anhänge (Fotos bitte beschriften)**

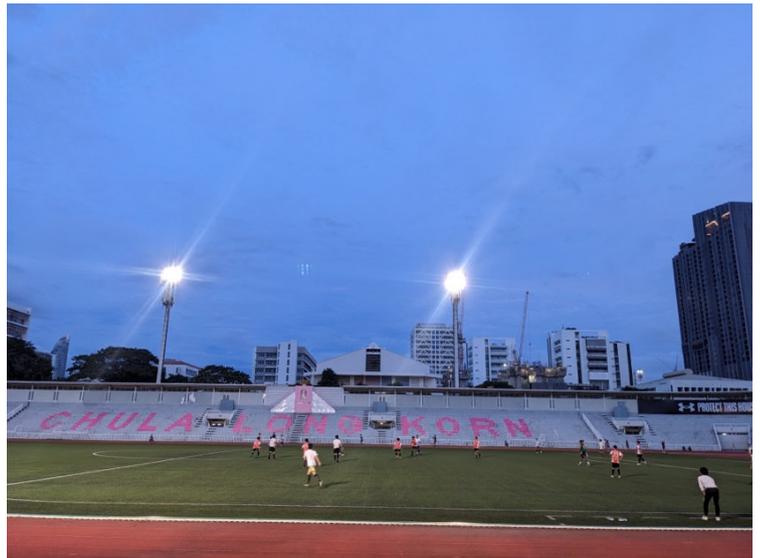


Bangkoks Verkehr



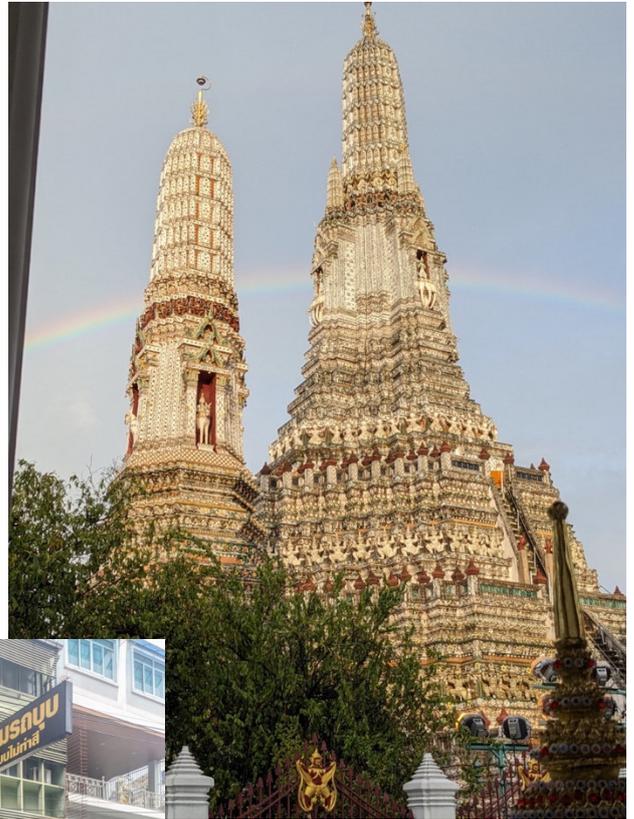
Die Uniform der Chulalongkorn Universität

## Mensa



## Uni-Campus





Wat Arun



Benchakitti Park

Lumphini Park

