



[Date]

Mein Auslandssemester an der California State University, Long Beach



Fritz Billyantho

FRITZ.BILLYANTHO@HAW-HAMBURG.DE

Inhaltsverzeichnis

Die Vorbereitung	2
Das Visum	3
Die Reiseplanung	4
Die Universität	5
Studieren an Der CSULB	6
Betreuung an der CSULB	8
Wohnen und Leben in Long Beach	8
Die Kosten	10
Fazit	11
Anhang	12

Die Vorbereitung

Der Gedanke an ein Auslandsemester in den USA kam nicht in Frage bei mir, weil ich ausschließlich auf mein Studium an der HAW konzentrieren wollte, sodass ich schnell fertig sein konnte. Nun sah ich die Werbung für das Auslandsemester in den USA. So fragte ich meine Eltern, ob ich an dem Auslandsemester teilnehmen durfte. Am Ende des Tages sagten meine Eltern, nichts konnte die Erfahrung ersetzen, in den USA zu studieren und zu leben. Danach füllte ich das Formular aus und hoffte, dass ich zum Interview eingeladen wurde, als ich noch im vierten Semester war. Während der Zeit hatte ich keinen Gedanken daran, dass ich noch zwei Semester abhängen musste, was nicht wirklich ideal ist. Aber trotzdem sagten meine Eltern nochmal, dass ich das Auslandsemester machen sollte, weil sie davon ausgingen, der beste Lehrer im Leben ist die Erfahrung. Auch während der Zeit gab es keine einzige von meinem Freundeschaftskreis, die das Auslandsemester machen wollte. Praktisch war ich alleine.

Für die Bewerbung an der HAW musste man einiges vorbereiten. Ich musste früher ein zweiseitiges Motivationsschreiben (Letter of Motivation) auf Englisch schreiben und einreichen, in dem man darlegt, warum man gerne an die CSULB gehen und da studieren möchte. So zum Beispiel schriebe ich, dass ich eine neue Perspektive für Ernährung sehen und ein Computerprogramm da lernen wollte, weil ich Ökotrophologie studiere. Außerdem musste ich auch schon eine Liste mit Kursen einreichen, die ich dort gerne belegen möchte. Die Kurse kann man einfach auf der Webseite der CSULB unter Colleges & Departments den CSULB Catalog einsehen oder auch als PDF herunterladen. In dem Catalog stehen alle Kurse die im folgenden Semester angeboten werden. Ich hatte meine Kurse alle aus dem Family and Consumer Science Fakultät gesucht. Man kann frei auswählen, was man belegen möchte. Hier muss man überlegen, welche Kurse später an der HAW angerechnet werden können. Es ist also etwas aufwendig, sich alle Kurse anzusehen und zu entscheiden, welche man belegen will und kann, da nicht alle Kurse Prerequisites-frei sind. Die Prerequisites sind die Voraussetzungen, die man für den jeweiligen Kurs mitbringen muss. Zum Beispiel muss man Chemie erst belegen, um in Biochemie zu kommen. Soweit ich wusste, ich habe alle Grundkurse an der HAW belegt, deswegen konnte ich praktisch alle Kurse wählen, die ich gerne belegen möchte. Außerdem wählte ich auch einige Kurse, die keine

Prerequisites haben (Junior-level Class). Darüber hinaus musste ich ein Empfehlungsschreiben (Letter Of Recommendation) eines Professors oder einer Professorin einreichen, ebenfalls auf Englisch, was total problemlos war und ging ganz schnell. Ein Sprachtest war auch ein Muss. Es musste nicht der TOEFL oder IELTS sein. Ich machte den Test mit einer Professorin der HAW in Bergedorf gemacht und bekam das Zertifikat von der HAW. Zur Vorbereitung für den Test lernte ich nicht so viel, ich ließ viele Artikel auf Englisch, Filme schauen und Musik hören. Während des Tests unterhält man sich dort auf Englisch mit jemandem, muss einen kurzen Text schreiben und einen anderen Text lesen und den Inhalt wiedergeben. Man muss mindestens mit B2 bestehen, was aber kein Problem sein sollte. Der letzte musste ich noch einen Lebenslauf (Curriculum Vitae) und eine Übersicht mit allen bereits belegten Kursen und Noten auf Englisch (Transcript of Records) einreichen. Alle Unterlagen muss man pünktlich zu Frau V.d Heide einreichen. Sie wird dann die Unterlagen an die CSULB schicken, deshalb müssen die Unterlagen in englischer Sprache eingereicht werden.

