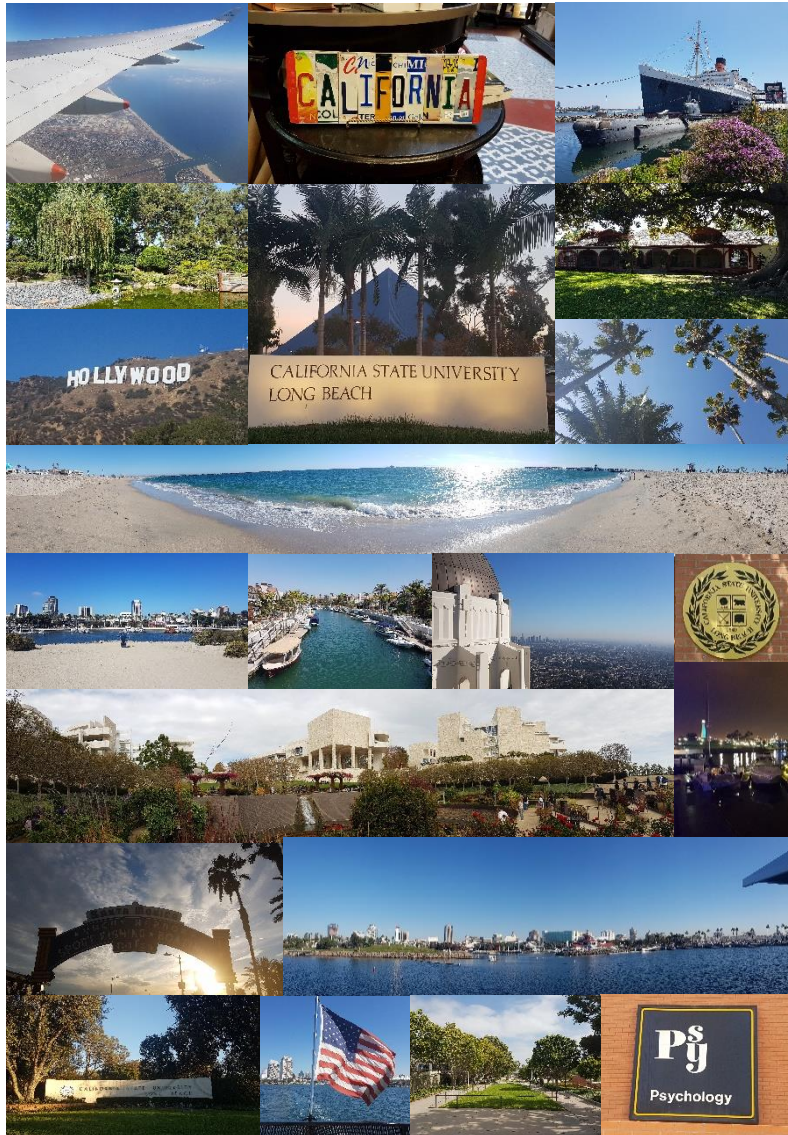


# Erfahrungsbericht Auslandsstudium an der California State University Long Beach



Name	Fabienne Förstner
Studiengang	B. Sc. Psychologie
Heimatuniversität	Universität Ulm
Gastuniversität	California State University Long Beach Kalifornien, USA
Zeitraum	August 2016 – Mai 2017
Erstellungsdatum	Juni 2017

Hiermit erkläre ich mich einverstanden, dass mein Bericht auf den Webseiten der Universität Ulm, des Baden-Württemberg-Stipendiums und der Baden-Württemberg-Stiftung veröffentlicht werden darf.

## **Überblick**

Für mich stand seit Beginn meines Psychologie-Studiums an der Universität Ulm fest, dass ich mindestens ein Semester im Ausland studieren möchte. Aufgrund vorheriger Auslandsaufenthalte und -erfahrungen waren die USA mein absoluter Erstwunsch für mein Auslandsstudium und nachdem ich die Zusage an der California State University Long Beach (CSU LB) erhalten hatte, entschied ich mich dazu, das ursprünglich geplante Auslandssemester in ein Auslandsjahr zu verwandeln. Auf diese Weise habe ich das 5. und 6. Semester an der CSU LB studiert und durfte das Studium und Leben in einem anderen Land mit all seinen Facetten kennenlernen. Meine Erwartungen an das Studium im Ausland haben sich dabei mehr als erfüllt. Ich habe mich akademisch, persönlich und sozial weiterentwickelt, wertvolle interkulturelle Erfahrungen gesammelt und deutlich mehr als nur eine Hürde in dieser Zeit erfolgreich gemeistert. Während meines Auslandsjahres habe ich äquivalente Kurse in Psychologie belegt, deren Anerkennung ich mit den jeweiligen Professoren und dem Prüfungsausschuss in Deutschland abgeklärt hatte, und meine Sprachkenntnisse neben Englisch auch in Spanisch und Französisch erweitert. Auf diese Weise konnte ich mein Studium fast planmäßig und innerhalb der Regelstudienzeit weiterverfolgen – nach meiner Rückkehr werde ich die Bachelorarbeit und zwei Psychologie-Seminare absolvieren. Da ich in einem der Studentenwohnheime (Dorms) auf dem Campus gewohnt habe, konnte ich schnell Kontakt zu amerikanischen Studierenden und andere "Internationals" knüpfen, was mir zahlreiche neue Freundschaften und bereichernde Erfahrungen ermöglicht hat. Die meiste Zeit meines Aufenthaltes habe ich dem Studium und allen damit verbundenen Tätigkeiten gewidmet – dennoch konnte ich, dank gutem Zeitmanagement, auch die Umgebung von Long Beach, die amerikanische Kultur und verschiedene Lebensweisen kennenlernen. Da trotz sorgfältiger Planung und Vorbereitung nicht immer alles reibungslos ablief, musste ich auch mit unvorhergesehenen Änderungen und Hindernissen umgehen, was meine Problemlösefähigkeiten und Flexibilität gestärkt und mir neue Lösungswege aufgezeigt hat.

