



Freiformulierter Erfahrungsbericht

Studium oder Sprachkurs im Ausland

Grunddaten

Name:	Sarah Pischel
Fakultät/ Fach:	Fakultät für Psychologie und Bewegungswissenschaft/ Psychologie
Jahr/Semester:	WiSe 13/14 (5. Semester)
Land:	USA
(Partner)Hochschule/ Institution:	New York University – Department of Psychology
Dauer des Aufenthaltes:	2 Monate (1. Februar – 1. April)

Austausch-/Stipendienprogramm und Auswahlrunde

Der Fachbereich Pädagogische Psychologie und Motivation der Universität Hamburg bietet die Möglichkeit am **Austauschprogramm** zwischen der UHH und der New York University teilzunehmen. Voraussetzung für die Teilnahme ist ein vorher absolviertes Praktikum am Fachbereich. Nachdem man dieses abgeschlossen hat, kann man den Wunsch äußern, am Austauschprogramm teilzunehmen. Man wird dann bei der zuständigen Professorin von der seiner Betreuerin vorgeschlagen. Sollten sich zur selben Zeit nicht viele andere Studierende für das Austauschprogramm anmelden und hat man auch während des Praktikums einen guten Eindruck hinterlassen, bekommt man leicht eine Zusage.

Für das geplante Praktikum an der NYU habe ich mich beim **Hamburgglobal Stipendium** beworben. Für Aufenthalte, die zwischen dem 01.01. und 15.07. beginnen, muss man sich zwischen dem 01.10. bis 01.11. bewerben. Zusätzlich zum Motivationsschreiben, reicht man noch diverse weitere Unterlagen ein, wie die Praktikumsbescheinigung der Gastinstitution, einen Lebenslauf, das Transcript of Records, eine Immatrikulationsbescheinigung und ein Fachgutachten. Diese Unterlagen habe ich ab August langsam angefangen zusammenzustellen.

Vorbereitung und Anreise

Mit der konkreten Planung meines 2 monatigen Aufenthalts begann ich Anfang November. Nachdem ich Ende Oktober die Zusage und Bescheinigung der Gastuniversität bekam, konnte ich Anfang November direkt den Flug buchen. Der zweieinhalb Monate vorher gebuchte **Flug** mit der AirBerlin zum John F. Kennedy Flughafen in New York und zwei Monate später zurück nach Hamburg kostete ca. 577€. Der Flug ging über Düsseldorf und dauerte ca. 10 Stunden. Bei der Ankunft ist es empfehlenswert die gelben New Yorker **Taxis** („yellow carbs“) zu nehmen. Der Preis beträgt mit 15% Trinkgeld (wird erwartet) je nach Ziel in Manhattan ca. \$70. Nach der Buchung des Fluges beantragte ich mir Anfang Dezember zudem einen **Reisepass** für 37.50€

und eine Kreditkarte. Die Kreditkarte kostete mich nichts, da diese im Haspa Unicus Studentenkonto, welches ich besitze, inklusive ist. Das Praktische daran war zudem, dass in der Kreditkarte automatisch eine **Auslandskrankenversicherung** integriert ist, wodurch ich für diese nicht extra zahlen musste. Für einen Auslandsaufenthalt in den USA unter 90 Tage ist kein Visum nötig. Benötigt wird allerdings eine **ESTA-Genehmigung** (Electronic System for Traveling Authorization). Diese beantragte ich mir im Dezember nachdem ich meine Kreditkarte erhalten hatte. Sie kann aber bis zu 72 Stunden vorher unter <https://esta.cbp.dhs.gov/esta/> beantragt werden. Die Kosten hierfür betragen \$14 und sind per Kreditkarte zu entrichten.

Finanzierung des Auslandsstudiums/ Kosten vor Ort

Für mein Praktikum habe ich ein Hamburgglobal Stipendium erhalten. In diesem ist eine Reisebeihilfe bis zu 700€ enthalten.