Das Visum

Um in die USA zu reisen, ist ein Visum notwendig. Wenn man dort studieren will, soll das Visum das J-1 Visum sein und man muss möglichst frühzeitig für das Visum beantragen. Genauere Informationen bekommt man auf der Webseite der US Botschaft und Konsulate in Deutschland (<https://de.usembassy.gov/de/>). Wie gewöhnlich muss man einen Termin zuerst vereinbaren. Es gibt drei US-Botschaften in Deutschland, nämlich in Berlin, Frankfurt Am Main, und München. In meinem Fall hatte ich einen Termin Am Nachmittag vereinbart, damit ich an einem Tag hin und zurück fahren kann, weil keine Möglichkeit für mich bestand, in Berlin zu übernachten. Ganz wichtig ist, dass man nichts außer die Unterlagen in einer Mappe mitbringen kann. Handy, Schlüssel, Geldbörse, etc hatte ich in einem Schließfach im Berlin Hauptbahnhof gelegt. Das Schließfach kostet 5 Euro für 24 Stunden (genauer kann ich mich daran erinnern). Dort habe ich etwa 30 Minuten gewartet und mein Name wurde angerufen. Da hatte ich ein kleines Interview mit einem Herr. „Warum wollen Sie in die USA reisen?“, „wie lange bleiben Sie da?“, „haben Sie in den USA Familie?“, „was studieren Sie da und wo?“, diese Fragen waren die Fragen, die der Herr gestellt hat. Dann wurden meine Fingerabdrücke genommen. Am Ende bekam ich ein weißes Papier. Da stand, dass

mein Visum genehmigt wurde und ein paar häufig gestellte Fragen. Nach 3 Tagen kam mein Reisepass mit dem Visum per Post zu mir. Das Ganze hat mich ungefähr 400 € gekostet (Gebühr für das Visum und mein Zugticket). Der Gebühr für das Visum musste ich, wie gewöhnlich, im Vorfeld zahlen, auch wenn man nicht weiß, ob man das Visum bewilligt bekommt.

Die Reiseplanung

Da ich nicht von Hamburg nach Los Angeles flog, wusste ich nicht, wie viel der Ticket (hin und zurück) kosten soll. Stattdessen flog ich von Heimat nach Los Angeles. Mein Flug war ein Direktflug. Das heißt, ich musste nicht irgendwo in den USA erst ankommen und der andere Flug nehmen. Ich achtete darauf, nicht in den USA zwischenzulanden, weil man auch bei Zwischenlandungen durch die Visakontrolle gehen muss. Ich wollte nicht das Risiko eingehen, mein Anschlussflug zu verpassen. Auf dem Hinweg flog ich über Hongkong nach Los Angeles und genauso für den Rückflug.

Weiterhin war es Pflicht, eine Krankenversicherung über die CSULB abzuschließen. Es ist ein Muss für jede Studierende der Hochschule, damit alle einen ausreichenden Versicherungsschutz haben. Bevor ich mit dem Semester begann, bekam ich eine E-Mail mit dem Link, um die Krankenversicherung abzuschließen. Da ich in der Zeit keine Kreditkarte hatte, entschloss ich, die Krankenversicherung kurz vor dem Start des Semesters zu erledigen. Ich hatte die Möglichkeit, die Krankenversicherung mit Money Order durch Wells Fargo Bank zu zahlen. Die Krankenversicherung kostete 485,36 USD für ein Semester (Fall Semester). Es gab auch eine andere Versicherung für ein Jahr, was aber für mich nicht relevant war.

Eine Kredit- oder Debitkarte ist in den USA eine absolute Pflicht. Fast alles wurde mit Karte gezahlt, ist also meiner Meinung nach einfacher und schneller. Wenn man in Deutschland schon über eine Kreditkarte verfügt, sollte man sich im Vorfeld wissen, was Geldabheben oder Transaktionskosten kosten. In meinem Fall hatte ich keine Kreditkarte und nur meine EC-Karte. Dann dachte ich mir, dass eine Debitkarte eine gute Idee wäre. So beantragte ich eine Debitkarte (Mit Visa Logo) in den USA. Damit kann ich schon online einkaufen, Uber oder Lyft zahlen, etc. Die Karte funktioniert wie eine Kreditkarte (da die Karte Visa Logo hat), deshalb entschied ich mich dafür.

