Leonie Kirchner
Gesundheitsmanagement
Hochschule Aalen
Frau Prof. Dr. Wolf

Erfahrungsbericht Fall Term 2016
Pacific University Oregon

Inhalt

1 Zusammenfassung des Auslandssemesters 3
2 Planungen in Deutschland 4
2.1 Learning Agreement 5
2.2 Finanzierungsmöglichkeiten 6
3 Vorbereitungen für die USA 7
3.1 Visum 7
3.2 Flug 8
3.3 erforderliche Dokumente für die Pacific University 9
3.4 Krankenversicherung 9
3.5 Unterkunft 9
4 Studium an der Pacific University 11
4.2 Kurse 14
4.2.1 International Business 15
4.2.2 Organizational Behavior Management 15
4.2.3 Public Health 16
5 Leben in den USA 16
5.1 Freizeit 17
5.2 Reisen 19
5.3 Kosten 22
6 Tipps für Nachfolger 23
7 Fazit 25

1 Zusammenfassung des Auslandssemesters

Viele Studierende beschäftigen sich im Laufe des Studiums mit der Frage, ob sie ins Ausland gehen sollen. Dabei stellen sie sich mitunter folgende Fragen: Was bringt mir ein Auslandssemester überhaupt? Ist das wirklich notwendig? Bringe ich die akademischen und charakterlichen Voraussetzungen dafür mit?

Ich habe den folgenden Bericht mit der Intention geschrieben, dass er zukünftigen Studierenden, die nach Amerika gehen möchten, eine Orientierungshilfe darstellt. Ich möchte ein möglichst genaues Bild von dem amerikanischen College-Alltag vermitteln, von den Vorlesungen in den USA und jeden ermutigen, dass es diese Erfahrung trotz allen großen und kleinen Herausforderungen wert ist.

Ich wollte ins Ausland, um mein Englisch zu verbessern, meinen persönlichen Horizont zu erweitern und um die Studieninhalte aus Deutschland zu vertiefen. Diese Erwartungen wurden mehr als erfüllt. Es war eine sehr gute Erfahrung für mich, eine Zeitlang in einem fremden Land mit einer anderen Kultur zu leben. Ich habe sehr viel über mich als Mensch gelernt und neue Fähigkeiten an mir entdeckt, gleichzeitig habe ich auch viel über meine eigene Kultur gelernt. Ich denke, dass man von einem Auslandssemester nicht nur im späteren Berufsleben profitiert, sondern dass man sich auch menschlich sehr weiterentwickelt. Dadurch, dass man auf sich allein gestellt ist, wird man automatisch selbstständiger und lernt, mit Herausforderungen umzugehen. Man entwickelt eine kulturelle Sensibilität, da man zum einen natürlich in einem fremden Land lebt und gleichzeitig auch andere Studierende aus der ganzen Welt kennen lernt und mit dieser Gruppe auch privat viel Zeit verbringt. Viele Unternehmen setzen ein Auslandssemester mittlerweile voraus, deshalb kann diese Erfahrung auch im zukünftigen Berufsleben von Vorteil sein.

Das Studium an der amerikanischen Universität unterscheidet sich stark von der Art und Weise, wie man es aus Deutschland gewöhnt ist und es braucht seine Zeit, bis man sich daran gewöhnt hat. Allgemein lässt sich sagen, dass der Arbeitsaufwand wirklich sehr hoch ist und gute Noten mit viel Energie verbunden sind. Die meisten Prüfungen bestehen aus Multiple Choice Fragen und es gibt nicht nur eine große Prüfung am Ende des Semesters, sondern zwei bis drei pro Kurs und meistens noch ein benotetes Gruppenprojekt mit abschließender Präsentation.

Die Universität bietet sehr viele Aktivitäten für internationale Studenten an und auch sonst gibt es sehr viele Clubs, denen man sich anschließen kann. Bei den gemeinsamen Unternehmungen kommt man auch schnell mit anderen Studenten in Kontakt und lernt neue Menschen kennen.
Das International Office der Pacific University ist sehr gut organisiert und pflegt einen engen Kontakt zu allen internationalen Studenten. Bei Fragen kann man sich jederzeit an die

Mitarbeiter dort wenden. Ich habe mich gerade am Anfang, aber auch während dem gesamten Semester, sehr gut aufgehoben und betreut gefühlt.

2 Planungen in Deutschland

Man sollte sich möglichst bald mit der Entscheidung befassen, ob man ein Auslandssemester machen möchte oder nicht, denn die Vorbereitungen hierfür sind sehr aufwändig und je früher man anfängt, desto besser. Ein Vorlauf von etwa 9 Monaten empfiehlt sich. Ich habe zunächst Kontakt mit dem Auslandsamt in Aalen aufgenommen, um bei einem Beratungstermin zu klären, welche Partnerhochschulen und Länder überhaupt in Frage kommen. Den Beratungstermin hatte ich im November des 3. Semesters. Frau Adams zeigt einem hier alle möglichen Partnerhochschulen und erläutert auch den Bewerbungsprozess nochmal. Außerdem kann man bei ihr das DAAD Sprachzertifikat ablegen, wenn man es nicht bereits hat. Dieses wird für die Bewerbung benötigt.

Da unser Studiengang aus Modulen besteht und aus zusammengesetzten Prüfungen, ist es etwas komplizierter ins Ausland zu gehen, als für andere Studiengänge. Für den Studiengang Gesundheitsmanagement bietet sich deshalb vor allem das 5. Semester dafür an, ins Ausland zu gehen, da hier besonders viele „Business“ Module stattfinden, die man leichter auch an ausländischen Unis belegen kann. Ich habe die Gesundheitssystem-Vertiefung gewählt und da die Pacific University die einzige Partnerhochschule ist die Public Health Kurse anbietet, war meine Entscheidung sehr schnell gefallen. Zudem wollte ich auch gerne in ein englischsprachiges Land und da ich noch nie in den USA war, hat es mich sehr interessiert, eine Zeit lang hier zu leben und zu studieren.

Man kann natürlich auch an jede andere beliebige Universität im Ausland als sogenannter „Free Mover“ gehen. Hierbei muss allerdings beachtet werden, dass die Studiengebühren meist vollständig bezahlt werden müssen und natürlich profitiert man auch nicht von der meist jahrelangen Beziehung zwischen den Hochschulen, wenn es um die Zusage des Studienplatzes geht. Ein Auslandssemester als Free Mover bietet den Vorteil, dass man natürlich mehr Auswahl hat und genau in das jeweilige Wunschland gehen kann, aber es ist definitiv mit deutlich höheren Kosten und noch mehr Aufwand bei der Bewerbung verbunden. Die Studiengebühren, die ich durch die Partnerschaft der Hochschulen nicht zahlen muss, betragen an der Pacific University für ein Semester 20.000$. Man muss sich also bewusstmachen, was für eine kostspielige Angelegenheit das dann mitunter werden kann.

Die Bewerbung für eine der Partnerhochschulen beinhaltet ein unterschriebenes Learning Agreement, einen Sprachnachweis, einen Lebenslauf, ein Motivationsschreiben auf Englisch, eine Notenübersicht und das sogenannte Erfassungsformular, das auf der Homepage des Auslandsamtes heruntergeladen werden kann. Die Bewerbungsfrist war für mich der 1. Februar 2016.

Zu Beginn ist man schnell verunsichert, da der organisatorische Aufwand sehr hoch ist und man nicht immer den Durchblick hat, was wie ausgefüllt werden soll und welche Fristen wann gelten. Hier kann ich nur empfehlen, sich mit den ehemaligen Auslandsstudierenden in Verbindung zu setzen. Der Kontakt zu meinen Vorgängern war sehr hilfreich und man erhält meistens aufschlussreichere Antworten, als vom International Office der Hochschule, da die Studierenden die ganzen Formulare ja bereits selbst ausgefüllt haben und vor denselben Problemen standen. Zögert also nicht uns zu kontaktieren und nachzufragen! Wir helfen gerne weiter so viel wir können.

2.1 Learning Agreement

Das Learning Agreement dient dazu, im Vorfeld genau festzulegen, welche Kurse man im Ausland belegen möchte und welche Prüfungsleistungen man absolviert. Es wird in Absprache mit der Auslandskoordinatorin Frau Wolf erstellt und ist auch nur mit ihrer Unterschrift gültig.