Die **Lebensmittel** in New York sind etwas teurer als in Deutschland. Man sollte fürs Essen pro Tag ca. 15 - 20€ einplanen. Ich muss dazu sagen, dass ich mich vegan ernähre und größtenteils darauf geachtet habe, gesunde Produkte zu kaufen. Wenn man natürlich jeden Tag ein Stück Pizza für \$1 isst, kommt man auch mit weniger aus, da das fettige Essen dort oft generell günstiger als das gesunde ist. Im Supermarkt empfehle ich aber vor allem auf Bio („organic“) zu achten, da in den USA wirklich viel genmodifizierte Produkte angeboten werden. Aber auch bei dem Bio Siegel ist Vorsicht geboten, da es für dieses nicht so genaue Bestimmungen wie hier in Deutschland gibt und der Verbraucher somit auch leicht getäuscht werden kann. Ich habe gerne im Supermarkt „Whole Foods“ eingekauft, welcher dort eine große Bio-Supermarktkette ist, aber dafür auch recht teuer ist. Trader Joes ist eine weitere Kette, die viel günstiger ist und auch viele Bio Produkte anbietet. Hier habe ich auch oft und gerne Lebensmittel eingekauft. Zusammen mit der Miete von ca. 965€ pro Monat und der Metrocard (\$113 pro Monat) muss man also ca. mit **1500€ pro Monat** (exkl. Sightseeing und Shopping ☺) rechnen.

Unterbringung und Verpflegung

Die **Mietpreise** liegen in New York deutlich höher als in Deutschland. Nicht umsonst sagt man, dass New York die Stadt mit den teuersten Mietpreisen der Welt ist. Ich habe mich mit einer Raumsuche ab Ende November beschäftigt. Mir war es wichtig zwischen den vielen Angeboten auf den verschiedensten Seiten einen seriösen und sicheren Anbieter zu finden (abzuraten ist beispielsweise von www.craigslist.org). Das Unternehmen Airbnb (www.airbnb.de) legt großen Wert auf Sicherheit und Vertrauen und so habe ich mein Zimmer letztlich über diese Seite gesucht und gefunden. Für mein Zimmer in einem Apartment mit vier anderen Mitbewohnern habe ich monatlich ca. 965€ gezahlt (inkl. Strom, Wifi).

Als Alternative hätte ich auch im Webster Apartment wohnen können. Dieses ist ein spezielles Wohnheim für Frauen und wurde mir von den Lehrenden der UHH empfohlen. Hier zahlt man als Praktikant oder arbeitender Student ca. \$315 pro Woche, wobei zwei Essen pro Tag (Frühstück und Abendessen) und der Zimmerreinigungsservice inklusive sind. Da mir das Essen als Veganerin allerdings nichts gebracht hätte, habe ich mich dazu entschieden mir selber ein Zimmer zu suchen.

Gastuniversität/ Gastinstitution

Mein Praktikum habe ich am Social and Developmental Department of Psychology absolviert. Mein Arbeitstag begann morgens um 10 Uhr und endete spätestens gegen 17 Uhr. Einmal in der Woche gab es auch ein Labmeeting von 18 - 20 Uhr. Man sollte sich gleich zu Beginn um einen NYU ID kümmern, da unten im Gebäude Portiers arbeiten und überprüfen, dass nur Angehörige der Universität das Gebäude betreten.

Mein Zimmer befand sich in West Harlem und die Universität weiter unten in Manhattan. Mit der Subway habe ich sie ca. in 40 Minuten erreicht.

Meine Aufgaben waren vielfältig. Unter anderem habe ich erhobene Daten einer Studie kodiert, einen Versuch geleitet und Literatur recherchiert. Eine Einarbeitung war nicht notwendig. Lediglich bei der Durchführung der Studie konnte ich zunächst einmal beim Ablauf zuschauen. Eine Vergütung oder ein Zertifikat für die Tätigkeit gab es nicht.

Gute Englischkenntnisse sind bei diesem Praktikum von Vorteil, da man bei der Versuchsdurchführung beispielsweise mit den amerikanischen Probanden kommunizieren muss oder die Literatur auf Englisch lesen muss.

Studentischer Alltag/ Freizeitmöglichkeiten

Man sagt, New York ist die Stadt der unbegrenzten Möglichkeiten. Genauso sieht es auch beim Freizeitangebot aus. Es gibt hier unendlich viele Sachen zu entdecken. Mir hat die Stadt immer besonders gut aus der Entfernung gefallen. Einen Spaziergang bei Sonnenuntergang über die Brooklyn Bridge führt einem die atemberaubende Skyline mit den vielen Wolkenkratzern vor Augen. Ein Jogginglauf im Central Park lässt einen fit in den Tag starten. Das bekannte MoMa Museum ist am Freitag kostenlos und auch das Guggenheim Museum kann am Samstag zwischen 17.45 – 19.45 Uhr gegen eine kleine Spende günstig besichtigt werden. Ein Insidertipp ist das Apollo Theater in Harlem. Auf dieser Bühne wurden vor einigen Jahrzehnten Stars wie Michael Jackson oder Diana Ross geboren. Mittwochs findet hier die weltbekannte und auch im Fernsehen ausgestrahlte Amateur Night statt. An der Abendkasse kann man hier als Student Karten für unschlagbare \$12 erhalten. Normalerweise kosten die Tickets ab \$50 aufwärts.