Außerdem muss ich keine Gedanken über die Gebühren machen. Eine Debitkarte für Studenten ist total kostenlos und keine versteckte Gebühren. Es ist leider nicht möglich meine Karte von Deutsche Bank zu nutzen, außer Geld bei Bank of America abzuheben. Ob es sich lohnt, eine Debitkarte für so eine kurze Zeit einzurichten, will ich ja sagen. Am Ende meines Auslandssemester kündigte ich meine Debitkarte und mein Geld wurde alle bar ausgezahlt. Als ich in Los Angeles ankam, hatte ich eine International Check dabei, so muss ich nicht jedes Mal Geld von meinem deutschen Konto auf ein amerikanisches Konto überweisen. Es kostet ja ziemlich viel Geld und dauert einen Moment. Wenn man keine Kreditkarte beantragen will, reicht es auch mit einer Debitkarte.

Die Universität

Der Campus der CSULB ist wirklich riesig, schön und gut ausgestattet. Mit mehr als 35.000 Studierende gibt es hier viel zu bieten. Es gibt viele Cafés, wie Starbucks, The Coffee Bean, etc, und Fast-Food-kette wie Panda Express, Opa Greek, El Pollo Loco, Subway, etc. Ich fand mich dort nicht relative schnell zurecht, weil meine Vorlesungen nicht in demselben Gebäude stattfanden. Also ich musste halt von Fakultät zu Fakultät laufen. Außerdem gibt es da viele Grünfläche und überall Sitzgelegenheiten. In dem Campusgelände gibt es Bibliothek, Rec-Center, Wellness Center, etc, das für Studierende kostenlos ist. Wenn man Sport gerne treibt, dann ist man hier richtig. Ich finde es wirklich toll, neben dem Lernen auch Bewegung zu verschaffen. Das Beste ist also, es gibt überall Wasserspender.

Ich studierte dort Nutrition & Dietetic (Ökotrophologie) und es gehört zu College of Health & Human service (CHHS) in dem Family and Consumer Science Departments.

Andere Studiengänge des CHHS sind:

- Department of Speech-Language Pathology
- School of Criminology, Criminal-justice, and Emergency Management
- Family and Consumer Science
- Health Care Administration
- Health Science
- Kinesiology

- School Of Nursing
- Physical Therapy
- Graduate Center for Public Policy & Administration
- Recreation & Leisure Studies
- School of Social Work

Genauere Anzahl der Family & Consumer Science weiß ich nicht mehr. Die Vorlesungen, die ich belegt habe, fanden in kleinere Räumen unter 30-40 Leuten statt, aber manchmal auch bis 50 Leuten.

Studieren an Der CSULB

Man muss mindestens 4 Kurse belegen und ich fand, 4 Kursen sind wirklich ausreichend und zeitfüllend. Ich musste darauf achten, dass die Kurse, die ich belegen möchte, an der HAW angerechnet werden können. Das tat ich aber nicht. Ich gehe davon aus, dass Die Erfahrungen wichtiger sind. Also habe ich Kurse gewählt, die ich wirklich interessant fand oder die Kurse, die ich noch nicht davon gehört habe. Als ich bei dem International Office da meine Kurse besprach, habe ich mich noch 3 weitere Kurse wählen muss, weil die Gesamt-CP nicht ausreichte. Deshalb hatte ich auch Sportvorlesung gewählt, nämlich Schwimmen und Badminton. Wie ich oben genannt hatte, es ist toll neben dem Lernen Bewegung zu verschaffen.