Das Learning Agreement erfordert eine gründliche Planung und die Zeit dafür sollte man sich wirklich nehmen. Immerhin stellt es die Grundlage für die Integration des Auslandssemesters in das Regelstudium in Aalen dar. Da das Learning Agreement mit Sicherheit die größte Herausforderung der Bewerbung ist habe ich nachfolgend ein paar Tipps für die Erstellung:

Ich habe mir zunächst den Modulkatalog von Gesundheitsmanagement genau angeschaut und zuerst geklärt, welche Module wann eine Prüfungsleistung erfordern. Manche Module haben zwar Vorlesungen im 5. Semester, die Prüfungsleistung findet aber erst im 6. Semester statt. Deshalb sollte vor allem darauf geachtet werden, dass man die Module mit Kursen im Ausland abdeckt, die eine Prüfungsleistung am Ende des 5. Semesters erfordern, da man sonst die Prüfung regulär in Aalen mitschreiben muss. Auf der Homepage der amerikanischen Universität gibt es ein Verzeichnis mit allen angebotenen Kursen und da habe ich mir dann die Beschreibungen durchgelesen und versucht ähnliche Inhalte zu finden, wie die der Module in Deutschland. Das ist wichtig, da die Kurse sonst nicht als äquivalent anerkannt werden können. Hierbei muss auch beachtet werden, dass die amerikanischen Kurse doppelt so viele Credits geben, wie auf der Internetseite angegeben. Es empfiehlt sich nicht mehr als vier Kurse in den USA zu belegen. Das klingt zunächst wenig, aber ich war mit meinen drei Kursen vollkommen ausgelastet und mehr als beschäftigt. Es ist auf jeden Fall wichtig mit Frau Wolf Rücksprache zu halten und verschiedene Möglichkeiten der Kursabdeckung mit ihr zu besprechen. Wenn das Learning Agreement erstellt ist, ist schon mal eines der wichtigsten Dinge erledigt. Das Learning Agreement kann sich nach der Bewerbung aber auch nochmal ändern. Als ich meinen Stundenplan endgültig zusammengestellt habe, bekam ich eine Mail, dass der Business Law Kurs bereits voll ist. Somit musste ich den Kurs wieder aus dem Learning Agreement streichen habe die Prüfung für Recht im Februar in Aalen regulär mitgeschrieben.

2.2 Finanzierungsmöglichkeiten

Ein Auslandssemester in den USA ist sehr teuer, deshalb ist es wichtig, sich früh genug um Finanzierungsmöglichkeiten zu kümmern.

Eine Möglichkeit stellt das Auslands BAföG dar. Auch Studenten, die sich nicht für das normale Bafög qualifizieren haben Chancen auf Auslands BAföG. Es lohnt sich also zu prüfen, ob dies als Möglichkeit in Betracht kommt.

Des Weiteren gibt es eine Reihe von Stipendien, für die man sich bewerben kann. Eine Möglichkeit davon wäre PROMOS. Die Bewerbungsfrist endet am 15. Juli 2017. Genauere Informationen zu den erforderlichen Bewerbungsunterlagen findet man auf der Seite des Auslandsamtes der Hochschule Aalen.

Etwas näher möchte ich auf das Stipendium der Baden-Württemberg-Stiftung eingehen, da ich mich selbst erfolgreich darauf beworben habe und sehr gute Erfahrungen mit der Stiftung gemacht habe. Die Bewerbungsfrist hierfür endet immer am 31. März für das kommende Wintersemester. Die Bewerbung beinhaltet ein Motivationsschreiben, einen Lebenslauf, eine aktuelle Notenübersicht, ein Empfehlungsschreiben, einen Sprachnachweis und eine Immatrikulationsbescheinigung. Acht Wochen nach Ende der Bewerbungsfrist habe ich bereits eine vorläufige Zusage der Hochschule bekommen und Ende Juni dann die offizielle Rückmeldung der Stiftung.

Ziel der Stiftung ist es, Studierenden und Berufstätigen einen Auslandsaufenthalt für maximal 11 Monate zu ermöglichen und somit die internationalen Beziehungen von Baden-Württemberg individuell zu stärken und auszubauen. Für jeden Stipendiaten der ins Ausland geht, kommt nämlich auch ein junger Mensch aus dem Ausland für eine Zeit lang nach Baden-Württemberg. So entsteht ein internationales Netzwerk, das aus persönlichen Beziehungen und Erfahrungen junger Menschen besteht. Die monatliche Förderung hängt davon ab, wie viele Fördermittel zur Verfügung stehen, wie viele deutsche Studierende sich bewerben und in welche Länder diese Studierende gehen. Je nach Land unterscheidet sich die Summe. Ich habe vier Monate lang 600 € pro Monat bekommen, womit ich die Miete und einen Teil der Lebensmittelkosten abdecken konnte.

Die Stiftung bietet vor dem Abflug einen interkulturellen Workshop für alle Stipendiaten des Ostalbkreises an. Der Workshop ist dafür konzipiert, die Studenten untereinander zu vernetzen und auf den bevorstehenden Auslandsaufenthalt vorzubereiten. Mir hat der Workshop Spaß gemacht und ich konnte ein paar hilfreiche Tipps für mich mitnehmen. Während dem Workshop wird man auch auf seine Rolle als „Botschafter“ vorbereitet, das bedeutet, dass man an der Gastuniversität von der Stiftung und ihren Zielen berichten soll und auch vom Ostalbkreis als Studienort. Das kann in Form eines Vortrags, einer Präsentation oder

in persönlichen Gesprächen erfolgen. Ich habe im Rahmen einer Informationsveranstaltung für Auslandsinteressierte an der Pacific University eine Präsentation über die Hochschule Aalen und Baden-Württemberg gehalten. Die Stiftung verlangt nach Abschluss des Auslandssemesters ebenfalls einen Erfahrungsbericht, der dann auf deren Internetseite veröffentlicht wird. Auch nach dem Auslandsaufenthalt bleibt man Teil des Netzwerks der Stiftung und wird regelmäßig zu Treffen mit ehemaligen und zukünftigen Auslandsstudierenden eingeladen. Die Stiftung organisiert außerdem Ausflüge und Exkursionen im Raum Stuttgart und ich denke, dass das Netzwerk eine gute Möglichkeit ist, andere bei ihrem Vorhaben zu unterstützen, Erfahrungen auszutauschen und auch allgemein das persönliche Netzwerk auszubauen.

3 Vorbereitungen für die USA

Grundsätzlich ist es wichtig, regelmäßig seine Mails zu lesen und auch bei Nachfragen der Amerikaner zügig zu antworten. Das klingt erstmal simpel aber gerade kurz vor Abflug entstand ein reger Mailverkehr mit Informationen, die noch von mir gebraucht wurden und Fristen für benötigte Dokumente wurden auch per Mail geschickt. Deshalb: immer hinterher sein und keine Mails ignorieren. Außerdem muss man natürlich einkalkulieren, dass Dokumente, die per Post geschickt werden, etwa eine Woche brauchen, bis sie in Amerika auf dem Schreibtisch liegen. Deshalb lieber zu früh damit anfangen, die Dokumente zu bearbeiten und los zu schicken, damit bei möglichen Nachforderungen immer noch genügend Zeit bleibt.