Mein anfängliches Misstrauen gegenüber der Sicherheit in der Stadt konnte ich vor Ort direkt ablegen. New York ist wirklich eine Stadt, die niemals schläft. Zu allen Tageszeiten sind Menschen auf den Straßen und in der Subway unterwegs. Allein ist man hier eigentlich nie und so hatte ich auch nie Angst allein unterwegs zu sein. Trotzdem sollte man natürlich vorsichtig sein und bei möglichen Auffälligkeiten mit dem gesunden Menschenverstand reagieren. Bei der Suche nach einem Apartment in einem einigermaßen sicheren Viertel hat mir die Seite <http://spotcrime.com/ny/new+york> gut weitergeholfen. Hier kann man einen gewünschten Ort eingeben und sich aktuelle Vorfälle (Überfälle, Schüsse, Schlägereien etc.) in der Umgebung auf einer Karte anzeigen lassen.

Ein richtiger New Yorker ist man, wenn man bei rot über die Ampel geht, niemanden in der Subway anstarrt sondern eher mit seinem Smartphone beschäftigt ist und, wenn man bei eisigen Temperaturen mal wieder leicht bekleidet (Frauen z.B. mit Kleid und Ballerina) rumläuft :D. Das Klima ist in den Wintermonaten wirklich sehr kalt! Vor allem der Wind ist sehr kalt und zieht durch die hohen Häuserpalten. Selbst Ende März war noch kein Frühling in Sicht.

Zusammenfassung

Als Fazit kann ich sagen, dass mir dieser Auslandsaufenthalt sowohl persönlich als auch fachlich sehr viel gebracht hat. Ich war unabhängig und auf mich allein gestellt und konnte sehen, dass ich sehr anpassungsfähig bin und leicht Menschen kennenlernen kann. Im Austausch mit neuen Freunden konnte ich zudem sehr mein Englisch verflüssigen. Außerdem konnte ich mir nun endlich ein Bild von der amerikanischen Forschung machen. Da ich in meinem Studium viel mit ihr konfrontiert werde, da z.B. die einflussreichste Organisation der Psychologie, die „American Psychological Association“, aus Amerika kommt, war dies schon immer ein Wunsch von mir gewesen. An der NYU wird mit den Prozessen der Selbstregulation am gleichen Themenbereich wie in Hamburg geforscht. Durch die regelmäßigen Labmeetings und Vorträge konnte ich so mein bereits erworbenes Wissen anwenden, aber gleichzeitig auch erweitern.

Die einzige Negative war die Jahreszeit. Das nächste Mal würde ich wahrscheinlich eher im Sommer fahren.

Fotos/ weitere Anhänge



Abbildung 1: Gebäude des Departments of Psychology



Abbildung 2: Freiheitsstatue

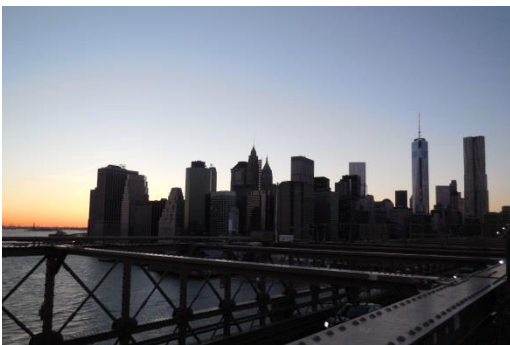


Abbildung 3: Atemberaubender Blick auf Manhattan bei Sonnenuntergang von der Brooklyn Bridge



Abbildung 4: Apollo Theater in Harlem

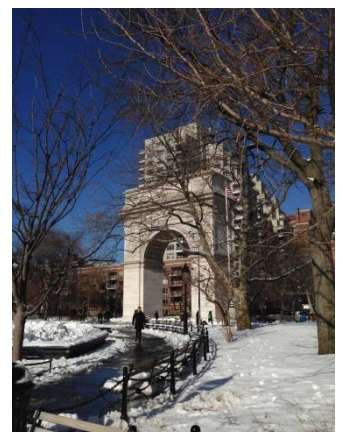


Abbildung 1: Washington Square Arch im Washington Square Park direkt an der Uni