

Erfahrungsbericht Austauschprogramm - *experience report*

TEIL 2 - *part 2: Beschreibung und Bewertung - Description and Evaluation*

Major bzw. Studiengang an der Leuphana - <i>study programme at Leuphana University</i>	Psychology
Minor bzw. Unterrichtsfächer - <i>minor or subjects (for teacher training students)</i>	Psychology and Society
Studienniveau - <i>study level</i>	<input checked="" type="checkbox"/> Bachelor <input type="checkbox"/> Master <input type="checkbox"/> Doctorate
Fachsemester, in dem der Studienaufenthalt stattfand - <i>semester in which the study abroad took place</i>	5
Gasthochschule - <i>host University</i>	University of New South Wales
Land - <i>country</i>	Australien
Zeitraum - <i>study period</i>	<input checked="" type="checkbox"/> Wintersemester - <i>winter semester</i> 2022 <input type="checkbox"/> Sommersemester - <i>summer semester</i> 20
Ankunft/Abreise - <i>arrival/departure</i>	05/09/2022 - 08/12/2022
Verkehrsmittel - <i>transportation</i>	Flugzeug

Kursangebot - *course offerings*

<input type="checkbox"/>	Festgelegtes Studienprogramm ohne Wahlmöglichkeiten <i>fixed study programme</i>
<input type="checkbox"/>	Kurse können nur an einer bestimmten Fakultät/aus einem bestimmten Studienprogramm gewählt werden, bitte nennen <i>courses can only be selected from a specific department/programme of study, please specify</i>
<input checked="" type="checkbox"/>	Kurse können fächerübergreifend aus dem gesamten Kursangebot gewählt werden <i>courses can be chosen from the full range of courses across all subjects</i>
Unterrichtssprache <i>language of instruction</i>	Englisch

Anerkennung - *credit transfer*

Kurs/Modul an der Gasthochschule <i>course/module at host university</i>	Modul an der Leuphana bzw. „Zusatzleistung“ <i>module at Leuphana University or "additional course"</i>
Health Psychology	Applications of Psychology in Society (Work, Health, and Education)
Clinical perspectives on anxiety, mood, and stress	Praxisorientierte Zugänge zu den Naturwissenschaften
Psychology of Work	Industrial, Organizational and Economic Psychology

**Kosten - costs**

Visum (falls zutreffend) - <i>visa (if applicable)</i>	415	Weitere studienrelevante Kosten (Bücher, Labgebühren etc.) - <i>other study related costs (books, lab fees etc.)</i>	/
Reisekosten - <i>travel costs</i>	1750	Freizeit - <i>leisure</i>	200
Unterkunft pro Monat - <i>accommodation per month</i>	900	Studiengebühren (falls zutreffend) - <i>tuition fees (if applicable)</i>	6.345
Lebenshaltung pro Monat - <i>living per month</i>	500	Vermittlungsgebühren (falls zutreffend) - <i>agent fees (if applicable)</i>	/

Zusammenfassung -Summary

Bitte beschreiben Sie Ihre persönlichen Erfahrungen und bewerten Sie den Studienaufenthalt im Ausland unter Berücksichtigung der folgenden Punkte. Bitte verwenden Sie keine personenbezogenen Daten wie Namen etc. Sie können gerne bis zu drei Fotos einfügen, bitte achten Sie auch hier darauf, dass keine Personen erkennbar sind.

Please describe your personal experience and review your experience abroad considering the following aspects. Please do not use personal data like names etc. You are welcome to include up to three pictures without people who could be recognized.