3.1 Visum

Sobald alle erforderlichen Bewerbungsunterlagen vom Auslandsamt an die Gastuniversität geschickt wurden und man den Studienplatz tatsächlich bekommt, erhält man ein Päckchen aus Amerika mit wichtigen Dokumenten für das Visum. Da die Beantragung des Visums sehr zeitintensiv ist und man einen persönlichen Termin bei der amerikanischen Botschaft in Berlin, Frankfurt oder München braucht, empfiehlt es sich, sich umgehend damit zu befassen. Vor dem persönlichen Interview in der Botschaft muss man allerdings in einem online Account einen Fragebogen ausfüllen, in dem unterschiedlichste Dinge zur Person und zum geplanten Aufenthalt gefragt werden. Schließlich muss man noch die Visagebühr und die SEVIS Gebühr überweisen und dann kann ein persönlicher Termin vereinbart werden. Wichtig: Der online Account muss auf der Homepage der Botschaft eingerichtet werden, wo man auch zum Interviewtermin hinmöchte. Das heißt man sollte sich vorher überlegen, welche Stadt am geschicktesten ist. Die Wartezeiten auf einen persönlichen Termin in den Botschaften sind unterschiedlich lang, ich habe mein Visum in München beantragt und hatte in den nächsten vier Tagen bereits den Termin. Bei dem Interview werden dann ähnliche Fragen gestellt wie

bereits zuvor in dem Fragebogen und es werden Fingerabdrücke genommen. Das Interview ist auf Englisch und wird von den amerikanischen Mitarbeitern dort durchgeführt, aber mir wurden nur etwa fünf Fragen gestellt und dann war es schon erledigt. Man braucht also keine Angst davor zu haben und wenn man eine Frage nicht versteht, sind die Mitarbeiter dort auch so freundlich und wiederholen nochmal alles. Wenn der Antrag dann endgültig stattgegeben wurde, wird einem ein paar Tage später der Reisepass mit dem Visum nach Hause geschickt. Die Visa Dokumente sind sehr wichtig und werden auch alle bei der Einreise am Flughafen gebraucht. Die Beamten dort wollen auch das Original sehen, deshalb empfiehlt es sich eine Kopie anzufertigen, aber das Original sollte man trotzdem auf dem Hinflug im Handgepäck in Reichweite haben.

3.2 Flug

Wenn der Antrag auf das Visum erfolgreich verlaufen ist, kann es endlich an die Flugbuchung gehen. Da es in den USA zwei verschieden Städte mit dem Namen „Portland“ gibt, sollte man sich vor der Buchung auf jeden Fall nochmal versichern, dass der Flughafen auch PDX heißt und man nicht nach Portland an die Ostküste fliegt. Condor bietet Direktflüge an und so bin ich am Samstag, den 20. August, von Frankfurt 10 Stunden nach Portland geflogen. Bei meinen Recherchen damals hatte Condor auch die günstigsten Preise. Ich habe zunächst nur den Hinflug gebucht, da ich noch nicht wusste, wohin ich nach Ende des Semesters reise und wann ich wieder nach Hause fliegen will. In Zukunft würde ich trotzdem schon den Rückflug mitbuchen mit der Möglichkeit, diesen dann umzubuchen. Unterm Strich wird das wahrscheinlich trotzdem günstiger sein, als Hin- und Rückflug einzeln zu buchen. Ich hatte nur einen großen Koffer und dann noch einen kleinen Handgepäck Koffer. Bei Flügen innerhalb der USA ist nie Gepäck mit inbegriffen, sondern nur Handgepäck. Deshalb lohnt es sich, einen solchen Koffer bei sich zu haben, da man dann auf Inlandsflügen kein Gepäck aufgeben muss.

Die Orientation Week an der Uni beginnt eine Woche vor den regulären Vorlesungen und deshalb empfiehlt es sich entweder am Samstag oder Sonntag dort anzukommen.

An dem Wochenende bietet die Universität auch einen Abholservice vom Flughafen an, das wird vorher per Mail geklärt. Die Wohnheime sind meistens erst ab Sonntagabend zum Einzug bereit, das sollte man bei einer Ankunft am Samstag bedenken und vorher mit dem International Office abklären. Wenn der Abholservice nicht zur Verfügung steht, da man erst im Laufe der Woche ankommt, ist Forest Grove auch mit öffentlichen Verkehrsmitteln zu erreichen. Dazu fährt man mit der roten Linie des „Maxtrains“ vom Flughafen nach „Beaverton“ und steigt dort in den Bus 57 nach Forest Grove ein. Die insgesamte Fahrtzeit beträgt etwa knapp drei Stunden und kostet 2,50 $.

3.3 erforderliche Dokumente für die Pacific University

Die Uni selbst fordert auch noch ein paar Dokumente an, die per Post geschickt werden müssen. Dazu zählt unter anderem ein Nachweis über die nötigen finanziellen Mittel (ca. 6000 $) und ein Nachweis über bestimmte erfolgte Impfungen. Diese Dokumente müssen auf Englisch sein. Bei den Bankdokumenten empfiehlt es sich Kontakt mit dem persönlichen Berater in der Bank aufzunehmen, da diese das Formular und die Anforderung oft schon kennen und das Formular dann ausstellen können. Wenn man selbst nicht über diese Mittel verfügt, kann man die Bescheinigung auch über das Konto der Eltern ausstellen lassen, dies wird von der Uni ebenfalls akzeptiert. Wie zuvor bereits erwähnt ist es wichtig, die Dokumente rechtzeitig los zu schicken. Ich habe damals bei der Post auch einen versicherten Brief aufgegeben, damit man einen Nachweis über den Verbleib des Briefes hat.

3.4 Krankenversicherung

Die Uni fordert eine Auslandskrankenversicherung, die vor Ankunft nachgewiesen muss. Erfolgt dies nicht oder wird die Auslandskrankenversicherung nicht akzeptiert, wird man automatisch in das Versicherungsprogramm der Uni eingeschrieben, das ungefähr 2000 $ pro Semester kostet. Deshalb sollte man beim Abschluss einer Auslandskrankenversicherung sehr sorgfältig sein und darauf achten, dass die spezifischen Anforderungen der Uni auch erfüllt werden. Bei Fragen lieber direkt Kontakt mit der Auslandskoordinatorin in Amerika aufnehmen, sie kann einem da weiterhelfen. Ich habe meine Versicherung bei der Allianz abgeschlossen, die allen Anforderungen entsprochen hat und mit weniger als 200 € die günstigste Variante war. Bei mir und auch bei ein paar anderen internationalen Studenten gab es damals zunächst Probleme mit der Anerkennung, was aber an einem Missverständnis innerhalb der Verwaltung der Uni lag. Deshalb erstmal Ruhe bewahren, die 2000 $ nicht sofort bezahlen und umgehend Kontakt mit der Auslandskoordinatorin aufnehmen. Bei uns allen hat sich das Problem dann innerhalb von ein paar Tagen erledigt und unsere Versicherungen wurden akzeptiert.

3.5 Unterkunft

Die meisten Studenten wohnen direkt auf dem Campus, was den Vorteil hat, dass man dort dann auch gleich sehr viele Leute kennen lernt und man mitten im Geschehen ist und mitbekommt, wenn mal irgendwo spontan eine Veranstaltung ist. Ich habe privat bei einer Studentin und ihrer kleinen Katze etwas außerhalb vom Campus in der Stadt für 500 $ im Monat gewohnt. Ich hatte mein eigenes möbliertes Zimmer und Küche, Bad und Wohnzimmer haben wir uns geteilt. Außerhalb vom Campus zu wohnen hat seine Vor- und Nachteile. Für

mich war diese Form der Unterkunft aber genau richtig und ich war froh, einen Rückzugsort zu haben, selber kochen zu können und nicht immer mitten im Trubel auf dem Campus zu sein. Mit meiner Mitbewohnerin Chelsea habe ich mich sehr gut verstanden und gerade in den ersten Tagen war es gut, jemanden zu haben, den man fragen konnte und der einem geholfen hat und sich mit den Abläufen an der Uni auskennt. Auch an Miete habe ich dadurch einiges Sparen können, da die Zimmer im Wohnheim auf dem Campus sehr teuer sind. Bei der Bewerbung für die Wohnheime können Präferenzen über die Anzahl und das Geschlecht der Mitbewohner angegeben werden, aber die endgültige Verteilung erfolgt zufällig. Man hat in den ersten Wochen allerdings Zeit, das Zimmer und das Wohnheim nochmal zu tauschen. Für das Wohnheim müssen etwa 4.000 $ für das Semester eingeplant werden. Bekommt man ein Zimmer in einem Apartment ohne Küche muss ein sogenannter Mealplan gekauft werden, der für ein Semester 2.700 $ kostet. Diese großen Summen konnte ich mir durch die private Unterkunft zum Glück sparen. Es lohnt sich also in ein Wohnheim zu wechseln, in dem eine Küche vorhanden ist und man so nicht gezwungen ist immer in der Mensa zu essen. An das Zimmer bin ich über meine Vorgängerin gekommen, die mir den Kontakt vermittelt hat. Alleine ist es relativ schwer eine private Unterkunft zu finden und deshalb wohnen auch die meisten auf dem Campus. Im International Office hingen am Anfang aber auch noch Anzeigen von Menschen, die Mitbewohner suchen und deshalb könnte man auch der Auslandskoordinatorin eine Mail schreiben, ob es gerade Anfragen gibt. Außerdem gibt es bei Facebook auch eine Gruppe für Austauschstudenten, in die man eine eigene Suchanzeige schreiben kann.