Die Baden-Württemberg-Stiftung hat mich mit ihrem Baden-Württemberg-Stipendium von September 2016 bis Februar 2017 gefördert. Dafür wurde ich von der Universität Ulm nominiert und durfte mich bei der Stiftung bewerben. Die Zusage erhielt ich zwei Monate vor meinem Abflug und ich freute mich sehr über die ideelle und finanzielle Unterstützung sowie die Aufnahme in das Stipendiaten-Netzwerk. Den Kontakt zur Stiftung habe ich als sehr positiv erlebt, da die Betreuung stets ausgezeichnet war und ich durch die angebotenen Veranstaltungen sofort offen und herzlich in die Stipendiatengemeinschaft aufgenommen wurde.

Zusammenfassend bewerte ich mein Auslandsstudium als sehr positiv und extrem bereichernd. Das Jahr in den USA war eine einmalige Zeit mit lehrreichen Erfahrungen, die ich ohne ein Auslandsstudium nicht gesammelt hätte. Als besonders wichtig schätze ich die fachlichen und persönlichen Weiterentwicklungen ein, von denen ich auch in Zukunft profitieren werde und die meinen Lebensweg maßgeblich beeinflussen.

## **Vorbereitungen des Auslandsaufenthaltes**

Die Vorbereitung des Auslandsaufenthaltes erwies sich als sehr zeitintensiv und eine sorgfältige Planung war ein essenzieller Bestandteil des Bewerbungsverfahrens sowie des gesamten Ablaufes. Etwa eineinhalb Jahre vor Beginn meines Auslandsstudiums sammelte ich Informationen zum Bewerbungsprozess auf der Webseite der Universität Ulm und nahm Kontakt zu den Verantwortlichen auf. Zudem informierte ich mich bereits konkret über Partneruniversitäten, deren Studienprogramme und Kursangebote, was ebenfalls viel Zeit in Anspruch nahm. Über das International Office bewarb ich mich im August 2015 um einen Platz für ein Austauschprogramm mit den USA. Da die Bewerbungsunterlagen sehr umfassend sind (Lebenslauf, Motivationsschreiben, Sprachtest, Finanzierungsbestätigungen, vorläufige Universitäts- und Kurswahl, Formulare etc.), ist eine rechtzeitige Vorbereitung unverzichtbar. Für meine Bewerbung musste ich den "TOEFL-Test" (Test of English as a Foreign Language) absolvieren – hierzu sollte man sich auf jeden Fall mit dem Aufbau und Ablauf des vierstündigen Tests vertraut machen. Der Bewerbungsprozess dauerte insgesamt relativ lange und zog sich über Monate hinweg, da die Kommunikation der International Offices beider Länder einige Zeit beanspruchte.

Nach der Nominierung für das Studium an der CSU LB im Dezember 2015 musste ich weitere Bewerbungsunterlagen, Nachweise und Informationen für beide Universitäten vorbereiten, bis ich im Frühjahr 2016 die endgültige Zusage erhielt. Hinzu kamen die Wohnungssuche/Bewerbung für das Wohnen auf dem Campus, die Kurssuche und -wahl, das Abschließen von Versicherungen, das Buchen der Flüge und der Unterkunft für die ersten Tage nach Ankunft, das Vorbereiten von Learning Agreements für die spätere Anrechnung, Impfbescheinigungen sowie zahlreiche weitere Planungen, die bis zum Abflug erledigt werden mussten. Auch das

Visum musste ich beantragen (online und in Papierform) und dafür zur amerikanischen Botschaft nach München fahren. Die Ausstellung des Visums erfolgte recht schnell, jedoch war die Beantragung online umso komplizierter.

Bei der Kurswahl achtete ich bereits darauf äquivalente Veranstaltungen zu belegen, um diese an der Universität Ulm anrechnen zu lassen. Dabei muss der Studienverlaufsplan, die Anzahl und Umrechnung der Units/ECTS, die Äquivalenz und Inhalte sowie Voraussetzungen der Veranstaltungen berücksichtigt werden. Da die Einschreibung an der CSU LB relativ spät erfolgte, war es notwendig, die Learning Agreements über mehrere Veranstaltungen abzuschließen und möglichst flexibel und umfassend zu planen. Die Learning Agreements mussten sowohl von den jeweiligen Professoren als auch vom Prüfungsausschuss vorab genehmigt und unterschrieben werden. Hierzu empfehle ich den persönlichen Kontakt zu den Verantwortlichen und frühzeitige Absprachen.

