

# **Erfahrungsbericht – California State University, Long Beach**

**Heimathochschule: Universität Heidelberg**

**Studienfach: Psychologie, Master „Organizational Behavior and Adaptive Cognition“, 8. Semester**

**Gasthochschule: California State University, Long Beach**

**Zeitraum: August 2012 - Mai 2013**



## Umgebung

Long Beach liegt im *Los Angeles County* und hat knapp 500.000 Einwohner. Nach LA ist LB die zweitgrößte Stadt im Großraum LA. LA erreicht man mit dem Auto (bei wenig Verkehr) in ca. 30 Minuten, San Diego in ca. 2 Stunden, Las Vegas in 4-5 Stunden, San Francisco in 6 Stunden. In unmittelbarer Nähe befinden sich viele wunderschöne Strände, wie Huntington Beach, Newport Beach oder Venice Beach.

## Vorbereitung

Die Vorbereitung startete schon früh, etwa ein Jahr vor meinem geplanten Auslandsaufenthalt. Zunächst habe ich mich beim akademischen Auslandsamt meiner Heimatuniversität für das Austauschprogramm in den USA beworben. Für mich hatte die California State University, Long Beach die erste Priorität, weil diese den Masterstudiengang „Industrial and Organizational Psychology“ anbietet, eine gute Ergänzung meines Masters. Darüber hinaus ist das Masterprogramm an der CSULB sehr anwendungsorientiert, ein weiterer positiver Aspekt für mein Studium. Mit den für den Masterstudiengang angebotenen Lehrplänen habe ich mich ausführlich auseinandergesetzt und wusste vorab, welche Kurse ich wählen würde. Die Anzahl der Studenten in einem Semester ist mit ca. 10 sehr gering, was sich auf das Verhältnis zwischen Professoren und Studenten positiv auswirkt.

Die CSULB und das akademische Auslandsamt verlangen einen Nachweis über den TOEFL. Ich empfehle, das Übungsbuch zum Test durchzuarbeiten, um sich mit den verschiedenen Aufgabentypen vertraut zu machen.

Für die Beantragung des J-1 Visums braucht man einen gültigen Reisepass. Dieser Vorgang braucht einige Zeit. Zunächst muss man im Internet einige Fragen beantworten, wofür man etwa zwei Stunden einplanen sollte. Dann vereinbart man einen Termin bei der amerikanischen Botschaft. Von ihr erhält man dann Informationen darüber, welche Dokumente, wie DS-2019, Passfotos, Bestätigung über bezahlte Visumsgebühr, eingereicht werden müssen. Den Termin sollte man frühzeitig beantragen, da die Wartezeit, vor allem im Sommer, einige Wochen betragen kann.

Die CSULB verlangt, dass alle Studenten die von ihr angebotene Krankenversicherung abschließen müssen. Ich hatte daher keine andere Wahl. Dafür konnte ich jederzeit das Health Center auf dem Campus aufsuchen. Für alle weiblichen Studenten gibt's die Pille umsonst! Wenn man sich keiner ärztlichen Untersuchung unterziehen möchte, ist es ratsam, von seinem deutschen Arzt eine

Bescheinigung über die letzte Vorsorge mitzubringen.

Um die Flugbuchung hat sich Fulbright gekümmert, da ich zusätzlich ein Reisekostenstipendium hatte.

### Wohnen

Leider gestaltet es sich nicht einfach, bereits vor dem Auslandsaufenthalt eine Wohnung bzw. ein Zimmer zu finden.

Ich empfehle, in die Nähe der Uni zu ziehen, jedoch nicht auf den Campus. Die Zimmer auf dem Campus sind sehr klein und haben keine Küche, d.h. man ist auf die Zeiten der Kantine angewiesen. Man teilt sich dort ein Zimmer. Sie sind generell teurer als private Unterkünfte.

Viele meiner Freunde haben gute Erfahrungen mit „beverly plaza apartments“ und „crossing at the bay apartments“ gemacht.

Leider haben die meisten Wohnungen Teppichboden, denen man ansieht, dass dort schon mehrere Studenten wohnten.

Ich hatte das Glück, von Deutschland aus ein Zimmer zu finden. Generell empfiehlt es sich, erst vor Ort zu suchen. Am besten kontaktiert man die Vermieter per Handy, da auf E-Mails kaum geantwortet wird. Hier läuft die meiste Kommunikation über SMS. Daher empfehle ich, für die ersten Tage in einem Hostel unterzukommen. Wenn die Uni beginnt, trifft man viele Austauschstudenten, die auch noch keine Wohnung gefunden haben. Dann bietet es sich an, zusammen nach etwas Passendem zu suchen.