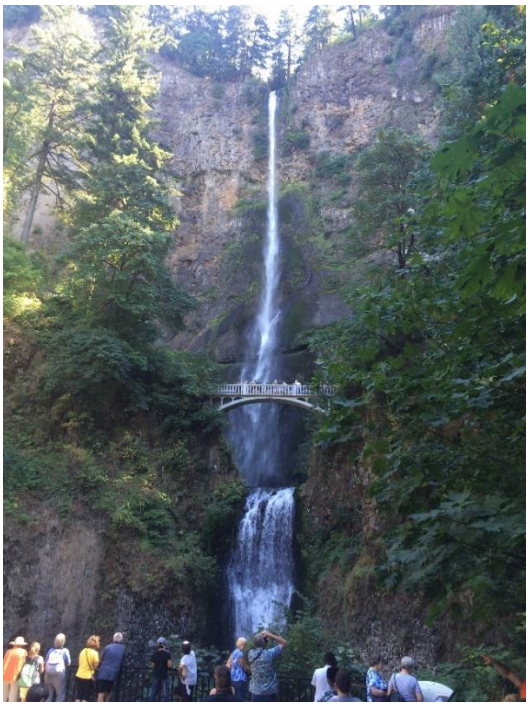
Das Apartment war etwa 2 Kilometer vom Campus entfernt, was zu Fuß etwa 20 Minuten gedauert hat. Meistens bin ich aber mit dem Fahrrad meiner Mitbewohnerin gefahren, was dann weniger als 10 Minuten gedauert hat und zumindest bis zum ersten Schnee Anfang Dezember überhaupt kein Problem war.

4 Studium an der Pacific University

Die Pacific University ist ein privates College im Nordwesten von Oregon in der Kleinstadt Forest Grove. Es sind etwa 3.500 Studenten in den unterschiedlichen Bachelor- und Masterprogrammen eingeschrieben. In den jährlichen Hochschulrankings, die zum Beispiel die New York Times oder das Forbes Magazine durchführt, schneidet die Universität sehr gut ab. Die Universität zeichnet sich durch eine herzliche Atmosphäre aus, die überall zu spüren ist und durch die besondere Beziehung von den Professoren zu den Studierenden. Der Campus ist sehr schön und ähnelt einer Parkanlage mit vielen alten Mammutbäumen und Backsteingebäuden. Zum Campus gehören mehrere Wohnheime, eine große und gut ausgestattete Bibliothek, mehrere Gebäude mit Vorlesungsräumen, das „University Center“ mit der Mensa, einem Starbucks und dem Buchladen. In der Mensa gibt es dreimal täglich ein Buffet, mit unterschiedlichen Gerichten. Von asiatisch bis hin zu Burgern ist alles dabei. Außerdem gibt es ein eigenes Gebäude für Tanz- und Theateraufführungen und eine neue Konzerthalle für das Orchester, die Band und den Chor. Zur Universität gehört ein eigenes Fitnessstudio, in das Studenten freien Eintritt haben sowie ein Schwimmbad, wo man sogar kostenlos verschiedene Aqua-Aerobic Kurse besuchen kann. Das obligatorische Footballstadion darf natürlich auch nicht fehlen. Durch diese zahlreichen Angebote findet das Leben also hauptsächlich auf dem Campus statt, da auch die meisten Studenten hier wohnen.

Die Koordinatorin für die internationalen Studenten ist Katelyn Eisenhooth. Sie leitet auch die Orientation Week eine Woche vor den regulären Vorlesungen. In dieser Woche werden viele organisatorische Dinge geklärt, zum Beispiel Visum Angelegenheiten. Aber es werden auch verschieden Aktivitäten und Ausflüge angeboten, die abends mit einem gemeinsamen Dinner geendet haben. Wir haben zum Beispiel alle zusammen einen Ausflug zu den Multnomah Falls gemacht, den höchsten Wasserfällen Oregons und waren an einem Abend Bowlen und Pizza essen. Auch wenn man gerade am Anfang ziemlich geplättet ist vom Jetlag und von den neuen Eindrücken, kann ich nur empfehlen an allen Aktivitäten teilzunehmen. Es ist eine ideale Gelegenheit neue Kontakte zu knüpfen und die Leute wird man auch während dem Semester jeden Tag auf dem Campus treffen. Die Austauschstudenten kamen unter anderem aus Australien, Japan, China, England, Chile, Argentinien und Frankreich. Wir waren insgesamt vier Deutsche. Im Anschluss an die internationale Orientation Week gab es dann noch die reguläre Orientation Week für alle Erstsemester, die neu an die Pacific University kommen. Da gab es dann eine offizielle Zeremonie zur Aufnahme der Studenten und Spiele zum Kennenlernen auf dem Football Feld und nochmal viele organisatorische Dinge, die erklärt wurden und „Free Food“ auf dem Campus. Es war auf jeden Fall ein tolles Erlebnis, das mal mitzumachen, weil das bei uns in dem Rahmen ja nicht stattfindet und diese zwei Tage wie in einem typischen amerikanischen College Film waren. Außerdem kommt man hier automatisch mit sehr vielen Amerikanern ins Gespräch und da die Uni relativ klein ist, trifft man dann auch in den späteren Wochen viele bekannte Gesichter aus der Einführungswoche.

Die Mitarbeiter des International Office sind alle sehr lieb und hilfsbereit und haben für fast jedes Problem eine schnelle Lösung parat. Ich habe mich das ganze Semester gut betreut und aufgehoben und willkommen gefühlt.



Grundsätzlich ist zu sagen, dass das Studium hier anders abläuft als in Deutschland und nur wenig mit den von uns gewohnten Vorlesungen zu tun hat. Man bekommt am Anfang des Semesters pro Kurs einen Plan für die kommenden Wochen, auf dem genau vermerkt ist, in welcher Stunde welches Kapitel besprochen wird und welche Hausaufgabe gemacht werden muss. Die Professoren erwarten, dass man vorbereitet in jede Stunde kommt und die jeweiligen Kapitel gelesen hat. Das empfiehlt sich schon alleine deshalb, weil es gerade am Anfang sehr viel einfacher ist, der Vorlesung zu folgen, wenn man schon eine Ahnung hat, um was es geht. Außerdem kann es vorkommen, dass man aufgerufen wird und dann ist es natürlich auch angenehmer wenn man wenigstens etwas Antworten kann. Es werden auch mehrere Prüfungen geschrieben; pro Kurs zwei oder drei Prüfungen und zwischendurch noch benotete Tests. Durch das Lesen von den Kapiteln und den Hausaufgaben ist der Workload sehr viel höher. Ich habe im Schnitt jede Woche zwischen 50 und 100 Seiten gelesen und habe etwa vier Stunden jeden Tag am Schreibtisch verbracht, am Wochenende manchmal noch mehr. Das soll keine Abschreckung sein, aber man sollte sich einfach bewusst sein, dass das Studium in Amerika arbeitsintensiv ist und viel Fleiß und Disziplin erfordert, damit man das Pensum schafft und nicht abgehängt wird.