- Vorbereitung (Planung, Organisation, Bewerbung an der Gasthochschule)
preparation (planning, organization, application to the host university)
- Angebote für Incomings (Orientierungsprogramm, Sprachkurse, Buddy und/oder Tandem Programm, etc.)
support for incoming students (orientation program, language courses, buddy and/or tandem program, etc.)
- Unterkunft (selbst gesucht oder organisiert durch die Gasthochschule, Studierendenwohnheim oder privat, Standard, etc.)
accommodation (arranged by the host university yes or no, student dormitory or private, standard/quality, etc.)
- Nachhaltigkeit (Reisen etc.)
Sustainability (green travel etc.)
- Studium (Kursangebot, Unterrichtssprache, Qualität, etc.)
study (courses offered, language of instruction, quality of instruction, etc.)
- Alltag und Freizeit
daily life and leisure
- Fazit (beste/schlechteste Erfahrung, Weiterempfehlung ja/nein)
conclusion (best/worst experience, recommendation yes/no)

Bereits zu Beginn meines Studiums wusste ich, dass ich gerne ein Auslandssemester machen würde. Diesen Wunsch konnte ich mir schließlich im 5. Semester meines Psychologiestudiums erfüllen, als ich nach Australien an die University of New South Wales (UNSW) in Sydney gegangen bin. Im Folgenden werde ich von meinen Vorbereitungen, dem Studium und meinem australischen Alltag erzählen, sowie ein persönliches Fazit ziehen.

Vorbereitung

Die Vorbereitungen für mein Auslandssemester als Freemover waren ehrlich gesagt der wohl anstrengendste und definitiv zeitaufwendigste Teil meiner gesamten Reise. Doch ich kann bereits vorwegnehmen, dass es sich zu 100% gelohnt hat! Da ich die englische Sprache und die australische Kultur liebe, war für mich von Anfang an klar, dass ich gerne nach Australien gehen möchte. Mein erster Schritt war es daher die passende Gastuniversität für mich zu finden. Hierbei, sowie während des gesamten Bewerbungsprozesses, haben mir die Website von Gostralia und dem Ranke-Heinemann Institut sehr weitergeholfen. Bei beiden handelt es sich um kostenfreie Studienberatungen, die sich darauf spezialisiert haben Student*innen bei der Umsetzung ihres Auslandssemesters in Australien zu unterstützen. Nachdem ich ausgiebig das Kursangebot verschiedener Universitäten verglichen hatte, fiel meine Wahl schließlich auf die University of New South Wales



in Sydney. Insbesondere die Kurse im Bereich Gesundheitspsychologie, die weder an der Leuphana noch an den meisten anderen australischen Universitäten angeboten werden, haben mich sehr angesprochen. Ein weiterer Punkt, der mich in meiner Entscheidung bestärkt hat, ist die Qualität und das hohe Ansehen, welches die UNSW genießt. Sie zählt zu den 50 besten Universitäten weltweit und wann hat man schonmal die Chance an solch einer Uni studieren zu dürfen?

Im nächsten Schritt habe ich mich daher mit Hilfe des Ranke-Heinemann Instituts an der UNSW beworben, indem ich alle erforderlichen Dokumente an das Institut gesendet habe. Der Bewerbungsprozess war demnach recht leicht, man muss eben nur an alles denken: Studentervisum beantragen, eventuell seinen Reisepass verlängern lassen, einen Englischnachweis vorlegen und noch einiges mehr. All dies dauert natürlich seine Zeit, daher habe ich bereits 8 Monate vor Abflug mit der Suche nach einer passenden Uni angefangen. Außerdem habe ich meine ausgewählten Kurse frühstmöglich zur Überprüfung auf Anerkennung den Verantwortlichen der Leuphana zugesendet und alles in einem Learning Agreement festgehalten.