Grundsätzlich muss man wissen, dass das Studieren in den USA sehr unterschiedlich im Vergleich zu Deutschland ist. Anwesenheitsliste, Hausaufgaben, Quiz (online & offline) sind essentiell für einige Kurse, die ich gewählt habe. Weiterhin gibt es, wie auch immer, Klausuren am Ende des Semesters und während der Vorlesungszeit. Am Anfang dachte ich mir, dass es sehr aufwendig wurde. Tatsächlich war es. Ich musste sogar am Wochenende lernen. Insgesamt habe ich 10 Klausuren und nicht gezählte Hausaufgaben und online Quiz. Aber die Investition hat sich gelohnt, ich habe in alle Fächern sehr gut geschnitten (Straight A's). Manche ausländische Studierende bringen sehr gut Voraussetzungen und Kenntnisse mit, von daher haben wenige Schwierigkeiten bei den Leistungsnachweisen.

Außerdem kann man auch an vielen Clubs in der CSULB teilnehmen, egal ob es um Hobby geht oder Lerngruppe, etc. So kann man schnell Kontakte verknüpfen. Darüber

hinaus bekommt man auch viele Neuigkeiten. Ich hatte an der Food science Club, Student dietetic Association und CSULB eSport Association.

Folgende Kurse habe ich gewählt und auch bekommen (Diese Kurse habe ich noch nicht an der HAW belegt):

- **NUTR 234 – Orientation to Dietetics and Food Administration:** Dieser Kurs bereitet Studieren vor, um Ernährungsberater zu sein, Wie man für das Praktikum bewerben soll, Vorteil und Nachteil als Ernährungsberater, etc.
- **NUTR 335 – Nutritional Assessment:** Hier habe ich mein erstes Basic über NCP (Nutrition Care Process). Hier lernte ich auch die Methoden für die Sammlung und Auswertung von demographischen, diätetischen, Anthropometrische, biochemische und klinische Daten.
- **NUTR 336 – Cultural Food:** Da das Essen ein Teil der Kultur ist, muss man sie kennen, bevor man in der globalen Welt geht. Es ist auch wichtig bei der Beratung, sodass man nicht dominant immer was empfiehlt, von was der Patient nicht mag oder kulturell nicht relevant ist.
- **NUTR 437 – Nutrition Counseling:** Hier lernen die Studenten, wie man richtig eine Beratung machen kann, welche Strategien man nutzen kann oder soll, wie man eine Beziehung zwischen Berater und Patienten machen kann.
- **NUTR 438A – Medical Nutrition Therapy I:** In diesem Kurs lernt man einige ernährungsrelevante Krankheiten, wie Diabetes, Herzkrankheiten, Fettleibigkeit, etc, die Entstehung und Behandlung.
- **KIN 102 – Swimming I:** Diesen Kurs habe ich gewählt, weil ich noch 2 CP brauchte. Außerdem schwimme ich gerne.
- **KIN 125 – Badminton:** Zusammen mit dem KIN 102, bekam ich meine letzten 2 CPs.

Betreuung an der CSULB

Für die Betreuung der ausländische Studierende ist das International Office zuständig. Manche Mitarbeiter da sind Studenten und sie waren alle sehr nett und hilfsbereit. Dort bekam ich die Information für alle meine gewählte Kurse und Information über dem Campus. Bevor ich in Long Beach ankam, hatte ich Probleme bei der Wohnung-Suche, weil ich kurzfristig (2 Monaten) vor dem Semesterbeginn nach einer Wohnung suchte. Dann hat eine Mitarbeiterin des International Office mich verraten, in der Facebook-gruppe ein Zimmer zu suchen. Die FB-gruppe heißt CSULB Rommate finder. Man kann auch in anderer FB-gruppe der CSULB versuchen, zum Beispiel, CSULB study abroad @ the beach oder CSULB exchange Students. Dort kann man nicht nur Wohnung suchen, sondern auch Sachen verkaufen und kaufen, Tipps geben, oder man verabredet sich für partys oder carsharing. Außerdem gab es viele Partys für „Newcomers“ wie ich. Was wirklich überraschend war, dass da ziemlich viele Deutsche waren. Aber auch aus ganz vielen anderen Ländern kommen Studierende dahin. Auch viel waren Studenten aus Japan. Man kann wirklich tolle und nette Leute kennenlernen. Ab jetzt habe ich immer Gründe in andere Teile der Welt zu reisen, nämlich jemanden zu besuchen.