Die Note besteht aus mehreren Kategorien und nicht wie in Deutschland nur aus einer einzigen Prüfung am Ende vom Semester. Die Noten werden in %- Punkten angegeben, was später in A, B, C usw. umgerechnet wird. Die zusammengesetzte Note hat Vorteile, aber auch Nachteile. Grundsätzlich ist es besser, da man sich vor den einzelnen Prüfungen nicht so verrückt zu machen braucht, da jede Prüfung zum Beispiel nur 20 % für die Gesamtnote zählt. Somit ist es nicht so schlimm, wenn man sich in der ersten Prüfung vielleicht schwertut und hat trotzdem noch Chancen, den Kurs mit einer guten Note zu bestehen. Die Professoren sind auch sehr hilfsbereit und wenn es Probleme gibt, kann man jederzeit in die Sprechstunde gehen und auch über die aktuellen Leistungen und Noten sprechen. Des Weiteren werden auch die Anwesenheit und die Mitarbeit benotet und Gruppenprojekte und Hausaufgaben. Man hat also gute Möglichkeiten, eine schlechte Note auszugleichen und es ist somit nicht allzu schwer eine gute oder befriedigende Note am Ende zu erreichen.

Der Nachteil von dieser Notengebung ist allerdings, dass es schwer ist, eine sehr gute Note zu erreichen. Dies setzt nämlich voraus, dass man in jeder Teilkategorie einen sehr hohen Prozentrang erreicht. Das bedeutet, dass man wirklich das ganze Semester über fleißig sein muss und in jeder Hausaufgabe eine sehr gute Note braucht, man immer vorbereitet in den Unterricht kommt und eigentlich nie fehlt. Es ist also nicht damit getan vor einer Prüfung viel zu lernen und dann eine 1 zu schreiben, wie es vielleicht in Deutschland der Fall ist. Ich würde sagen, dass es durch diese Notengebung so gut wie unmöglich ist, glatte 100 % in einem Fach zu erreichen oder es zumindest konstant sehr viel Arbeitsaufwand bedeutet.

Die Prüfungen waren entweder reine Multiple Choice Prüfungen oder zur Hälfte Multiple Choice und zur Hälfte offene Fragen. Da wir Multiple Choice ja überhaupt nicht gewöhnt sind, war es am Anfang wirklich nicht einfach. Man mag ja zunächst denken, dass es dadurch sehr einfach ist, die richtige Antwort zu finden, aber ganz im Gegenteil. Meistens ist gar keine

„falsche“ Antwort dabei, sondern die Fragestellung impliziert, dass man die Antwort wählt, die „am ehesten“ oder „am wenigsten“ zutrifft. Solche Fragestellungen sind dann besonders auf Englisch nicht so leicht zu verstehen. Ich habe in den offenen Fragestellungen meistens mehr Punkte sammeln können als in den Multiple Choice Teilen.

Man gewöhnt sich relativ schnell an das Englisch und ich hatte eigentlich keine Probleme, den Vorlesungen zu folgen. Die Bücher waren allerdings teilweise sehr schwer zu verstehen und es hat am Anfang wirklich lange gedauert, bis man ein Kapitel mit 30 Seiten endlich durchgearbeitet hatte. Auch das wird im Laufe des Semesters aber besser.

Grundsätzlich kann ich die Aussage, dass das Niveau in den USA niedriger ist und einem sehr gute Noten geschenkt werden, nicht bestätigen. Das Niveau fand ich vergleichbar mit den Anforderungen aus Aalen, teilweise auch schwerer, weil es eben auf Englisch ist. Es ist möglich gute Noten zu bekommen und schlechte Leistungen lassen sich vielleicht einfacher wieder ausgleichen als in Deutschland, aber geschenkt wird es einem definitiv nicht.

In den Kursen waren nicht viele internationale Studenten, da sich die Austauschstudenten auf so viele unterschiedliche Fächer verteilen. Somit kommt man eigentlich zwangsläufig bei der Gruppeneinteilung mit Amerikanern in Kontakt, was schön war, aber auch sehr anstrengend. Die Studenten sind mit Sport und diversen Clubs teilweise sehr eingespannt, so dass es schwierig wird, gemeinsame Termine auszumachen. Auch die Motivation war mitunter nicht wirklich vorhanden und somit ist oft die meiste Arbeit an mir hängen geblieben. Ein kleiner Tipp deshalb: erstmal abwarten und je näher das Abgabedatum kommt, desto mehr steigt auch die Motivation der einzelnen Gruppenmitglieder.

4.2 Kurse

Die Kurse wählt man bereits in Deutschland. Man kann sich den Stundenplan frei zusammenstellen und im Idealfall wählt man natürlich die Kurse, die einem dann auch in Aalen angerechnet werden können. Manche Kurse verlangen bestimmte Voraussetzungen, also zum Beispiel andere Kurse, die man bereits belegt haben muss. Hierauf sollte geachtet werden. Auch muss man darauf achten, dass die Kurse sich zeitlich nicht überschneiden. In der Regel hat man einen Kurs mehrmals die Woche zu festen Zeiten. Ich habe drei Kurse gewählt und hatte an zwei Tagen in der Woche Vorlesung. Das klingt zwar erstmal wenig, aber ich war damit mehr als genug ausgelastet und oft auch das ganze Wochenende mit Vor- und Nachbereitung und Hausaufgaben beschäftigt.

Im Folgenden möchte ich eine Übersicht über die von mir gewählten Kurse geben.

4.2.1 International Business

International Business war mein Lieblingsfach hier, was auch an dem guten Professor lag, der es unterrichtet hat. Zu dem Kurs mussten wir ein bestimmtes Buch mit online Zugang für ungefähr 130 $ kaufen. In dem online Portal gab es dann jede Woche Hausaufgaben und Tests zu erledigen. In dem Kurs ging es unter anderem um die Auswirkungen der Globalisierung, die Bedeutung von kulturellen, wirtschaftlichen und politischen Unterschieden der Länder in Bezug auf Wirtschaftsstandorte und -beziehungen. Weitere Themen waren das internationale Währungssystem mit den Auswirkungen der verschiedenen Wechselkurse, wirtschaftliche Bündnisse zwischen Ländern und die Marketingstrategien von globalen Unternehmen. Die Themen waren alle sehr interessant und auch mit aktuellen Fallstudien und Beispielen sehr anschaulich erläutert. Insbesondere in diesem Fach habe ich das Gefühl sehr viel gelernt zu haben, was nicht nur für mein Studium relevant ist, sondern auch allgemein für das Verständnis, wie Unternehmen in einer globalisierten Welt operieren und vor welchen Herausforderungen Unternehmen heutzutage stehen und was mögliche Lösungsstrategien sind. In dem Kurs haben wir drei Prüfungen geschrieben und hatten noch ein Gruppenprojekt mit anschließender Präsentation. Auch wenn der Professor sehr hohe Anforderungen an die Studenten stellt, kann ich diesen Kurs weiterempfehlen.

4.2.2 Organizational Behavior Management

In dem Kurs ging es zum Beispiel darum, wie effiziente Kommunikation in Organisationen aussieht, aus wie vielen Menschen ein perfektes Team besteht, ohne dass die Produktivität abnimmt, welcher Führungsstil am besten für welche Situation geeignet ist und wie man es schafft, das Engagement der Mitarbeiter zu fördern und die Zufriedenheit im Unternehmen zu erhöhen. Zu dem Kurs gehörte ebenfalls ein Buch mit online Zugang, das für ungefähr 130 $ gekauft werden musste und wöchentliche Hausaufgaben und Fallstudien in dem online Portal. In dem Kurs haben wir zwei Multiple Choice Prüfungen geschrieben, die beide online waren. Zum Abschluss haben wir auch hier unser Gruppenprojekt präsentiert und eine Ausarbeitung abgegeben. In dem Kurs wurde sehr viel diskutiert und es wurden viele Fragen gestellt, die Professorin war aber neu und hat das Fach zuvor noch nie unterrichtet und die Qualität der Vorlesungen und der Lernerfolg waren leider nicht ganz so hoch. Nächstes Jahr wird das Fach wohl von jemand anderem unterrichtet, deshalb kann ich keine Aussage zu dem zukünftigen Kurs treffen.