An- und Unterkunft

Gleich nach dem Ende der Klausurenphase in Deutschland bin ich nach Australien geflogen, da ich gerne 2 Wochen vor Studiumsbeginn in Australien haben wollte, um mich etwas einzuleben. Ein weiterer Grund weshalb die Wahl meiner Gastuniversität auf die UNSW gefallen ist, waren die sich nicht überschneidenden Semesterzeiten. Bei allen anderen australischen Universitäten hätte die Uni bereits begonnen während ich noch mitten in der Prüfungsphase in Deutschland gesteckt habe. An der UNSW war dies jedoch glücklicherweise nicht der Fall, da man hier in Trimestern anstatt Semestern studiert. Dementsprechend ist die Studienzzeit jedoch auch kürzer als an anderen Wochen und entspricht nur 14 Wochen inklusive einer Orientierungswoche. Diese Woche ist gefüllt mit vielen lustigen Aktivitäten, um nicht nur den Campus, sondern auch andere internationale Student*innen aus aller Welt kennenzulernen. Es gibt kostenlose BBQs, Spiele zum Kennenlernen, Vorträge, Workshops und vieles mehr. Obwohl die Orientierungswoche nicht verpflichtend ist, kann ich nur wärmstens empfehlen daran teilzunehmen, da man so wirklich schnell neue Leute kennenlernt und einem außerdem die sportlichen und sozialen Angebote der Uni vorgestellt werden. Insgesamt gibt es an der UNSW über 300 "student clubs" beziehungsweise AGs, das heißt es ist wirklich für jede*n etwas dabei!

Bezüglich der Frage nach der Unterkunft, muss ich sagen, dass ich persönlich während meiner Zeit in Sydney bei Bekannten untergekommen bin. Von meinen neu gewonnenen Freund*innen in Sydney weiß ich jedoch, dass man sehr früh mit der Suche nach einer Unterkunft beginnen sollte und mit Preisen zwischen 160 und 190Euro pro Woche(!) für ein WG-Zimmer rechnen muss.

Studium

Als ich das erste Mal auf dem Campus war, habe ich mich gefühlt wie in einem Hollywood Film. Der Campus ist so groß, dass ich bis heute noch nicht an allen Ecken war und es gibt nicht nur eine eigene Uni-Bar, sondern auch ein Schwimmbad, ein Food-Court anstatt einer Mensa, eine eigene Shoppingmall und einen großen Veranstaltungssaal, in dem hin und wieder auch Uniparties stattfinden.

Man sollte ich jedoch auch bewusst machen, dass ein Auslandssemester kein Urlaub, sondern harte Arbeit ist. Insbesondere in Australien ist der Workload sehr hoch. Auch wenn man in Australien nur 3 bis maximal 4 Kurse pro Trimester belegt, sollte man bedenken, dass dies hier einem "full-time study load" entspricht. Das System ist in Australien ganz anders als ich es von der Leuphana kenne: anstatt einer Klausur oder Hausarbeit ganz am Ende des Semesters hat man hier mehrere Prüfungsleistungen, die über das Semester verteilt sind. In einem Kurs hatte ich beispielsweise wöchentliche Quizzes und in einem anderen Kurs haben wir während des Semesters in 5er Gruppen an einem großen Projekt gearbeitet im Rahmen dessen wir eine psychologische Intervention erfinden sollten. Außerdem gibt es in den meisten Kursen zusätzlich zum "final exam" auch noch ein "midterm exam", welches zur Hälfte des Semesters hin stattfindet und etwa 40% zählt. Anders als in Deutschland muss man in Australien also die ganze Zeit am Ball bleiben und kann sich nur schwer erlauben mal eine Woche nichts für die Uni zu tun. Allerdings hat man auf diese Weise, wie ich finde, aber auch bessere Chancen auf gute Noten, da man einen schlechten Tag am finalen Klausurtag durch die anderen Projekte und vorherigen Hausarbeiten wieder ausgleichen kann.