Ich hatte das Glück, ein möbliertes Zimmer beziehen zu können. Viele meiner Freunde mussten sich jedoch Möbel kaufen, die sie am Ende ihres Aufenthaltes wieder weiterverkauften. Außerdem musste ich mich nicht um die Anmeldung von Strom, TV, etc kümmern. Ich wohnte mit zwei amerikanischen und einem deutschen Studenten zusammen. Meine amerikanischen Mitbewohner machten das Einleben recht einfach, da sie mir viele hilfreiche Tipps geben konnten.

### Transport und Beweglichkeit

In Long Beach empfiehlt es sich, ein Auto zu kaufen. Es gibt zwar die Möglichkeit, mit dem Bus zu fahren, doch leider gestaltet sich dies nicht so einfach wie in Deutschland. Die Busse fahren meist nur alle halbe Stunde, und der Busfahrplan muss online nachgesehen werden. Meistens kommen die Busse nicht pünktlich, und

man weiß nicht, ob man den Bus bereits verpasst hat oder ob es sich lohnt, noch zu warten. Für Studenten ist die Busfahrt mit Studentenausweis kostenlos.

Tagsüber kann man mit der Metro problemlos nach LA fahren. Sobald es aber dunkel wird, empfehle ich die Metro nicht, vor allem, wenn man alleine unterwegs ist. Es sind dann „komische Gestalten“ unterwegs, da die Metro auch durch Gebiete wie *Compton* fährt.

Daher bin ich froh, dass ich mich mit meinem Mitbewohner für einen Autokauf entschieden habe. Wir teilten uns die Kosten, und die Absprachen „Wer wann fährt“ funktionierten sehr gut. Das Auto haben wir über „craigslist“ gefunden.

Ich habe mir auch ein Fahrrad gekauft, mit dem ich zur Uni gefahren bin und die nähere Umgebung erkunden konnte.

### Geld

Die Mieten sind hier recht hoch im Vergleich zu dem, was man dafür bekommt. Sie liegen meist zwischen 550-800 Dollar im Monat. Es ist üblich, sich ein Zimmer zu teilen. Da man ohnehin die meiste Zeit nicht zu Hause verbringt, ist dies eine gute Möglichkeit, an der Miete zu sparen.

Auch die Lebenshaltungskosten sind recht hoch. Zum Beispiel: Eine Gurke kostet um die 3 Dollar...

Mit 800 Dollar „Taschengeld“ sollte man auskommen, je nach dem wie viel man reist. Ich habe ein kostenloses Konto bei der Bank of America eröffnet. Diese kooperiert mit der Deutschen Bank. Das heißt, ich kann kostenlos am Geldautomaten der Bank of America Geld abheben und dieses sogar auf mein amerikanisches Konto kostenfrei einzahlen. So kann ich mit meiner amerikanischen debit card ohne Extrakosten bezahlen.

### Uni

Da ich ein Fulbright-Stipendium hatte, durfte ich nur „graduate classes“ wählen. Das bedeutete im Vergleich zu den „undergraduate classes“ ein viel größerer Arbeitsaufwand. Während des Semesters gibt es Hausaufgaben, und man hat jede Menge zu lesen. Trotz des hohen Arbeitsaufwands habe ich die Atmosphäre in den Seminaren sehr genossen, da die Professoren eine persönliche Ebene geschaffen haben. Ich genoss das Masterprogramm mit nur neun weiteren Studenten, da es sehr anwendungsorientiert war.

Wenn Bachelor-Studenten „graduate“-Kurse besuchen möchten, empfehle ich, direkt

zu den entsprechenden Kursen zu gehen und mit den Professoren persönlich zu sprechen. Jedoch besuchen meist um die 20-30 Studenten undergraduate Kurse und deshalb ist die Atmosphäre nicht so persönlich. In den undergraduate Kursen ist es üblich, einen Studyguide an die Seite zu bekommen, der einem bei der Vorbereitung auf Klausuren hilft.

Die Vorlesungszeit ist sehr lernintensiv, und es bleibt kaum Zeit für „Entdeckungen“. Solche sind in der vorlesungsfreien Zeit möglich, da über diese Zeit keine Aufgaben vergeben werden.

Viele amerikanische Studenten wohnen nicht direkt in Long Beach und suchen nicht unbedingt nach engen Freundschaften. Das heißt nicht, dass sie nicht freundlich und hilfsbereit sind, aber die Freundschaften beschränken sich auf den Kontakt in der Uni. Die Professoren sind sehr bemüht, dass die Austauschstudenten den behandelten Stoff mitbekommen. Sie haben bei mir wiederholt nachgefragt. Einer meiner Professorinnen hat mich sogar zu Thanksgiving eingeladen.