4.2.3 Public Health

In Public Health wurden verschiedene Fragestellungen behandelt, zum Beispiel warum Menschen mit einem niedrigeren sozioökonomischen Status eine schlechtere Gesundheit aufweisen als wohlhabende Menschen, wie man das Verhalten und Gewohnheiten eines Menschen nachhaltig beeinflussen kann, warum Information und Aufklärung über Gesundheitsrisiken als Prävention nur einen geringen Einfluss auf eine Verhaltensänderung haben und was die Gesundheitsreform mit Obamacare eigentlich bedeutet und was sich seitdem verbessert und verändert hat. Zu Beginn war der Kurs relativ leicht verständlich, da wir vieles von den Inhalten schon in Aalen in den ersten Semestern hatten. Im weiteren Verlauf sind die Anforderungen dann aber auch deutlich gestiegen, insbesondere als es um die Gesundheitsreform ging und die verschiedenen Akteure im amerikanischen Gesundheitswesen behandelt wurden. Ich persönlich fand es hochinteressant einen Vergleich der Gesundheitssysteme aus amerikanischer Sicht zu sehen und habe wirklich viel gelernt und kann jetzt auch das ein oder andere Prinzip im Gesundheitssystem, das mir zuvor vollkommen unlogisch erschien, zumindest nachvollziehen. In fast jeder Stunde haben wir einen kurzen Test geschrieben über das Kapitel, das man vorbereiten sollte. Außerdem gab es jede Woche Hausaufgaben und zwar in der Form, dass wir Zeitungsartikel zu bestimmten Themen recherchieren sollten und diese dann anhand von vorgegebenen Fragen analysieren mussten und die Fragen dann in einem Fließtext beantworten sollten. Das war meistens relativ zeitaufwändig, aber dadurch hat man auch sehr viel gelernt und war auf dem Neuesten Stand zu dem jeweiligen Thema. In dem Fach haben wir drei Prüfungen geschrieben. Die Professorin war sehr engagiert und erfrischend und hatte wirklich Ahnung von den Dingen, die besprochen wurden und somit kann ich den Kurs definitiv weiterempfehlen.

5 Leben in den USA

Die Eingewöhnung fällt bestimmt dadurch leichter, da die USA ebenfalls wie Deutschland ein westliches Land ist. Dennoch sollte man bestehende kulturelle Unterschiede nicht unterschätzen. Auch wenn es zunächst so scheint, als wäre alles relativ ähnlich, gibt es doch starke Differenzen was den amerikanischen Lebensstil oder amerikanische Freundschaften angeht. Ein Tipp den ich allen Nachfolgern mit auf den Weg geben möchte ist, dass man sich genug Zeit lassen soll, um sich einzugewöhnen. Das ist kein Prozess, der nach einer Woche abgeschlossen ist. Meine Mitbewohnerin hat mich die ersten Wochen sehr unterstützt und mir alles erklärt und mich zum Beispiel mit zum Einkaufen genommen. Auch im weiteren Semester hat sie mich mit zu ihren Freunden genommen und mich mit zu typischen amerikanischen Aktivitäten (wie sie es ausgedrückt hat) genommen und mir somit die amerikanische Kultur nähergebracht.

5.1 Freizeit

Die Uni bietet sehr viele Aktivitäten an, besonders was Sport angeht. Für jedes Hobby findet sich ein Club, in den man sich einschreiben kann. Außerdem gibt es Aufführungen von der Theatergruppe, dem Chor, dem Orchester, der Tanzgruppe und so weiter. Die kulturelle Vielfalt ist groß und es ist beeindruckend zu sehen auf was für einem hohen Niveau und wie professionell die Aufführungen stattfinden. Am Wochenende finden auch immer Spiele der Footballmannschaft, Fußballmannschaft und der Basketballmannschaft statt. Ein Footballspiel gehört zu einem besonderen Ereignis, auch wenn die Regeln am Anfang nicht ganz so leicht zu verstehen sind, ist es ein tolles Erlebnis, den Zusammenhalt der Studierenden zu erleben, wenn sie die „Boxers“ anfeuern.

Für internationale Studenten werden auch im Laufe des Semesters extra Ausflüge angeboten und verschiedene Aktivitäten, wie zum Beispiel das Thanksgiving Dinner oder das Gingerbread Dinner kurz vor Weihnachten, aber auch ein Ausflug zum „Oktoberfest“ in dem benachbarten Ort Mount Angel. Daneben gibt es auch das „Outdoor Pursuits Center“, das tolle Ausflüge für Studenten anbietet, wie zum Beispiel Surfen, Klettern, Wandern oder Rafting. Ich habe mich gleich in der ersten Woche zu einem Ausflug an die Küste angemeldet und das war ein wirklich schöner Tag und eine tolle Gruppe. Auch über die sogenannte Fall Break Anfang Oktober werden mehrtägige Ausflüge angeboten und die Ausrüstung wird von dem Office zur Verfügung gestellt. Dies ist eine gute Möglichkeit, die Natur Oregons zu erkunden und eine ideale Chance neue Dinge auszuprobieren.

Der Ort Forest Grove bietet nicht allzu viele Beschäftigungsmöglichkeiten. Es gibt ein Kino, ein Theater, eine Bowlingbahn, eine Möglichkeit zum Billard spielen, ein paar Bars und Restaurants und Cafés und dann noch ein paar Läden. Mit Bus und Bahn ist man dafür in zwei Stunden in Portland, wo man alles findet, was man sich nur vorstellen kann. Die Stadt ist für amerikanische Verhältnisse völlig untypisch und sehr alternativ geprägt. Das macht aber auch den besonderen Flair der Stadt aus. Auf dem Saturday Market findet man Handwerkskunst von lokalen Künstlern, am Fluss kann man wunderbar spazieren gehen und sich auf die Wiese in die Sonne setzen, anschließend kann man sich beim weltberühmten „Voodoo Doughnut“ einen Zuckerschock holen und abends durch die wunderschöne Northwest 23rd Avenue schlendern, mit ihren zahlreichen kleinen Lädchen und guten Essensmöglichkeiten und der wunderschönen Weihnachtsbeleuchtung im Winter. Es gibt außerdem viele gute Museen und auch viele Konzerte, es lohnt sich, immer mal wieder zu schauen, ob nicht am Wochenende eine Band auftritt, die man sonst in Deutschland vielleicht nicht sehen würde. Auch der Zoo und der Japanese Garden sind einen Besuch wert. Ich war sehr oft in Portland und mag die Stadt sehr, man entdeckt auch beim zehnten Besuch immer noch was Neues.

5.2 Reisen

Oregon bietet sehr schöne Reiseziele, allein die Küste ist einfach atemberaubend. Ohne Auto ist es hier in der Gegend allerdings etwas schwierig. Die Entfernungen sind riesig und ein Bahnsystem, wie wir es in Deutschland haben, gibt es hier nicht wirklich. Es fahren zwar ein paar Busse, aber auch nur zwischen den nächsten Orten, sodass es nicht so einfach ist, wenn man zum Beispiel in die Natur fahren will oder zu entlegeneren Orten. Nach Seattle und Vancouver fahren Fernbusse von Portland aus und ansonsten findet man mit etwas Glück auch günstige Flüge nach Los Angeles, San Francisco oder Las Vegas, wo man dann auch mal gut über ein Wochenende hinfliegen kann.

Wenn man sich mit ein paar anderen zusammen tut, kann man sich auch gut für einen Tag mal ein Auto mieten. Wir sind zum Beispiel einfach übers Wochenende mal nach Salem, der Hauptstadt von Oregon, gefahren und haben die Kosten dann geteilt.