Der gesamte Bewerbungsprozess wurde über das International Office der Universität Ulm und der CSU LB abgewickelt – die Verantwortung für sehr selbstständiges und sorgfältiges Vorbereiten lag jedoch bei jedem Bewerber selbst. Dabei muss auch mit unvorhergesehenen Verzögerungen gerechnet werden und Eigeninitiative, Engagement sowie Selbstständigkeit waren unverzichtbar. Es empfiehlt sich, die einzelnen Schritte so bald wie möglich vorzunehmen, da sich die Bearbeitung und Abwicklung sehr zeitintensiv gestalten können.

Bei der Bewerbung für das Auslandsstudium wurde ich durch ein Ranking der Universität Ulm für ein Baden-Württemberg-Stipendium nominiert und durfte mich im März bei der Baden-Württemberg-Stiftung bewerben. Die Bewerbung (allgemeine Daten, Lebenslauf, Motivationsschreiben, Leistungsnachweise etc.) wurde über das Online-Portal „BWS-World“ eingereicht. Im Juni 2016 erhielt ich die Zusage für eine sechsmonatige Förderung und konnte vor meinem Abflug noch an einer Veranstaltung der Stiftung in Deutschland teilnehmen.

Etwa eine Woche nach meiner letzten Klausur in Ulm flog ich in die USA. Beim Buchen des Fluges muss unbedingt auf die Klausurtermine und Abgaben für Hausarbeiten in Ulm geachtet werden, da das Semester in den USA sehr viel früher als in Deutschland beginnt. Daher habe ich meinen Flug sobald die Klausurtermine veröffentlicht wurden gebucht und Hausarbeiten bereits während des Semesters verfasst, um die Woche nach den Klausuren nur noch für letzte Planungen und das Packen zu nutzen. In den USA hatte ich dann noch knapp zwei Wochen Zeit bis die Veranstaltungen des Fall Semesters begannen. In dieser Zeit nahm ich an der Orientierungswoche für internationale Studierende teil, schickte eine Ankunftsbestätigung (Arrival Confirmation) nach Ulm, zog in mein Dorm ein und bereitete das Semester vor (endgültige Festlegung der Kurswahl, Buchbestellungen, Einlesen etc.).

### **Studium im Gastland und Leben auf dem Campus**

Den Einschreibungsprozess und die Kurswahl für das Fall Semester 2016 plante ich bereits vor meinem Abflug. Das International Office in Long Beach konnte mich in die meisten Kurse bereits einschreiben, da vorläufige Wunschkurse bei der Bewerbung angegeben werden mussten – dies geschah jedoch relativ spät. Dafür stand ich in regem Kontakt mit dem International Office der CSU LB, dessen Mitarbeiter mich in verfügbare Kurse einschrieben, und hatte die Kurswahl über das universitätseigene Online-Portal im Blick. Die Einschreibung dauerte relativ lange, da sehr viele internationale Studierende an der CSU LB Kurse belegen und einzeln von den Mitarbeitern eingeschrieben werden, wobei auch die Verfügbarkeiten und Voraussetzungen geprüft werden müssen. Nach Ankunft und den ersten Tagen an der Universität konnten noch Änderungen bezüglich der Kurse vorgenommen werden. Ich belegte äquivalente Kurse in Psychologie, deren spätere Anerkennung ich an der Universität Ulm vorab geklärt hatte. Des Weiteren vertiefte ich im Fall Semester 2016 auch meine Sprachkenntnisse in Spanisch, was durch die Nähe zu Südamerika sehr hilfreich war. Das Studienangebot war sehr breit, jedoch kamen für mich nur bestimmte Veranstaltungen, die ich anrechnen lassen konnte, in Frage. Des Weiteren war es möglich auch Veranstaltungen aus anderen Fachgebieten und Sportkurse zu belegen. Hierbei ist es wichtig, auf die vorgeschriebene Anzahl von Mindestkursen/Units zu achten und äquivalente Kurse zu belegen. Hilfreich sind der Blick in den Syllabus und der Kontakt zu den verantwortlichen Professoren.

Auch im Spring Semester 2017 belegte ich Psychologie- und Spanisch-Kurse. Hinzu kamen ein Französisch-Kurs und sogar ein Surf-Kurs, da Sport an amerikanischen Universitäten einen wichtigen Bestandteil darstellt und ich eine typisch kalifornische Sportart erlernen wollte. In diesem Semester stellte ich mir meinen Stundenplan eigenständig über das Online-Portal zusammen und schrieb mich selbst in die Kurse ein. Dabei stand ich mit dem International Office in regelmäßigem Kontakt. Für einige Kurse musste ich Voraussetzungen nachweisen und zeitaufwändige Genehmigungen bei den Professoren und Sekretariaten einholen.