Außerdem ist der Aufbau und Ablauf an der UNSW von Kurs zu Kurs unterschiedlich. In einem meiner Kurse gab es zusätzlich zu 2 wöchentlichen Vorlesung immer noch ein wöchentliches Tutorium mit Anwesenheitspflicht. Andere Kurse



hingegen haben komplett online stattgefunden und man musste/konnte die hochgeladenen Vorlesungsvideos selber von Zuhause aus anschauen. Daher unterscheiden sich die verschiedenen Kurse auch qualitativ voneinander, doch es wird stets hoher Wert auf wissenschaftliche Qualität gelegt. Die Unterrichtssprache ist natürlich immer Englisch inklusive einem echten "Aussie accent". :)

Was mir außerdem sehr gut an meinem Auslandssemester an der UNSW gefallen hat, waren die zahlreichen Veranstaltungen und Aktivitäten die von den studentischen Initiativen und AGs wöchentlich während des Semesters auf dem Campus angeboten wurden. Somit gab es an heißen Tagen kostenloses Eis, einen Cupcake oder sogar ein BBQ. In der mental health week wurden Hundebabies und Alpacas auf den Campus eingeladen oder es gab kostenlose Massagen und die Möglichkeit seine eigene Stofftasche zu bemalen. Von einem derartigen Angebot habe ich bisher bei keiner anderen (australischen) Uni gehört, daher ist dies ein ganz großer Pluspunkt für die UNSW.

Alltag und Freizeit

Seine Freizeit kann man in Sydney so vielfältig gestalten wie in sonst kaum einer anderen Stadt. Von wunderschönen Stränden, die gerade einmal 20 Minuten von der Uni entfernt sind, über Bushwalks in der Natur bis hin zu einem echten Großstadterlebnis - es ist für jede*n etwas dabei. Während Sydney definitiv zu den teureren Städten gehört, gibt es hier jedoch auch zahlreiche Veranstaltungen und beeindruckende Erlebnisse. Wer Lust hat, kann morgens vor der Uni surfen gehen, am Wochenende an einer der vielen Bootparties teilnehmen, ein Eis vor dem Opera House essen, die wunderschöne Stadt von Sydney erkunden oder sich einfach nur am Strand ausruhen. Auch Tagesausflüge in die Blue Mountains sind von Sydney aus sehr gut machbar. Ich würde jedem*r empfehlen nach Semesterende noch so viel Zeit wie möglich in Australien zu verbringen, um die Chance zu haben noch mehr von diesem schönen Land zu erkunden. Die Australier selbst sind sehr offene und freundliche Menschen, sodass es mir am Ende sichtlich schwer gefallen ist dieses wunderschöne Land wieder zu verlassen und ein Teil meines Herzens wird von nun an wohl immer den Namen Sydney tragen.

Fazit

Die Entscheidung für ein Auslandssemester in Sydney war wohl eine der besten Entscheidungen in meinem Leben. Die vielfältigen Angebote der University of New South Wales, die neu gewonnenen Freunde und die Stadt an sich haben mein Auslandssemester zu einem unvergesslichen Abenteuer gemacht. Wenn man sich dem Workload bewusst ist und nicht nur zum Spaß, sondern auch wirklich zum Studieren nach Australien kommt, dann kann man nicht nur einiges dazu lernen, sondern seinen eigenen Horizont auf noch so vielen weiteren Ebenen erweitern. Der einzige Nachteil sind die hohen Kosten, die mit einem Auslandssemester in Sydney verbunden sind. Daher sollte man sich vorher gut über seine Chancen auf Auslandsbafög und/oder ein PROMOS Stipendium informieren und zusätzlich die Angebote vom Ranke-Heinemann Institut oder Gostralia nutzen. Abgesehen davon, kann ich jedem*r ein Auslandssemester nur wärmstens weiterempfehlen, da ich niemanden kennengelernt habe, der seine/ihre Entscheidung für ein Auslandssemester an der UNSW bereut. Im Gegenteil, am Ende lagen wir uns allen in den Armen mit einem lachenden Auge, da wir so viele unglaubliche Erfahrungen gesammelt haben, und einem weinenden Auge, als es dann hieß diese wunderschöne Land hinter zu lassen. Für meinen Teil kann ich nur sagen: Sydney, I will be back!