Während der Fall Break Anfang Oktober hatten wir fünf Tage frei und sind dann zusammen mit anderen internationalen Studenten nach Alaska geflogen, um dort die Nordlichter zu sehen. Das war ein atemberaubendes Erlebnis und die Landschaft ist einfach nur wunderschön. So schnell werde ich dort wahrscheinlich auch nicht mehr hinkommen. Von Portland aus ist Anchorage, die Hauptstadt Alaskas, aber nur dreieinhalb Flugstunden entfernt. In Alaska hatten wir dann ein Auto gemietet und sind unter anderem in den Denali Nationalpark gefahren, in dem es neben Elchen und Bären auch den höchsten Berg Nordamerikas gibt. In dem Park selbst haben wir Wanderungen unternommen und eine Schlittenhundefarm besucht, auf der es gerade Welpen gab. Um die Nordlichter zu sehen, haben wir eine Tour mit Einheimischen gebucht, die uns dann am Hostel abgeholt haben und uns zu einer abseits gelegenen Farm gebracht haben. Man sieht die Nordlichter nämlich am besten, wenn so wenig künstliches Licht in der Nähe ist wie möglich. Damit man die Nordlichter dann aber auch tatsächlich sieht, muss man etwas Glück haben, da sehr viele Faktoren aufeinandertreffen müssen, damit dieses Naturschauspiel schließlich entsteht. Die Bedingungen waren in dieser Nacht optimal und somit konnten wir auch etwas sehen. Auch wenn das die kälteste Nacht meines Lebens war, gehört dieses Erlebnis doch zu den Dingen, die ich nicht mehr so schnell vergessen werde. Tagsüber waren die Temperaturen um die Null Grad und wir hatten strahlenden Sonnenschein, aber es wehte dennoch ein eiskalter Wind. Wenn man eine Reise nach Alaska plant, sollte man vielleicht wie wir für die „Fall Break“ Anfang Oktober gehen, damit die Temperaturen nicht allzu kalt sind und die Tage auch noch etwas länger.

Mein absoluter Traum war es, nach Hawaii zu reisen und so bin ich über Thankgsgiving kurzerhand nach Honolulu geflogen, habe mir ein Auto gemietet und dann eine Woche lang die Insel erkundet. Honolulu liegt 6 Flugstunden entfernt und wenn man rechtzeitig bucht, findet man auch noch günstige Direktflüge von Portland aus. Gewohnt habe ich im Norden der Insel in einer AirBnB Unterkunft. Die Hawaiianer sind nicht gerade die freundlichsten und ruhigsten Autofahrer, deshalb ist es am besten die großen Highways morgens und ab nachmittags zu meiden. Die Mehrheit der Touristen ist im Raum Honolulu im Süden, da hier

die besten klimatischen Bedingungen zu finden sind. Dafür gab es im Norden menschenleere Traumstrände wie aus dem Reisekatalog. Ich habe riesige Meeresschildkröten gesehen, unzählige Fische beim Schnorcheln und natürlich auch viele Surfer, da Ende November und im Dezember die Weltmeisterschaft im Surfen auf Hawaii stattfindet. Je weiter man in den Süden fährt, desto touristischer wird es dann auch. Ein Muss ist trotzdem die Hanauma Bay, ein weltberühmtes Korallenriff. Noch nie habe ich so klares Wasser und so viele bunte Fische auf einem Fleck gesehen. Die Schnorchelausrüstung kann dort auch gegen eine (relativ hohe) Gebühr ausgeliehen werden. An den einsamen Stränden an der Nord- und Ostküste ist allerdings etwas Vorsicht geboten. Je nach Gezeiten und Windstärke gibt es hier manchmal sehr gefährliche Strömungen, die man als Unwissender leicht unterschätzt. Da Oahu eine tropische Insel ist, gibt es auch ein Gebirge, das mit Regenwald überwachsen ist. Ich habe an einem Tag einen Ausflug zu einer Ranch in den Bergen gemacht, die Dschungeltouren anbietet. Außerdem wurden in den Regenwäldern Oahus schon mehrere Hollywoodfilme gedreht, die bekanntesten sind Catching Fire und Jurassic World. Von letzterem konnten auch noch Requisiten und Aufbauten im Dschungel besichtigt werden. Außerdem konnten auf der Ranch auch Ausritte in den Dschungel gebucht werden, aber bei der Anzahl der Mückenstiche war ich dann ganz froh, nicht den ganzen Tag dort gewesen zu sein.

Im Reiseführer heißt es manchmal, dass Hawaii und besonders Oahu wegen der vielen Touristen sehr gefährlich ist, besonders für Alleinreisende, und dass zum Beispiel geparkte Autos am Strand häufig aufgebrochen werden und man grundsätzlich nicht allein im Dunkeln unterwegs sein sollte. Ich war alleine dort und kann das nicht bestätigen. Ich habe mich nicht unsicher gefühlt und gerade dadurch, dass an den beliebtesten Stränden viele Touristen waren, habe ich zu keinem Zeitpunkt Angst gehabt. Allerdings habe ich mir vorsichtshalber eine wasserdichte „Tasche“ zugelegt, damit ich beim Schnorcheln die Wertsachen wie Geld, Handy und Schlüssel mit ins Wasser nehmen konnte.

Hawaii ist was Lebensmittel angeht nochmal teurer als das ohnehin schon teure Festland und in Restaurants findet man selten was für unter 20 $ und dazu kommt dann noch das Trinkgeld in Höhe von 10-20 %.

Ich kann es nur jedem empfehlen alleine zu reisen, auch wenn es am Anfang vielleicht etwas komisch ist. Es ist eine gute Erfahrung und man hat auch mal Zeit sich mit sich selbst zu beschäftigen und kommt etwas zur Ruhe. Gerade vor Thanksgiving hatten wir in der Uni sehr viel zu tun, weil direkt danach auch die Präsentationen der Gruppenprojekte anstanden und es nicht mehr weit bis zu den Finals war. Deshalb war es genau richtig nochmal was anderes als den Schreibtisch zu sehen, sich eine Auszeit zu nehmen und nochmal Kraft zu sammeln.

Da das Visum nach Ende des Semesters noch 30 Tage gültig ist, kann man auch diese Zeit noch nutzen, um etwas herumzukommen.

Über Weihnachten ist meine Schwester zu Besuch gekommen und wir sind zusammen nach Seattle gefahren, haben Central Oregon erkundet (ohne zu wissen, dass man dafür eine Gebirgskette über mehrere Pässe überqueren muss) und haben vier verrückte Tage in Las Vegas verbracht. Das war nochmal ein toller Abschluss und es war schön, jemandem von zu Hause die Uni zeigen zu können und ihn an dem Leben teilhaben zu lassen, das ich fünf Monate geführt habe. Danach war ich dann auch bereit, wieder in mein altes Leben in Deutschland zurück zu kehren.

5.3 Kosten

Die Ausgaben hängen natürlich stark vom eigenen Lebensstil ab und von den Reisen, die man unternimmt. Nachfolgend ist eine Auflistung von den Grundausgaben, mit denen man aber auf jeden Fall rechnen sollte. Die Auflistung unterscheidet sich natürlich, wenn man auf dem Campus wohnt, da man dann anstatt von Lebensmitteln einen Mealplan kauft und in der Mensa isst und auch mehr Miete zahlt. Ein normales Mittagessen kostet in der Mensa 8 $. Je nach Wohnheim kostet das Zimmer etwa 4.000 $ für das ganze Semester und der Mealplan kostet 2.600$.

Kostenübersicht:

Hin- und Rückflug	1.000€
Visum	324€
Auslandskrankenversicherung	186€
Bücher für die Kurse	300€

Miete	Monatlich 500 € → 2.000€
Lebensmittel	Monatlich 300 € → 1.200€
Gesamt	**5.010€**

Man sollte sich vorher darüber im Klaren sein, dass Nordamerika und Australien wahrscheinlich die teuersten Länder sind, in denen man ein Auslandssemester machen kann, da allein die Lebensmittel mehr als doppelt so teuer sind, als wir es hier in Deutschland gewöhnt sind. In Oregon gibt es jedoch keine „Sales Tax“ wie in anderen Staaten, wodurch man beim Einkaufen noch etwas günstiger wegkommt. Es gibt wie in Deutschland auch unterschiedlich teure Supermärkte und wenn man bei Walmart, anstatt Safeway einkauft, kann man auch hier sehr viel Geld sparen.

Letztendlich geht man aber auch nicht zum Sparen in diese Länder und es wäre schade, wenn man an Ausflügen etc. nicht teilnimmt, weil man das Geld dafür nicht ausgeben möchte. Es ist eine einmalige Möglichkeit und man sollte so viel mitnehmen wie nur möglich.

6 Tipps für Nachfolger

Ein praktischer Tipp ist, sich vor Abreise eine Kreditkarte anzuschaffen, wenn man nicht schon eine hat. Hier läuft fast alles bargeldlos und auch zum Auto mieten oder Flüge buchen ist es erforderlich, bzw. sehr praktisch. Ein paar Banken bieten sogar gebührenfreies Geldabheben an. Außerdem ist es auch ganz gut noch eine weitere Kreditkarte dabei zu haben, falls es mal Probleme mit einer der Karten gibt, oder diese nicht akzeptiert wird.