Wohnen und Leben in Long Beach

Natürlich kommt diese Frage bei derjenigen, die im Ausland studieren wollen, wie man wohnen will. Entweder „on-campus“ oder „off-campus“, auf dem Campus oder außerhalb dem Campus. Auf dem Campus gibt es mehrere Häuser, in denen die Studierende wohnen können. Da teilt man sich ein Zimmer mit einer anderen Person. Das ist in den USA sowieso üblicher, weil die Wohnung da sehr teuer ist. Wenn man sich für „on-campus“ entscheidet, zahlt man im Voraus die Miete und auch das Essen. Alles ist inklusive und muss man mitkaufen, weil es in den Wohnheimen meistens keine Küchen gibt. Frühstück, Mittag und Abendessen bekommt man zu bestimmten Zeiten. Ich finde es auch teuer so, als wenn man „off-campus“ wohnt. Man hat die Möglichkeit, in einem Apartment einzuziehen, aber meistens nicht möbliert. Oder man entscheidet

sich in einem Familienhaus zu wohnen. Das Zimmer ist meistens möbliert, kostet aber ein wenig mehr und ein wenig weiter von dem Campus. Ich habe mich für das Wohnen außerhalb des Campus entschieden, weil ich mein Zimmer nicht teilen wollte und auch nicht an Esszeiten gebunden sein wollte. Ich habe also auf verschiedenen Internetseiten wie Craigslist oder über die Uni nach Zimmern geschaut und da habe ich mein Zimmer gefunden. Das Haus war 20 Minuten mit dem Bus entfernt, das alle eine Stunde-takt fährt. Wenn man den Bus verpasst, dann muss man ungefähr eine Stunde warten. Die Voraussetzung für mein Zimmer war, dass es möbliert ist und ich den Campus gut erreichen kann. In dem Haus wohnen die Hausbesitzerin mit seiner Sohn und einen japanischen Student, der auch das Auslandsemester aus seiner Uni machte. Von ihm kannte ich noch viel mehr Japaner und amerikanischen Freunde von ihm. Ich habe wirklich viele tolle Leute kennengelernt und Freundschaften geschlossen. Ich hatte zwar ein Busticket mit dem Studentenausweis, wie an der HAW, aber fuhr immer mit Uber oder Lyft, weil das öffentliche Verkehrssystem in Long Beach nicht besonders gut ausgebaut war. Wenn ich zum Beispiel mein Bus verpasst, dann musste ich halt 20 Minuten zu Fuß zu anderen Bushaltestellen laufen, um anderen Bussen zu nehmen. Besonders viel Rad fahren die Leute in Long Beach nicht, aber es gibt überall eine extra Fahrradspur. Man bewegt sich lieber mit dem Auto. Aber ich machte mich keine Gedanken darüber, ein Auto zu kaufen, es ist einfach zu teuer für eine kurze Zeit. Falls ich irgendwo gehen wollte, dann fuhr ich mit Uber oder Lyft, was auch nicht so viel kostet.

Für mein Zimmer zahlte ich \$750 monatlich, dazu \$500 Kautions. Das hört sich viel an, ist aber in Long Beach schon fast preiswert. In der Nähe gibt es Supermarkt, Restaurant und Fast-food-Kette. An die Preise muss man sich erstmal gewöhnen, weil alle Produkte ein wenig teurer als in Deutschland waren. Trotzdem war ich mit meinem Geld zurechtgekommen. Fast-food ist immer eine günstigere Möglichkeit, aber die Investitionen lohnen sich nicht für meinen Körper.

Die Amerikaner sind tatsächlich freundlich und nett, nicht wie ich damals dachte. Ich konnte mich wie zu Hause fühlen. Dort sind Umwelt oder Umweltschutz kaum ein Thema. Jedoch muss ich daran gewöhnen und ich kann es nachvollziehen.

