

Bericht: Sophia Universität, Tokio (WS 2024/25)



Vor der Abreise

Meine Vorbereitungen für mein Auslandssemester begannen im September 2023, als ich das International Office der Uni Freiburg kontaktierte und eine Sprechstunde zur Beratung ausmachte. Ich hatte mich bereits davor auf der Seite des International Office informiert. Ich wollte bereits seit meinem Bachelor ein Auslandssemester machen, musste das Projekt aber unter anderem aufgrund der Corona-Pandemie auf meinen Master verschieben.

Ich entschied mich für Japan, weil ich schon seit Jahren ein persönliches Interesse daran hatte und wusste, dass es nach meinem Studium nicht wieder so leicht die Möglichkeit geben würde, eine längere Zeit dort zu verbringen.

Ich begann Ende September die Unterlagen für meine Bewerbung beim International Office einzusammeln: Motivationsschreiben, Transkripte, Zeugnis, Empfehlungsschreiben und ein Sprachzertifikat (für das ich auf den letzten Drücker noch nach Stuttgart fahren musste, weil der Prüfungstermin in Freiburg abgesagt wurde). Dabei war mir das International Office stets eine große Unterstützung.

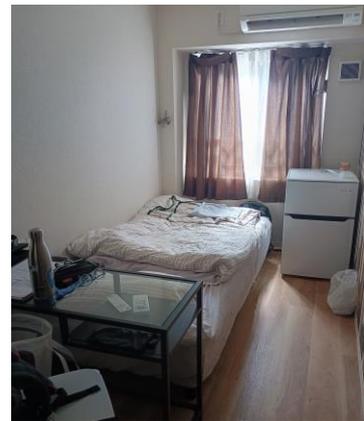
Ich entschied mich dafür, die Sophia Universität in Tokio als erste Priorität anzugeben, weil ich in Erfahrungsberichten gelesen hatte, dass sie ihre Studierenden aus dem Ausland sehr gut unterstützt. Mir gefiel ihr internationales Profil, sowie das Engagement für soziale Gerechtigkeit und Nachhaltigkeit, mit dem sie sich darstellt. Die Tatsache, dass es sich um eine katholische Universität handelt, hat wenig bis keinen Einfluss auf ein Austauschstudium. Außerdem schien es im Vorlesungsverzeichnis ein paar Veranstaltungen zu geben, die zu meinem Studienfach passen.

Nach einem Gruppengespräch des International Office mit allen Bewerber*innen für Japan, folgte Mitte Dezember dann die Zusage und die Platzierung an der Sophia Universität. Daraufhin wurde ich vom International Office bei der Sophia Universität nominiert, die mich nun ebenfalls annehmen musste, damit der Austausch letztendlich zu Stande kommen konnte. Dieser Prozess ging lange, so dass ich der Sophia Universität erst meine Dokumente nochmal selber zukommen lassen musste, sowie für sie Formulare für das Visum und zu meinen Gesundheitszustand ausfüllen musste (inklusive einmal Röntgen lassen). Die

endgültige Zusage der Sophia Universität kam schließlich Mitte Juni, woraufhin ich auch endlich meinen Flug buchte.

Kurz nach der Zusage der Uni Freiburg Mitte Dezember kam auch der Hinweis zum Baden-Württemberg Stipendium, auf welches ich mich Anfang Februar bewarb. Ich erhielt glücklicherweise Mitte Mai die Zusage für das Stipendium! Obwohl ich mein Auslandssemester auch mit meinen Ersparnissen und Unterhalt hätte finanzieren können, konnte ich die Sache so entspannter angehen und musste mir keine Sorgen mehr über die potentiell hohen Mieten in Tokio machen. Als Stipendiat*in der Baden-Württemberg Stiftung wurde ich zudem auch Teil eines Netzwerks mit vielen Angeboten und Möglichkeiten des Austauschs. Dadurch konnte ich vor meiner Abreise am jährlichen Sommerfest der Stiftung in Mannheim teilnehmen.