Auf dem Campus und in den Wohnheimen gibt es überall WLAN und auch sonst hat man in jedem Café oder Restaurant Zugang zu Internet. Deshalb habe ich mich dagegen entschlossen, eine neue Simkarte mit Internetoption für mein Handy zu kaufen, da dies etwa 40 $ im Monat gekostet hätte. Ich bin mit dem verfügbaren WLAN sehr gut zurechtgekommen und hatte auch kein Problem damit, wenn ich unterwegs mal zwei Stunden kein Internet hatte. Auch habe ich mich dagegen entschlossen ein Bankkonto zu eröffnen. Viele Austauschstudenten, gerade die, die für ein ganzes Jahr bleiben, eröffnen in der ersten Woche ein Bankkonto, um beim Bezahlen eine amerikanische Karte zu haben und somit Gebühren zu sparen. Ich habe allerdings eine Karte von einer Bank gehabt, die gebührenfreies Geldabheben ermöglicht und somit habe ich kostenfrei Geld abgehoben und dann meistens bar bezahlt. So habe ich auch

Gebühren gespart und musste nicht extra ein Konto eröffnen. Ich bezweifle auch, ob sich das für die Dauer von vier bis fünf Monaten wirklich lohnt.

Wenn es mal Probleme geben sollte, empfehle ich euch, einfach im International Office vorbei zu gehen und dort nach Hilfe zu fragen. Gerade am Anfang steht man vor vielen Herausforderungen und bevor man sich zu sehr reinsteigert, einfach kurz nachfragen. Meistens wissen die Auslandskoordinatorin und die anderen Mitarbeiter, an wen ihr euch wenden müsst, um das Anliegen zu klären oder machen das selbst gleich für euch.

Wie weiter vorne schon erwähnt, möchte ich allen mit auf den Weg geben sich selbst genug Zeit zur Eingewöhnung zu lassen. Man hat an sich selbst den Anspruch nach spätestens einer Woche komplett integriert zu sein, aber das wird so schnell nicht passieren. Auch beim Freunde finden ist Geduld angesagt, in Deutschland braucht es schließlich auch längere Zeit, bis man engere Kontakte knüpft und dort ist es genauso. Die Amerikaner sind prinzipiell offener als die Deutschen und auch an den internationalen Studenten interessiert, aber es ist schwer engere Beziehungen aufzubauen, die über den alltäglichen Smalltalk hinausgehen. Grundsätzlich beschweren sich Amerikaner selten und besprechen Probleme nicht mit Freunden, „everything is fine“, deshalb sollte man auch vorsichtig sein und nicht alle Probleme, vor denen man gerade steht, bei seiner amerikanischen Bekanntschaft abladen. Das trifft natürlich nicht auf alle Amerikaner zu, aber dessen sollte man sich einfach bewusst sein. Ich kann nur empfehlen bei den angebotenen Aktivitäten mitzumachen, die vom International Office angeboten werden. Die internationalen Studenten sind in der gleichen Situation und auf der Suche nach Kontakten und hier ist es meist einfacher Leute zu finden, mit denen man auch die Freizeit verbringen kann. Wir waren am Ende eine super Gruppe und haben privat sehr viel zusammen unternommen und ich bin froh, dass ich die Chance wahrgenommen habe und auch gleich am Anfang zu den Ausflügen mitgegangen bin.

Zum Schluss möchte ich noch sagen, dass es vollkommen in Ordnung ist, Heimweh zu haben. Das bedeutet nicht, dass man seinen Aufenthalt nicht genießt, die Chance hier zu sein nicht verdient hat oder schwach ist. Es ist nichts, wofür man sich schämen muss und wenn es mal besonders schlimm ist, ist es wichtig sich Hilfe zu suchen und darüber zu sprechen. Man ist nicht allein damit, aber die meisten trauen sich nicht, darüber zu reden. Tatsächlich gibt es sogar Studien darüber, dass jeder im Ausland gewisse Phasen durchläuft: Zunächst ist man sehr euphorisch, aufgeregt und begeistert. Aber nach ein paar Wochen ändert sich das und man fällt in eine Art Loch, man vermisst das zu Hause, Freunde und Familie und vergleicht alles, was unterschiedlich ist und findet die Unterschiede nervig und anstrengend. Man fühlt sich unfassbar einsam und fehl am Platz. Das ist dann der sogenannte Kulturschock. Je nach Person fällt dieser natürlich unterschiedlich stark aus und ist früher oder später wieder überwunden. Bei mir hat es ungefähr zwei Wochen gedauert. Wichtig ist dann aber, dass man sich jemandem anvertraut, dem es im besten Fall genauso geht und man sich dann gegenseitig unterstützt. Familie und Freunde meinen es zwar gut, können aber weder richtig nachvollziehen wie es einem geht, noch viel über die Entfernung und die Zeitverschiebung ausrichten. Ich habe in einem Gespräch mit einer anderen Austauschstudentin gemerkt, dass

es ihr genauso geht und das hat mir persönlich aus dieser Phase geholfen und zwischen uns hat sich dann auch eine enge Freundschaft entwickelt. Wenn man diese Phase überwunden hat, geht es einem deutlich besser und man hat die Unterschiede zwischen Gastland und Heimat akzeptiert und passt sich an und dann fühlt man sich „okay“ im fremden Land. Ich finde es extrem wichtig vorher zu wissen, dass man an diesen Punkt kommen wird. Auch wenn man dann da durch muss und sich vorher nicht vorstellen kann, was das bedeutet, ist es wichtig zu wissen, dass das normal ist und dazu gehört und nicht bedeutet, dass man schwach ist oder das Auslandssemester abbrechen sollte. Ihr werdet diesen Punkt überwinden, wie schon viele andere und es wird wieder bergauf gehen. Nur Mut!

7 Fazit

Die letzten fünf Monate waren zweifellos die spannendsten, erlebnisreichsten und aufregendsten Monate meines Lebens. Ich habe so viele neue Eindrücke gesammelt, tolle Menschen aus der ganzen Welt kennen gelernt und auch für mein Studium viel gelernt. Ich bin sehr dankbar, dass ich die Möglichkeit hatte, eine solche Erfahrung machen zu können. Meine Erwartungen an das Auslandssemester haben sich mehr als erfüllt.

Mir persönlich liegt die Art des Studiums in Deutschland mehr, da der Schwerpunkt auf der Eigenverantwortung des Studenten liegt und nicht jede Woche ein Test über ein gelesenes Kapitel geschrieben wird. Im Endeffekt habe ich aber das Gefühl, dass ich dadurch den gelernten Stoff mehr verinnerlicht habe. Man lernt konstant das ganze Semester über für Tests und hat alle vier Wochen eine Prüfung und somit beschäftigt man sich auch detaillierter mit gewissen Fragestellungen und vergisst die Inhalte nicht so schnell wieder. Die Studienstruktur hat also auch seine Vorteile und wenn man fleißig ist und versucht mit dem Lesen auf dem Laufenden zu bleiben, spiegelt sich das auch in den Noten wider. Besonders das Fach Public Health mit dem Gesundheitssystemvergleich war für mich sehr spannend und war eine perfekte Ergänzung zu den Inhalten, die wir in Aalen besprochen hatten.

Ich kann nur jeden ermutigen, sich auf ein solches Abenteuer einzulassen. Man sieht nicht nur die eigene Kultur danach mit anderen Augen, sondern macht auch mal die Erfahrung in einem fremden Land wirklich zu leben und nicht nur für ein paar Wochen als Tourist dort zu sein. Auch wenn es zwischendurch nicht immer leicht ist und man natürlich immer mal wieder vor großen und kleinen Problemen steht, sind diese Herausforderungen am Ende doch gut gewesen. Sie haben einem gezeigt, zu was man alles in der Lage ist, wenn man sich aus seiner Komfortzone heraus bewegt und auf sich allein gestellt ist. Man wächst bekanntlich an seinen Aufgaben und aus dieser Erkenntnis wird man zweifellos im weiteren Leben privat, als auch beruflich profitieren.