Da ich meist in meinem Zimmer war und die Vorbereitung für meine Hausaufgabe, Präsentationen, und Quiz machte, hatte ich leider keine Zeit, um die Nachtleben dort zu erleben. Ich wusste aber, dass das Nachtleben auf der 2nd Street stattfindet. Da gibt es

viele Restaurants und Bars. Clubs gibt es nicht, dafür muss man nach LA fahren. Wenn ich Freizeit hatte, dann verbracht ich meine Zeit mit meinen Freunden, um die Umgebung zu erkunden. Wir waren in Las Vegas, Death Valley, Grand Canyon, Utah. Am Ende des Semesters kamen meine Familien zu Long Beach und wir waren in San Fransisco, San Diego, Yosemite, wieder in Las Vegas und Grand Canyon (south und west rim). Am Anfang des Semesters dachte ich, ich konnte alles machen und muss nicht beeilen. Das stimmte leider nicht bei mir, hinterher wurde die Zeit doch knapp und ich wollte noch mehr unternehmen. Halloween und Thanksgiving sind typisch für Amerikaner. Beides fallen in Wintersemester an. Das war mein erstes Mal, Thanksgiving zu feiern. Meine hausbesitzerin lud mich zu einem Thanksgiving-dinner ein. Nach Thanksgiving kam der schwarze Freitag. An dem Tag wurden alle Produkte vor allem elektronische Geräte reduziert. Ich habe leider keine Möglichkeit mehr, was zu kaufen, weil alle schon ausverkauft waren. Zu Weihnachten wurde alles dekoriert, passt allerdings nicht richtig nach Südkalifornisches Wetter, mit Sonne und Wolke.

Die Kosten

Ein Auslandssemester kostet schon einiges an Geld. Ich hatte aber Glück gehabt, dass ich ein Stipendium der Karl Heinz Ditze Stiftung bekommen habe. Monatlich habe ich 400 Euro bekommen für 3 Monaten. Alle anderen Kosten habe ich selbst bezahlt, was wirklich viel war. Trotzdem war das für mich ein richtiges Abenteuer, das ich gerne wiederholen möchte.

Die Kosten für meinen Flug haben meine Eltern übernommen. So weiß ich jetzt nicht mehr genau. Bei der Wohnungssuche war ich leider ein wenig unglücklich, weil ich in keinem Apartment einziehen konnte. Einige Woche vor dem Start des Semesters waren alle Apartments schon voll. Glücklicherweise hat eine Hausbesitzerin meine Email geantwortet und ich konnte in ihrem Haus wohnen. Das Zimmer hat mich 750 USD gekostet, was auch noch „preiswert“ war. Dazu kamen keine weiteren Kosten hinzu. Das Leben in Long Beach ist schon teurer als in Deutschland, obwohl ich nicht jeden Tag zum Essen draußen gegangen und viel ausgegangen bin. Wer gerne kocht, kann schon einiges Geld sparen. Schätzungsweise habe ich monatlich 800 USD für meine Lebensunterhaltung ausgegeben, Essen, Ausgehen, Shopping gehören dazu.

Klamotten und elektronische Geräte sind in den USA günstiger als in Deutschland. Ich habe mich so viele Sachen gekauft, dass ich einen zweiten Koffer kaufen musste. Man muss sich aber beim Kauf von elektronischen Geräte bewusst sein, dass die Garantie nur in den USA gültig ist. Ich habe mich mit einige internationalen Freunde ein Family-plan (allnetflat) abgeschlossen. So machen manche Studierende, um einen guten und günstigeren Internet-Plan zu bekommen. Monatlich hat es mir 33 USD gekostet. Im Vergleich dazu habe ich früher eine Prepaidkarte gekauft und derselbe Internet-plan hat mich 50 USD gekostet.

Einige Bücher habe ich gemietet. Ohne die Bücher konnte ich nicht lernen, weil manche Lernstoffe aus den Büchern genommen wurden. Die Miete für die Bücher hat mich fast 200 USD gekostet. Ich hatte auch die Wahl, die 2nd-hand Bücher zu kaufen, aber ich war zu spät. Das habe ich mich wirklich bereut.

Fazit

Wenn man abenteuerlich ist, werde ich das Auslandssemester empfehlen. Ich habe mich eine der besten Zeit in meinem Leben in Long Beach gehabt, tolle Menschen kennengelernt, etc. Die Uni hat mir echt Spaß gemacht. Schade, dass die Zeit viel zu kurz war. Die Zeit verging sehr schnell, wenn man dort lebt. Es war wirklich eine unvergessliche Zeit und ich habe da sehr viel gelernt und erfahren. Für die Zweifler und Zweiflerin, werde ich euch auf jeden Fall empfehlen, mutig zu sein und sich für einen der Plätze zu bewerben.



Anhang