Meine Psychologie-Vorlesungen und der Französisch-Kurs fanden – anders als in Deutschland – zwei Mal in der Woche statt, der Spanischkurs noch zusätzlich ein drittes Mal online. Etwa 20 bis 40 Studierende besuchten die Vorlesungen, die Atmosphäre war sehr angenehm, die Professoren waren freundlich und bei Fragen auch per mail erreichbar. Ich wurde sofort als vollwertiges Mitglied in die Studierendengemeinschaft aufgenommen und von anderen Studierenden und den Professoren gleich behandelt und bewertet. Ebenfalls anders als an den meisten deutschen Universitäten gab es regelmäßig Hausaufgaben, fast wöchentlichen fanden Klausuren, Midterms oder Tests statt und die Anwesenheit wurde erhoben, da sie in den Noten berücksichtigt wurde. Hinzu kamen regelmäßige Abgaben von Essays, mehrere Paper, Gruppenprojekte, (Poster-)Präsentationen und Online-Aufgaben. Der Arbeitsaufwand während des Semesters war daher sehr hoch, dafür bestanden die Noten nicht nur aus einer einzelnen Abschlussklausur. Es empfiehlt sich definitiv gleich von Beginn an aktiv mitzuarbeiten, die Veranstaltungen vor- und nachzubereiten, den Syllabus sorgfältig zu studieren, die Aktivitäten in den Kursen zu koordinieren und nötige Kursmaterialien zu besorgen.

Für den Vorlesungsinhalt waren neben den über ein Online-Portal zur Verfügung gestellten Präsentationen insbesondere Fachbücher essenziell. Da diese sehr teuer sind, empfehlen sich gebrauchte Bücher oder wenn möglich ältere Ausgaben (der Campus Bookstore, Facebook-Gruppen und Verkaufsplattformen im Internet helfen bei der Beschaffung). Um pro Vorlesung und Semester ein komplettes Buch zu bearbeiten, wurde jede Woche ein Kapitel gelesen und besprochen. Die Vor- und Nachbereitungen der Vorlesungen waren daher sehr zeitintensiv. Hinzu kamen Folien, die den Inhalt vertieften und erweiterten. Am Ende des Semesters wurden in allen Kursen Abschlussklausuren (Finals) geschrieben, die alle in einer Woche – teilweise sogar am selben Tag – stattfinden. An der CSU LB werden die erreichten Prozentwerte umgerechnet und in das Transcript (Zeugnis) eingetragen. Sogar der Surfkurs, der einmal wöchentlich um sieben Uhr morgens für zwei Stunden stattfand, wurde als Leistung an der CSU LB aufgeführt. Zu meiner großen Freude erhielt ich am Ende des Spring Semesters den "Spring 2017 RGRLL Outstanding Student Award" der California State University Long Beach, der mein Auslandsstudium gelungen abrundete.

Da jährlich hunderte ausländische Studierende an der CSU LB studieren, wurden organisierte Freizeitaktivitäten (Campus-Führung, Ausflug nach Downtown Long Beach etc.) vom International Office nur während der Orientierungswoche angeboten. Es folgten mehrere Veranstaltungen rund um das Thema „Studieren im Ausland“ (Study Abroad Fair), bei denen wir internationale Studierende Interessierten vom Auslandsstudium, unseren Erfahrungen an der CSU LB und unseren Heimatuniversitäten berichteten.

Zahlreiche andere Organisationen, darunter Studierendenschaften und das on campus housing, boten regelmäßig Veranstaltungen wie Filmabende, Mottoparties wie z.B. an Halloween, Ausflüge, Besuche bei der Sternwarte, Spielabende, Studiums- sowie Berufsberatungen an. Des Weiteren gab es viele Sportclubs (u.a. Segeln, Tanzen, Bogenschießen) und Gruppen, die sich mit Kultur, Politik, Religion und weiteren Themen beschäftigten. Zu Beginn jedes Semesters stellen sich diese Organisationen vor und werben um neue Mitglieder. Des Weiteren waren Besuche von Volley- und Basketballspielen der Universitätsmannschaften im Wahrzeichen der CSU LB – der blauen "Walter-Pyramide" – eine beliebte Abwechslung zum stressigen Universitätsalltag.

Außerdem wurden auch verschiedene Lernmöglichkeiten und Workshops von Campusorganisationen angeboten. So nahm ich beispielsweise am Q.P.R. (question-persuade-refer) Suicide Prevention Training, das vom "Project OCEAN" (On-Campus Emergency Assistance Network) durchgeführt wurde, teil. Dort wurde über Warnsignale, den Umgang mit und Hilfsmöglichkeiten in Suizidsituationen referiert, interaktiv Bewusstsein geschaffen und vermittelt, wie man in solchen Situationen als „psychologischer Ersthelfer“ handeln kann.

Die CSU LB stand den internationalen Studierenden insbesondere zu Semesterbeginn durch das International Office zur Seite, aber auch während des Semesters konnte man sich persönlich, telefonisch oder per E-Mail an die Mitarbeiter des International Offices wenden. Anfragen wurden relativ schnell bearbeitet, wobei der Kontakt sehr freundlich und hilfreich war. Eine hohe Eigeninitiative und Gewissenhaftigkeit war dennoch immer vonnöten, da die Verantwortung bei den Studierenden lag und es keine Fachvertreter für die einzelnen Studiengänge gab.

