

# ERFAHRUNGSBERICHT

Sophia University WS 2022/23



*B.Sc. Geographie | Freiburg University*

## **Feedback ans IO**

Allgemein kann ich mich bei dem International Office nur bedanken für die gute Organisation und Betreuung des Auslandsaufenthaltes. Herr Langer hat sich wirklich sehr viel Zeit für Gespräche und Beratungen genommen und ich habe mich sehr gut unterstützt gefühlt. Der Stand des Bewerbungsprozesses und die Situation in Japan wurden immer gut kommuniziert und alles war sehr transparent. Auch die Unterstützung bei der Stipendiumsbewerbung war sehr hilfreich.

Auch während ich in Japan war, wusste ich, dass ich mich immer beim IO melden konnte, falls es mal notwendig sein sollte. Aufgrund der so netten Zusammenarbeit mit dem IO, fällt mir keine Kritik ein. Jedoch muss ich anmerken, dass die gesamte Vorbereitung des Auslandsaufenthaltes sehr aufwendig und zeitintensiv war. Dies hatte ich definitiv davor unterschätzt.

## **Tipps und Hinweise für zukünftige Studierende: Vorbereitung**

Zuerst einmal der Hinweis, dass die Vorbereitung des Aufenthaltes sehr zeitintensiv und aufwendig ist. So wollte die Sophia Uni z.B., dass man einen Health Check beim Hausarzt macht mit Sehtest, Hörtest und der Offenlegung etwaiger Krankheiten. Außerdem benötigt man ein aktuelles Röntgenbild des Brustkorbs, um nach Japan einreisen zu dürfen. Hinzu kam noch die Installation von Corona Apps und des Trackings der Körpertemperatur 2 Wochen vor Abreise, wobei sich dies vielleicht in der Zwischenzeit wieder geändert hat. Allgemein sind es einfach sehr viele Formulare, Motivationsschreiben, Lebensläufe und so weiter, die man schreiben muss und auch den Englischnachweis und das Visum sollte man nicht auf den letzten Drücker organisieren. Zwischenzeitlich war ich ehrlich gesagt etwas am Verzweifeln, da die to do Liste einfach nicht kürzer wurde, was die Vorbereitungen betraf, aber letztendlich sitzt man dann doch irgendwann endlich im Flieger auf dem Weg nach Japan 😊.

Da das IO einem jedoch sehr gut dabei zur Seite steht, habe ich hier keine weiteren Tipps außer ein gutes Durchhaltevermögen.

Ein Stipendium ist auf jeden Fall empfehlenswert. Ich persönlich hatte das Baden-Württemberg Stipendium: Vor meinem Auslandsaufenthalt besuchte ich das Annual Meeting, ein Treffen, bei dem man zukünftige und ehemalige Stipendiat\*innen kennenlernen kann. Ich kann nur empfehlen, dort hinzugehen, da man dort Leute kennenlernt, die auch nach Japan gehen, und man sich so schonmal austauschen und connecten kann.

## **Tipps und Hinweise für zukünftige Studierende: Aufenthalt**

Ich habe mich für ein Wohnheim der Sophia University entschieden, da dies am unkompliziertesten ist. Gewohnt habe ich im DK House Tokyo Nerima. Allgemein habe ich mich sehr wohlfühlt und es war sehr cool, mit anderen Austauschstudierenden und Japaner\*innen zusammenzuwohnen. Die Atmosphäre war super offen und nett, und man konnte schnell Kontakte und Freundschaften knüpfen und sich gegenseitig beim Einleben in Japan unterstützen. Ich kann das Wohnheim empfehlen, jedoch war teilweise die Sauberkeit in den Gemeinschaftsräumen recht gering und so manches Ekelerlebnis hatte man leider. Auch ist die Miete im Vergleich zu anderen Wohnheimen recht hoch, trotz der nicht sehr zentralen Lage und der kleinen und minimalistisch eingerichteten Zimmer.

Vor Ankunft in Japan ist es hilfreich, sich mit der Funktionsweise der Tokio U- Bahn vertraut zu machen. Bei Ankunft in Tokio empfiehlt es sich, eine Suica oder Pasma- Karte zu kaufen: Das ist eine Plastik- Chipkarte, die man mit Geld aufladen kann und für die U-Bahn nutzt. Falls es einen Abholservice vom Flughafen ins Wohnheim gibt, würde ich diesen auf jeden Fall in Anspruch nehmen. Fast alle Austauschstudierenden, mich eingeschlossen, haben sich auf dem Weg ins Wohnheim mit der U- Bahn mies verfahren und sind eine gefühlte Ewigkeit durchs U-Bahn Labyrinth geirrt. Mit fast 24h ohne Schlaf und viel zu viel Gepäck gibt es definitiv schönere Erlebnisse... Google Maps funktioniert zwar eigentlich super, jedoch fehlen teilweise Angaben zur Gleisnummer. Auch den kleinen aber feinen Unterschied zwischen einem local train und einem rapid train sollte man kennen. Letzterer überspringt mehrere Haltestellen, gerne auch die vom Wohnheim... Zum Glück sind die meisten Japaner\*innen sehr hilfsbereit und bemüht, einen irgendwie nach Hause zu bringen. So ist z.B. ein Japaner extra mit mir zusammen umgestiegen und hat mich bis zu meiner Endhaltestelle gebracht an meinem Ankunftstag.

Auch (fast) ohne Sprachkenntnisse kann man auf jeden Fall in Tokio studieren. Ich hatte ein Semester im Rahmen eines Sprachtandems mit einer japanischen Studentin die wichtigsten Alltagssätze und Wörter gelernt, und bin recht gut zurechtgekommen. Die Google Translate App ist definitiv hilfreich, da sie auch Bilder (z.B. von Speisekarten, Formularen...) übersetzt. Trotzdem ist das Englisch Niveau der meisten Japaner\*innen recht gering und es ist definitiv hilfreich (japanische) Freunde zu haben, die besser Japanisch sprechen können. Selbst auf den Behörden wird oft kaum bis kein Englisch gesprochen und auch viele Studierende an der Sophia University können kaum Englisch.