Meine Unterkunft in Tokio wurde mir durch die Sophia Universität vermittelt. Gleichzeitig mit der Einreichung meiner Unterlagen bis Mitte April, konnte ich ebenfalls angeben, dass ich in einer der Wohneinrichtungen für Studierende untergebracht werden wollen würde (wobei ein Platz nicht garantiert wurde). Nicht alle diese Einrichtungen gehören zur Sophia Universität. Bei manchen handelt es sich auch um Wohnhäuser, die ein Abkommen mit der Uni haben. Mir wurde Mitte Juli das Sharehouse „Be Good Zoshigaya“ zugeteilt. Mit ca. 35 Minuten Öffis bis zur Uni handelt es sich dabei um eine der Wohnmöglichkeiten, die näher gelegen sind. Das Sharehouse ist ein vierstöckiges Gebäude mit insgesamt 95 Zimmern zwischen 7 und 8 Quadratmetern und einem großen Gemeinschaftsraum mit einer Küche.



Als letzten großen Teil der Vorbereitungen holte ich am 2. September mein Visum beim japanischen Konsulat in München ab und flog schließlich am 15. September von Zürich aus nach Tokio.

Ankommen

Ich landete am 16. September nachmittags in Tokio Narita. Meinem Koffer fehlte eine Rolle und es war heiß und schwül. Während ich mit dem Bus in die Stadt fuhr, ging die Sonne unter. Irgendwie schaffte ich es mit meinem Gepäck in das Sharehouse. Bevor ich mich an die Hitze oder alle anderen neuen Eindrücke gewöhnen konnte, wurde ich direkt krank und verpasste die ersten Orientierungstage an der Sophia Universität. Das dortige International Office war aber sehr verständnisvoll und ich konnte den Spracheinstufungstest für den Japanischkurs nachholen. So konnte ich ohne weitere Probleme am 27. September mit den Kursen beginnen.

Spätestens zwei Wochen nach der Einreise musste ich mich auch bei meiner Gemeinde anmelden und in die nationale Krankenversicherung eintreten. So schwierig war das letztendlich nicht, da die Gemeinde auf Menschen, die kein Japanisch können, vorbereitet ist.

Während die Sommerhitze bis weit in den Oktober reichte, gewöhnte ich mich ganz langsam (und mit einer erneuten Krankheitspause) an mein neues, fremdes Umfeld und lernte Leute kennen. Stück für Stück knüpfte ich auch Kontakte mit den Menschen, in meinem Wohnheim und in meinen Kursen.

Alltag

➤ Uni

Die Uni hat meinen Alltag maßgeblich strukturiert. Ich hatte mich dafür entschieden, den Japanischkurs der Universität zu belegen. Der Standardkurs für Anfänger*innen, sowie der Aufbaukurs dazu fanden jeden Tag statt und gingen jeweils 100 Minuten. Der Intensivkurs findet ebenfalls jeden Tag statt, dann für 200 Minuten. Aber auch der Standardkurs ist sehr arbeitsaufwendig: Mindestens alle zwei Tage gibt es einen Test, täglich Hausaufgaben, und alle zwei Wochen einen Grammatiktest. Zusätzlich gibt es ebenfalls Midterms und Finals. Ich wurde in Japanisch zwei eingestuft, was bedeutete, dass ich erst zur zweiten Stunde in der Uni sein musste. Anfänger*innen, sowie alle im Intensivkurs, fingen zur ersten Stunde an.



Von meinen ursprünglich geplanten Fachkursen konnte ich letztendlich keinen belegen und meldete mich deshalb auf Empfehlung für einen Literaturkurs an. Dieser hat mich unerwartet auf ein Wunschthema für meine Masterarbeit gebracht. Der Kurs hat mir sehr viel Spaß gemacht, obwohl er sehr arbeitsintensiv war.

Dadurch, dass ich mir meine Kurse aus Japan nicht zuhause anrechnen lassen kann, musste ich auch nicht mehr belegen und hatte einen sehr entspannten Uni-Alltag. Ich musste nur genug Stunden an der Uni für mein Visum haben. Das war bei anderen Austauschstudierenden durchaus anders.

Da ich jeden Tag in die Uni fahren musste, habe ich mir auch einen Commuter Pass der Tokio U-Bahn geholt. Dieser deckt nur die Strecke zwischen Wohnort und Uni ab (anders als das Semesterticket zu Hause, welches pauschal für den Verkehrsverbund gilt). Das hat mich pro Monat ca. 4000¥ gekostet.