Während meines Auslandsjahres habe ich on campus in einem der typisch amerikanischen Dorms gewohnt. Da ich die Zusage für mein Auslandsstudium erst sehr spät von den Universitäten erhielt, war der Bewerbungszeitraum fast verstrichen und ich erhielt vorerst keinen Platz im Wohnheim, sondern wurde auf die Warteliste gesetzt. Zum Glück erhielt ich nach einigen Wochen aber doch eine Zusage, konnte mit möglichen Mitbewohnerinnen Kontakt aufnehmen und ein Zimmer wählen. Bei der umfassenden Bewerbung mussten bereits Präferenzen für die Dorms (on-/off-campus), Meal Plans (für die Dining Halls) und Mitbewohnerinnen (Geschlechter wurden nach Stockwerken getrennt) angegeben werden. Eine sorgfältige Vorbereitung und das Einholen nötiger Informationen sind daher

wieder von großer Bedeutung. Da mein Dorm nicht einmal 10 Gehminuten vom Campus entfernt war, habe ich auf ein Auto verzichtet. Ansonsten bin ich mit dem Fahrrad und Bus unterwegs gewesen. Möchte man on campus leben, muss man sich einigen Besonderheiten bewusst sein: Man teilt sich zu zweit ein kleines Zimmer von etwa 15 Quadratmetern, das Bad wird von sechs Bewohnern in einer Suite genutzt, es herrscht Alkohol- und Rauchverbot, die "quiet hours" (22-6Uhr) müssen eingehalten werden und für 100 Bewohner stehen nur jeweils zwei Waschmaschinen und Trockner zur Verfügung, daher ist ein gutes Zeitmanagement ein absolutes Muss. Wer sich damit jedoch arrangieren kann, genießt die Nähe zur Uni und die Angebote des Housing Offices (Filmabende, Beratungsangebote etc.). Da die Dorms über keine Küchen verfügen, isst man in einer der drei Dining Halls, die fast rund um die Uhr geöffnet haben. Man kann zwischen verschiedenen Meal Plans wählen – ich habe mich für den traditionellen Plan entschieden, der drei Mahlzeiten unter der Woche und zwei am Wochenende beinhaltet. Die Dining Halls funktionieren nach dem "all you care to eat"-Prinzip (man kann sich alles nehmen was man möchte, sollte dies aber verantwortungsvoll tun) und die Auswahl an Speisen und Getränken ist extrem umfassend und abwechslungsreich, da die Angebote täglich variieren und sich nur alle paar Wochen wiederholen. Man kann sich dabei aussuchen, wann genau man essen möchte (Frühstück 7-10 Uhr, Mittagessen 11-14.30Uhr, Abendessen 16-20.30Uhr). Des Weiteren wurden alle Dining Halls erst kürzlich renoviert und laden mit modernen, offen gestalteten Innen- sowie Außenplätze zum Essen ein. Mit kleinen Gesten wie selbstgemachter Limonade, Dekorationen zu Halloween oder Weihnachten, Themenmenüs und ausgefallenen Gerichten versuchen die Mitarbeiter der Dining Halls das Studentenleben ein bisschen zu versüßen, wobei die meisten von ihnen selbst Studierende sind. Außerdem kann man zu Beginn des Semesters eine Mahlzeit an bedürftige Studierende spenden, die diese dann während des Semesters einlösen können.

Im Service Center kann man nach der Post sehen, Briefe verschicken oder bei Problemen in den Dorms Hilfe anfordern. Das Housing Office und die Resident Assistants (zwei Studierende pro Gebäude, die für ein reibungsloses Zusammenleben verantwortlich sind) organisieren ab und zu kleinere Veranstaltungen wie Filmabende oder Ausflüge, um das Wohnen in den Dorms attraktiv zu gestalten. Mit meiner Mitbewohnerin hatte ich im Spring Semester Glück, da wir uns gut verstanden, gemeinsam die Gegend erkundeten und Sport machten. Allerdings läuft es nicht immer so reibungslos ab und man muss sich an das Zusammenwohnen im Zimmer und den Suites erst gewöhnen – das klappt in manchen Fällen besser als in anderen. Für mich war es jedoch eine einmalige und lehrreiche Erfahrung typisch amerikanisch "on campus" zu wohnen und auch diesen kulturellen Unterschied mitzuerleben.

Für die off-campus Wohnungssuche lassen sich Facebook-Gruppen nutzen, in denen Wohnungsangebote gepostet werden und internationale Studierende Nachfolger für ihre Zimmer oder WGs suchen. Außerdem bietet das International Office Informationen zu anderen Webseiten, die Wohnmöglichkeiten aufzeigen. Off-campus zu wohnen spart zwar Geld bei den Mietkosten, jedoch müssen auch die Ausgaben für Verpflegung, Fortbewegung und weitere Lebenshaltungskosten berücksichtigt werden. Auch hier empfiehlt sich eine frühzeitige Organisation.