Ich war beeindruckt von der Ausstattung des Fachbereichs Psychologie. Es gibt viele Räumlichkeiten, die für Kleingruppenarbeiten genutzt werden können und die mit Videotechnik ausgestattet sind, um das Erlernte analysieren zu können. Außerdem kooperieren die meisten Professoren mit Unternehmen, sodass die Studenten die Möglichkeit bekommen, mit diesen Projekte durchzuführen. Mich hat das noch einmal bestärkt, in einem unternehmerischen Umfeld arbeiten zu wollen.

Leider verlangen viele Professoren, dass man viele teure Bücher kauft. Zum Glück besteht die Möglichkeit, Bücher für eine bestimmte Zeit auszuleihen (z.B. [bookrenter.com](http://bookrenter.com)). Das ist zwar immer noch recht kostspielig, aber da man am Ende seines Aufenthaltes wegen des Gewichts eh nicht alles mit nach Deutschland nehmen kann, macht eine Ausleihe Sinn.

Ich war froh, den Campus erkundet zu haben, bevor der Uni-Alltag begann. Der Campus ist wie eine kleine Stadt, die anfangs unübersichtlich erscheint.

Auf dem Campus befindet sich neben vielen „Restaurants“ und Cafes ein Fitnessstudio, das die Studenten kostenfrei nutzen dürfen. Es verfügt über alle erdenklichen Geräte: u. a. Laufbahn, Pool, Jacuzzi ... Es werden auch Fitnesskurse angeboten. Außerdem befindet sich eine riesige Pyramide auf dem Campus, die für Sportveranstaltungen genutzt wird. Ich habe mir dort viele Spiele unserer Basketball-Mannschaft angeguckt. Es machte Spaß, Teil der „gold-schwarzen“ Gemeinschaft zu sein.

## Handy

Ich empfehle *att*. Man kauft monatlich ein Guthaben (z.B. 25 Dollar). Damit kann man unbegrenzt SMS verschicken und hat außerdem 250 Freiminuten zum Telefonieren. Jedoch ist zu beachten, dass diese auch zählen, wenn man angerufen wird.

Internet auf dem Handy kostet zusätzlich. Das günstigste Angebot beträgt 5 Dollar.

Ich habe meine SIM Karte vorab in Deutschland bestellt, damit ich diese sofort in den USA in Betrieb nehmen konnte. Das kostet zwar mehr, lohnt sich aber für den, der keine Wartezeit in Kauf nehmen möchte.

Bei meiner Ankunft in Long Beach bekam ich einen gehörigen Kulturschock. Diesen habe ich zum Glück schnell überwunden. Fast alles ist anders als bei uns, vor allem größer: Wohnungen, Supermärkte, Autobahnen, ... Auch auf das Essen muss man sich einstellen. Will man sich aber mit frischen Zutaten selbst verpflegen, wird es teuer.

Das Kennenlernetreffen in der Uni vor Semesterbeginn war sehr hilfreich. Ich habe viele Austauschstudenten kennengelernt. Die Austauschkoordinatoren haben uns viele für das Uni- sowie das Privatleben betreffende nützliche Tipps gegeben. Sie waren jederzeit ansprechbar.

Es gefiel mir in Long Beach so gut, dass ich mir kaum noch vorstellen konnte, wieder zurück nach Deutschland zu gehen. Ich empfehle jedem, zwei Semester in den USA zu bleiben, da man erst nach einem Semester richtig realisiert, dort zu wohnen.

Ich habe die Weihnachtsferien genutzt, um zu reisen. Dabei habe ich die Küste in Richtung San Francisco erkundet. Auf meinem Weg habe ich San Luis Obispo, Santa Barbara und Hearst Castle besucht. Außerdem habe ich ein paar Tage in Napa verbracht. San Francisco ist es wert, eine ganze Woche zu bleiben. Außerdem war ich am Lake Havasu, in Las Vegas und in Big Bear. Auch die Küste in Richtung San Diego habe ich erkundet. Nach Mexiko bin ich nicht gefahren, weil mir viele davon abgeraten haben, es sei zu gefährlich.

Nach Beendigung des Semesters blieb mir noch ein Monat bis ich die USA verlassen musste. Diese Zeit nutzte ich, um weitere Reisen zu machen. Eine davon war nach Hawaii, was ich nur empfehlen kann.

Mein Rückflug ging über New York, wo ich einen Zwischenstopp für mehrere Tage einlegte. Zum Glück hatte ich die Möglichkeit, mit einer Freundin couchsurfing zu machen, sodass wir die Kosten für eine Unterkunft sparen konnten. New York gab meinem USA Aufenthalt einen krönenden Abschluss.

Ich bin sehr glücklich darüber, dass mir die Möglichkeit geboten wurde, zwei Semester in den USA zu studieren.