Allgemein hat mir die Sophia University sehr gut gefallen. Es ist eine kleine, moderne Uni im Zentrum Tokios. Die Dozent\*innen waren alle sehr nett und die Vorlesungen, die ich belegt hatte, waren sehr spannend, vom Niveau her jedoch etwas geringer als in Deutschland. Ich hatte mich gegen einen Sprachkurs entschieden, da dieser sehr zeitaufwendig ist (fünf Mal pro Woche) und extrem viel Inhalt in kurzer Zeit gelehrt wird. Stattdessen belegte ich Vorlesungen verschiedenster Fachrichtungen und konnte so den Studierendenalltag kennenlernen und kam auch mehr mit anderen japanischen Studierenden in Kontakt. Diese Entscheidung habe ich definitiv nicht bereut und ich habe mein Semesteralltag sehr genossen und viel Wissen über japanische Geschichte, Literatur und Gesellschaft mitnehmen können. Es lohnt sich vorab abzuklären, ob man sich die ETCS im Ausland nur als Studienleistung, und nicht als Prüfungsleistung anrechnen lassen kann. Ich habe nur Studienleistungen gemacht und musste daher nur die Prüfungen bestehen und die Noten waren somit relativ egal. So hatte ich mehr Zeit für andere Aktivitäten auf dem Campus und konnte das Unileben mehr genießen. Man hatte jedoch trotzdem oft viel zu tun für die Uni mit zahlreichen kleinen Abgaben, Präsentationen, Hausarbeiten und Prüfungen. Das Campusleben der Sophia Uni ist viel bunter und aktiver als in Freiburg, mit zahlreichen Clubs, Societies und Circles, denen man beitreten konnte. Von Sport über Musik, Kunst, Sprachaustausch, Sightseeing, Kochen, Reisen, Nachhaltigkeit, community work... ist so ziemlich alles dabei.

Es empfiehlt sich, die Infoveranstaltung zu Beginn des Semesters zu besuchen, wo die verschiedenen von Studierenden geführten Clubs sich vorstellen und man ins Gespräch kommt. Ich persönlich war Mitglied in der *vegan society*, in der wir z.B. gemeinsam vegane Restaurants besucht haben und uns über Nachhaltigkeit ausgetauscht haben. Außerdem war ich Mitglied im *Japanese Tea Ceremony Circle* und habe den *Kyudo Circle* ausprobiert.

Die Circles, Clubs und Societies sind eine gute Möglichkeit, um in Kontakt mit japanischen Studierenden zu kommen. Persönlich hat es mich sehr gefreut, wie offen und freundlich mich die japanischen Studierenden empfangen haben und mir ihre Kultur und ihr Land nähergebracht haben. Trotzdem war die Sprachbarriere oft eine Herausforderung, um engere Freundschaften zu knüpfen.

Generell hat sich die Sophia University wirklich sehr gut um uns Austauschstudierende gekümmert und die Mitarbeiter, mit denen ich Kontakt war, waren alle sehr nett und hilfsbereit. Auch die Menge an Veranstaltungen, die für Austauschstudierende während des Semesters organisiert wurde, wie z.B. japanisches Theater, Stadtführungen und Austauschmöglichkeiten mit japanischen Studierenden war wirklich enorm. Auch sehr erfreulich war, dass die Uni Mensa jeden Tag ein veganes Menu bereitstellt und auch einige vegetarische Optionen.

### **Fazit**

Alles in allem wurden meine Erwartungen an das Auslandssemester definitiv erfüllt, wenn nicht sogar übertroffen. Ich hatte davor noch kaum Berührungspunkte mit Japan, daher war es sehr spannend mich auf ein ganz neues Land und eine neue Kultur einzulassen. Überraschenderweise hatte ich kaum einen Kulturschock, was vielleicht daran lag, dass es nicht meine erste Reise nach „Asien“ war. Mit Unterstützung von anderen Austauschstudierenden und der guten Betreuung der Sophia University schafft man es recht schnell, sich zurechtzufinden. Persönlich hatte ich mir im Vorhinein mehr Gedanken und Sorgen gemacht, ob ich das alles so schaffe und mich ohne ausgiebiges Vorwissen von Kultur und Sprache einfinden kann. Aber irgendwie ging dann doch vieles leichter als gedacht, wenn man offen für Neues ist.

Außerdem ist Tokio einfach eine tolle Stadt für ein Auslandssemester und die Sophia University eine sehr coole Uni. Tokio ist schwer in Worte zu fassen, man muss es einfach erleben: Die Nacht durchfeiern in Shibuya; in den Menschenmassen untergehen; zu viele Highballs trinken in Izakayas; Karaoke singen; und sich morgens zur Rush Hour in einen völlig überfüllten Zug quetschen, ohne dabei völlig zerquetscht zu werden. Auch gibt es viele kleine versteckte Cafés und Restaurants, in denen man dem Großstadtleben entfliehen kann.

Alles in allem bin ich sehr froh, das Auslandssemester gemacht zu haben und mich weiter weg getraut zu haben. Gerade diese Herausforderung hat mich persönlich weitergebracht und mir aufgezeigt, dass man mehr schafft als man denkt. Man lernt es, über sich hinauszuwachsen, sich neue Dinge zu trauen und man kommt mit vielen spannenden Menschen in Kontakt. Danke an alle, die meine Zeit in Japan so unvergesslich gemacht haben!