Der weitläufige CSU LB Campus mit über 35.000 Studierenden hat mir sofort sehr gut gefallen, da er sehr offen, freundlich und modern gestaltet ist. Die vielen, gepflegten Grünflächen eignen sich gut um draußen zu lernen oder laden zu einem Spaziergang ein. Viele Studiengänge – so auch Psychologie – besitzen ein eigenes Gebäude. Des Weiteren stehen eine Bibliothek, ein Buchladen, mit allem was das Studentenherz begehrt, zahlreiche Essmöglichkeiten, Lernflächen und Pausenaktivitäten wie Kegeln in der "University Student Union" zur Verfügung. Aber ein amerikanischer Campus wäre nicht das, was er ist, gäbe es da nicht noch einiges mehr: riesige Sportgelände für Sportarten wie Baseball, Tennis, Bogenschießen und Schwimmen, das imposante Wahrzeichen der Universität (die blaue Walter-Pyramide, in der die Basketball- und Volleyballteams der CSU LB gegen Mannschaften anderer Universitäten antreten), das zweistöckige, relativ neue, sehr moderne "Student Recreation & Wellness Center" mit zahlreichen, teils außergewöhnlichen Fitness-, Sport- und Erholungsangeboten, das kleine Universitätsmuseum, die universitätseigene Polizei- und Poststation, der wunderschöne "Japanese Garden", das "Performing Arts Center", in dem immer wieder Vorstellungen stattfinden, kleinere Supermärkte und vieles mehr. Auch öffentliche Busverbindungen, unizugehörige Shuttlebusse und Parkplätze stehen zur Verfügung.

### **Aufenthalt im Gastland**

Das Studium nahm aufgrund der nötigen Vorbereitungen (Lesen von Literatur, Hausaufgaben, Lernen, Erstellung von Hausarbeiten, Präsentationen und Gruppenprojekten etc.) definitiv den größten Teil meines Alltages in Anspruch. Dennoch wollte ich die amerikanische Kultur und die Umgebung von Long Beach näher kennenlernen. Daher habe ich mir mindestens einmal pro Woche ganz bewusst Zeit genommen, um kleinere Ausflüge zu unternehmen. So war ich zum Beispiel im Museum of Modern Art, im Aquarium von Long Beach, im Museumsschiff

Queen Mary, dem Kriegsschiff USS Iowa, auf der Rancho Los Alamitos und Los Cerritos, im Museum of Latin American Art sowie dem Universitätsmuseum. Außerdem habe ich den mehrstündigen Hollywood Hike zum berühmten Hollywood-Zeichen gemeistert, war am Griffith Observatory, in den Orten Seal Beach und Santa Monica, habe das Getty Center, die Getty Villa und Sehenswürdigkeiten wie den Walk of Fame in Los Angeles besucht. Ausgiebige Wanderungen durch eine eindrucksvolle Landschaft habe ich mit meiner Großcousine im Joshua Tree National Park genossen. Da die Universität relativ nahe am Meer liegt, bin ich mit dem Fahrrad gerne zum Strand gefahren, wo man den kilometerlangen Sandstrand bei strahlend blauem Himmel entlang laufen kann. Die kleine Insel Naples mit ihren vielen wunderschönen Häusern und Kanälen war immer einen Besuch wert – besonders zu Weihnachten, wo dort festlich dekoriert wurde. Auch Boots- und Whale-Watching-Touren ausgehend von der beliebten Strandpromenade Shoreline Village/The Pike stellten unvergessliche Ausflugsmöglichkeiten dar. Kleine Läden, amerikanische Kulinaritäten und Events wie “Stroll & Savor“ waren vor allem auf der 2nd Street zu finden. Auf dem Campus habe ich bei einigen Volley- und Basketballspielen mitgefiebert, Sterne von der universitätseigenen Sternwarte beobachtet, Filmabenden beigewohnt und Zeit im sehr gepflegten, authentischen Japanese Garden verbracht, der sich auf dem Campus befindet. Sogar eine Fraternity Party konnte ich miterleben. Die vor Long Beach gelegene Insel Catalina Island erreicht man mit der Fähre – sehr interessant war der dortige Besuch im botanischen Garten mit dem Wrigley’s Memorial, der Garden to Sky Hike mit Blick über die Landschaft und das Meer sowie das kleine Städtchen Avalon. Zur Weihnachtszeit habe ich die traditionellen Events von Long Beach miterlebt – darunter die Christmas Parade auf der 2nd Street und die Boat Parade durch Naples. Insgesamt habe ich sehr viele nette Menschen kennengelernt und neue Freunde gefunden, mit denen ich unterwegs war und viel erlebt habe. Über Thanksgiving habe ich meine Verwandten in Kansas besucht und mit ihnen die Feiertage auf traditionelle Weise verbracht. Die Spring Break von einer Woche habe ich in San Francisco verbracht – Alcatraz, die Lombard Street, Fisherman’s Wharf und Cable Car fahren sind natürlich absolute Highlights. Außerdem war ich an der Westküste der USA, wo ich mit meinem Freund den Highway 1 entlang gefahren bin. Obwohl es normalerweise sehr warm und trocken in Kalifornien ist, so gibt es landschaftlich doch viel zu sehen – in Thousand Oaks kann man beispielsweise zum Paradise Waterfall und einer Höhle wandern. Auch in Los Angeles war natürlich immer viel los und zumindest ein Musical sollte man dort gesehen haben. Wer sein Glück versuchen will, kann sich online für live Aufzeichnung in Hollywood bewerben – so durfte ich “The Voice“ und die “Late Late Show with James Corden“ erleben. Die nahegelegenen Universal Studios und Disneyland dürfen natürlich auch nicht fehlen. Für ein längeres Wochenende empfiehlt sich ein Ausflug nach San Diego – eine sehr moderne Stadt am Meer mit der riesigen USS Midway, der bekannten Coronado Island und dem schönen Balboa Park. Da die Semester meist früher als in Deutschland enden, bieten sich längere Reisen nach Semesterabschluss an. In der Zwischenzeit und nach der Rückkehr kann man dann die Anrechnung der Auslandsleistungen beantragen, sobald das Transcript in Ulm eintrifft.