➤ Essen

In der Mittagspause gibt es auf dem Campus der Sophia Universität mehrere Möglichkeiten zum Essen: zwei Kantinen, täglich wechselnde Foodtrucks, ein Café, sowie mehrere Konbinis um den Campus herum. Als Vegetarier*in oder mit anderen Einschränkungen, kann es aber schwierig, bzw. eintönig werden. Das vegane Gericht der Kantinen war schnell ausverkauft und die Foodtrucks waren sehr fleischlastig.



Generell gilt, dass es in Japan gar nicht so einfach ist, sich konsequent und günstig vegetarisch zu ernähren. Essen gehen, sowie Essen aus Konbinis und Supermärkten ist zwar günstig, aber kaum ein Gericht wird hier ohne Dashi, Bonito (beides Fisch) oder Fleischextrakte zubereitet. Es brauchte mindestens zwei Monate, bis ich relativ entspannt einkaufen konnte, und ohne die Zutaten mit meinem Handy zu übersetzen, kam ich bis zum Ende nicht aus. Aber gerade in Gegenden mit vielen Ausländer*innen, lassen sich auch gut vegetarische und vegane Restaurants finden.

➤ Freizeit

Neben der Uni unternahm ich auch immer wieder alleine oder mit Freund*innen Tagesausflüge in der Gegend um Tokio herum. Oder ich ging nachmittags direkt von der Uni in verschiedene Stadtviertel. Tokio ist gefühlt endlos, so dass sich vermutlich jeden Tag etwas Neues entdecken lassen würde. Mit den Zügen kann man auch leicht aus der Stadt rausfahren, an die Küste, in die Berge, oder irgendwo dazwischen. Mein liebster Ausflug war

ein Tagesausflug an die Küste in Chiba. An den Wochenenden, Feiertagen und in den Ferien hatte ich auch die Gelegenheit, weiter zu fahren und bin bspw. über Weihnachten nach Kyoto.



Die Uni hatte ein häufiges Angebot an kulturellen und vernetzenden Veranstaltungen für Austauschstudierende. Ich durfte bspw. lernen, wie man Washi-Papier macht, wie man einen Shimenawa-Kranz flechtet, und konnte gebratene Mochi essen und dabei Neujahrswünsche auf eine Ema-Plakette schreiben.

Abends habe ich oft Zeit im Gemeinschaftsbereich meines Sharehouses verbracht. Dadurch, dass ich mir viel selber kochen musste, war ich auch oft länger unten und konnte sehr viele der Bewohner*innen kennenlernen. Aber nicht alle haben Zeit in der Lounge verbracht, weil viele auch zurückgezogen in ihren Zimmern lebten. Freundschaften habe ich sowohl im Sharehouse als auch in meinen Kursen geknüpft.

Ende

Am 21. Januar hatte ich meine letzte Japanischprüfung und die letzte Sitzung meines Fachkurses. Von da an war ich frei, noch mehr zu reisen, mit der Vorgabe rechtzeitig zum Ablauf meines Visums das Land zu verlassen. Die Sophia Universität hat mir eine Checkliste zur Abreise geschickt, die ich abarbeiten muss. Dazu gehört die Abmeldung bei der Gemeinde, die Auflösung von Sachen wie Mobilfunkvertrag, der Austritt aus der Krankenversicherung, etc. Das habe ich zum Zeitpunkt des Schreibens noch vor mir, ebenso wie ein paar Reisen, die ich geplant habe.

Fazit

Ich würde generell jeder Person, die sich dafür interessiert, ein Auslandssemester empfehlen. Die Vorbereitungen muss man frühzeitig und organisiert angehen und die ersten Tage/Wochen im anderen Land können anstrengend sein, aber es ist ein sehr schönes Gefühl, wenn man dann auch so langsam ankommt. Ich habe unfassbar viele freundliche, aufgeschlossene und interessante Menschen kennengelernt. Bei mir waren das zum großen Teil andere Ausländer*innen, aber mit ein bisschen Mühe kann man hier auch Locals kennenlernen.

Finanzierung spielt natürlich auch eine große Rolle. Zur richtigen Einschätzung der Kosten fand ich die Beratung im International Office sehr hilfreich. Ich bin sehr dankbar für das Baden-Württemberg Stipendium, das mir die Finanzierung erleichtert hat und mir ermöglicht hat, meine Ersparnisse nicht gänzlich aufzubreuchen.