Die gemeinsame Zeit für Unternehmungen mit meinen amerikanischen Bekannten und Verwandten habe ich während meines gesamten Aufenthaltes sehr geschätzt, da sie meine Zeit im Ausland sehr bereichert und mir ihre Kultur und Lebensweisen näher gebracht haben. Den Kontakt nach Amerika werde ich definitiv aufrechterhalten.

Während der Vorlesungszeit habe ich vor allem mein Fahrrad und öffentliche Busverbindungen, für die es ein \$5-Dollar Studententicket für das gesamte Semester/Jahr gibt, genutzt. Beim Fahrradfahren sollte man jedoch immer sehr vorsichtig und vorausschauend fahren, da es an Radwegen fehlt, die Straßen oft nicht in optimalem Zustand sind und Autofahrer nicht immer auf Fußgänger und Radfahrer achten. Die Distanzen in den USA sind deutlich größer als in Deutschland, daher habe ich während der Ferien Flüge und ein Mietauto gebucht. Auch hier empfiehlt sich eine frühzeitige Planung, da sich so Kosten einsparen lassen. Bei Mietautos ist zu beachten, dass oft Aufpreise für Fahrer unter 25 Jahren fällig werden. Mit dem amerikanischen Verkehrs- und Parksystem sollte man sich zuvor vertraut machen, insbesondere wenn man in Großstädten wie Los Angeles unterwegs ist.

Für die Zeit im Ausland empfiehlt sich definitiv die Mitnahme einer Master- oder Visa-Karte, da das schnelle und einfache Bezahlen in den USA weit verbreitet ist. Ausgaben wie Wohnkosten konnten so schnell abgewickelt werden. Allerdings können zusätzliche Gebühren für das Abheben von Bargeld erhoben werden. Es ist auch möglich, ein amerikanisches Konto zu eröffnen – Möglichkeiten hierfür werden in der Orientation Week und auf dem Campus vorgestellt.

Dank der intensiven Beschäftigung mit dem Studium und des Lebens auf dem Campus haben sich meine Englischkenntnisse und Kommunikationsfähigkeiten deutlich verbessert. Während meines Auslandsstudiums war jederzeit sehr viel Eigenständigkeit und Problemlösefähigkeiten vonnöten; auch den Kontakt zu meiner Heimatuniversität habe ich stets aufrechterhalten. Ich habe an Selbstbewusstsein und Selbstvertrauen gewonnen und bin alleine sehr gut zurechtgekommen. Durch das Studieren und Leben in einem anderen Land und den

Kontakt zu Einheimischen hat sich mein interkulturelles Verständnis (Lebensweisen, Kultur, Traditionen etc.) vergrößert, wobei das Interesse beidseitig war und ich den Amerikanern von meinem Leben in Deutschland berichtete. Um so eine lange Zeit erfolgreich im Ausland zu verbringen, bedarf es auch Flexibilität, Durchhaltevermögen und ausgeprägter Gewissenhaftigkeit, um das konsequente Strukturieren von Studium und Alltag erfolgreich zu bewältigen. Hinzu kommt die Fähigkeit sich an die amerikanische Lebensweise anzupassen, wie zum Beispiel das Teilen eines kleinen Zimmers in den Dorms, die über keine Küchen verfügen.

Vor meinem Auslandsstudium war ich bereits mehrfach in den USA (Urlaube, Austauschprogramme), dort länger zu leben unterschied sich jedoch von meinen bisherigen Erfahrungen. Als internationale Studierende wurde ich sehr freundlich empfangen und fühlte ich mich sofort als vollständiges Mitglied der Gemeinschaft. Ich erhielt einen viel tieferen Einblick in den Alltag amerikanischer Studierender, der sowohl positive als auch negative Aspekte umfasste, und konnte aktuelle Entwicklungen wie beispielsweise die Präsidentschaftswahl 2016 hautnah miterleben.

### **Das Baden-Württemberg-Stipendium**

Die Baden-Württemberg-Stiftung hat mich von September 2016 bis Februar 2017 mit dem Baden-Württemberg-Stipendium gefördert. Die Zusage für das Baden-Württemberg-Stipendium erhielt ich etwa acht Wochen vor meinem Abflug, sodass ich noch an einer Veranstaltung der Baden-Württemberg-Stiftung teilnehmen konnte. Diese umfassende Veranstaltung war inhaltlich sehr interessant und man wurde sofort herzlich in die Stipendiatengemeinschaft aufgenommen. Ich traf andere Studierende, die ebenfalls gefördert wurden, und konnte mich mit ihnen über unsere bevorstehenden oder bereits absolvierten Auslandsaufenthalte austauschen.

Über das Online-Portal BWS-World habe ich Kontakt zu anderen Stipendiaten aufgebaut und aufrechterhalten. BWS-World bietet einen schnellen und effizienten Zugang zu vielseitigen Themen, Informationen und Angeboten, die ich auch während meiner Zeit in den USA mitverfolgt habe. Nach meiner Rückkehr nach Deutschland möchte ich an weiteren Veranstaltungen der Baden-Württemberg-Stiftung teilnehmen und aktives Mitglied der Stipendiatengemeinschaft bleiben.

Die Stiftung leistet mit ihrer Arbeit einen wertvollen Beitrag zum interkulturellen Austausch und erleichterte mir das Auslandsstudium durch die ideelle und finanzielle Unterstützung. Der Kontakt zur Baden-Württemberg-Stiftung war stets ausgezeichnet und hilfreich. Ich bin sehr froh und dankbar, dass ich mit dem Baden-Württemberg-Stipendium gefördert wurde und dadurch auch Teil des Stiftungsnetzwerkes werden konnte. Zudem finde ich es eine tolle Möglichkeit, auch nach dem Auslandsstudium Teil des Netzwerkes zu sein, an Veranstaltungen der Stiftung teilnehmen zu können und über BWS-World mit der Stiftung und anderen Stipendiaten in Kontakt zu bleiben.

### **Weitere praktische Tipps**

Bei jeglichen Vorbereitungen für den Auslandsaufenthalt empfehle ich eine frühzeitige Planung sowie eine sorgfältige Vorbereitung. Oft sind bei der Bewerbung oder dem späteren Ablauf sehr viele Informationen, Unterlagen und Dokumente zu organisieren und abzugeben, weshalb man ausreichend Zeit einplanen und präzise vorgehen sollte. Hohe Eigeninitiative, Selbstständigkeit und Gewissenhaftigkeit sind Eigenschaften, die bei der Planung und Durchführung eines Auslandsaufenthaltes sehr hilfreich und wichtig sind. Auch wenn die Hindernisse bei der Vorbereitung oft kräftezehrend und entmutigend sein können, so wird man später doch reichlich für die Mühen belohnt und kann seinen Traum vom Auslandsstudium verwirklichen. Man wächst bekanntlich mit seinen Aufgaben und findet immer eine Lösung für Probleme, die auftreten können. Ein Auslandsstudium ist eine solch einmalige und schöne Erfahrung, für die sich der hohe Aufwand definitiv lohnt.

Des Weiteren ermutige ich Studierende, sich im Falle einer Nominierung für das Baden-Württemberg-Stipendium unbedingt bei der Baden-Württemberg-Stiftung zu bewerben und von den vielseitigen Angeboten zu profitieren. Es war eine sehr schöne Erfahrung andere Stipendiaten kennenzulernen, sich austauschen zu können und Teil der Gemeinschaft zu werden. Man wird sehr offen aufgenommen und erhält viele hilfreiche Informationen rund um das Auslandsstudium, aber auch andere nützliche Tipps für die Zeit nach der Rückkehr.

### **Persönliches Fazit**

Allgemein habe ich von den zahlreichen neuen Erfahrungen meines Auslandsstudiums sehr profitiert und bin äußerst dankbar, mein Auslandsstudium gewagt und erfolgreich absolviert zu haben. Die Zeit im Ausland hat mir einzigartige fachliche, persönliche und soziale Weiterentwicklungen sowie umfassende, lehrreiche Eindrücke

ermöglicht, die ohne diesen Auslandsaufenthalt nicht möglich gewesen wären. Ich empfehle jedem Interessierten diesen mutigen Schritt zu wagen, denn die vielen schönen und bereichernden Erlebnisse und Momente entlohnen für all die Mühen, die sich hinter der Verwirklichung eines Auslandsstudiums verbergen. In den fast 10 Monaten meines Auslandsstudiums habe ich mein Studium intensiv auf Englisch weiter verfolgt, ein anderes Land samt verschiedener Kulturen und vielen interessanten Menschen kennengelernt, neue Freunde gefunden und mich selbst weiterentwickelt. Ich bin mir sicher, von den einmaligen Erfahrungen auch nach meiner Rückkehr nachhaltig zu profitieren. Von der Vorbereitung bis zu meiner Rückkehr habe ich mir sehr viele Fertigkeiten angeeignet, Fähigkeiten vertieft und einiges über mich selbst gelernt. Ich bin sehr glücklich, mein Auslandsstudium an der CSU LB absolviert und einen Teil meines Lebensweges in Kalifornien verbracht zu haben.

Ich möchte mich ausdrücklich und ganz herzlich bei den International Offices in Ulm und Long Beach bedanken, die für die Bewerbung und grundlegende Organisation meines Auslandsstudiums zuständig waren. Mein weiterer, besonderer Dank gilt der Baden-Württemberg-Stiftung für die großzügige ideelle und finanzielle Unterstützung. Mein Auslandsstudium und der Erhalt des Baden-Württemberg-Stipendiums werden mir in sehr guter Erinnerung bleiben und stellen eine große Bereicherung in meinem Leben dar.

