

Erfahrungsbericht Erasmus Plus Universität Leiden 2015/2016

Eigentlich hält sich der Vorbereitungsaufwand bei einem Erasmus-Aufenthalt in Grenzen. Am aufwändigsten war für mich die Entscheidungsfindung: welche drei Unis soll man auswählen? Welche kommt auf Platz eins? Ich wollte für mein Auslandssemester auch fachlich eine gute Entscheidung treffen, spannende und gute Kurse wählen können. Darüber wurde in den meisten Erfahrungsberichten wenig gesagt. Für die Universität Leiden und einige andere Unis gab es noch keinen Erfahrungsbericht und so musste man sich die Informationen über das Kursangebot, Prüfungsleistungen und die Unterrichtssprachen für jede Uni selbst zusammensuchen. Hier erwies sich der vergleichsweise übersichtliche Internetauftritt der Uni Leiden als äußerst hilfreich. Unter <https://studiegids.leidenuniv.nl/en/courses/exchange/gedrag-en-maatschappij/Psychologie/2016-2017> sind alle für Austauschstudenten wählbaren Kurse gelistet. In den meisten Fällen gibt es hier schon entsprechende Informationen bezüglich des Ablaufs, der Prüfungen, der Unterrichtssprache und der Literatur. Das vielfältige Kursangebot in englischer Sprache überzeugte mich, sodass ich die Uni Leiden als Erstwunsch angab und einige Wochen später nominiert wurde. Damit begann nun der Bewerbungsprozess an der Uni Leiden. Dies wurde über eine Bewerbungsplattform geregelt, auf welche ich alle nötigen Dokumente hochladen sollte. Ich musste hier auch meine Kurswahl angeben und mich entscheiden ob ich über das international housing office der Uni ein Zimmer suchen wollte. Und alles bis zum 1. April. Die übersichtliche Gestaltung der Kurspläne ermöglichte mir die Kurswahl relativ problemlos und tatsächlich bekam ich später dann auch meine gewünschten Kurse. Eine Voraussetzung um an der Uni Leiden studieren zu können ist ein absolvierter TOEFL- oder IELTS-Test, dessen Zertifikat ebenfalls auf der Bewerbungsplattform hochgeladen werden sollte. Diese Anforderung überraschte und ärgerte mich ein wenig, da der Test sehr teuer ist und für die Nominierung mein Abiturzeugnis und bisherige Auslandsaufenthalte ausreichend gewesen waren. Gemeinsam mit meiner Koordinatorin beschloss ich den Test nicht zu machen und Nachfragen an sie weiterzuleiten. Das war eine sehr gute Entscheidung, denn im folgenden Prüfungsprozess wurde ich auch ohne den Test akzeptiert und nicht mehr danach gefragt. Eine Bestätigung, dass ich angenommen wurde bekam ich erst verhältnismäßig spät im Juni oder Juli.

Es empfiehlt sich jedoch, auch wenn man noch auf die offizielle Zusage der Uni wartet schon nach einem Zimmer zu suchen! Der Wohnungsmarkt in Leiden ist extrem überfüllt, vor allem zu Semesterbeginn (Ende August) ist es nahezu unmöglich ein Zimmer zu finden. Bei der Bewerbung im April hatte ich mich gegen das housing office der Universität entschieden (<http://www.studenthousing.leiden.edu/exchange-students/>) da mir die Preise dort sehr hoch vorkamen und man eine Gebühr auch bei Nicht-Annahme des vermittelten Zimmers zahlen sollte. Mein Zimmer fand ich schließlich mit viel Glück über <https://kamernet.nl/> hier muss man sich jedoch auch mit einer geringen Gebühr anmelden um auf Angebote antworten zu können. Facebook ist mit diversen housing Seiten für Leiden und den Haag auch eine gute Adresse. In jedem Fall sollte man für die Zimmersuche viel Zeit einplanen! Die Preise bewegten sich meist zwischen 350 und 550 € für ein Zimmer und waren somit weit höher als das was ich aus Bremen gewohnt war. Mein Zimmer war mit 345 € und knapp 20 qm eine absolute Ausnahme für ausländische Studenten. Insgesamt wohnen viele Studenten auch in umliegenden Städten wie Den Haag, da die Verkehrsanbindung sehr günstig ist. Die Fakultät für Sozialwissenschaften im Pieter de la Court-Gebäude, in dem auch die meisten Veranstaltungen der Psychologie stattfinden, liegt zu Fuß 5 Minuten vom Hauptbahnhof. Die Zugverbindung nach Den Haag dauert ca. 10-15 Minuten, es ist somit gut möglich in den Haag zu leben zumal man häufig nur an zwei oder drei Tagen die Woche zur Uni muss. Ich war trotzdem froh

in Leiden zu wohnen, da auch viele außeruniversitäre Veranstaltungen in Leiden stattfinden und es für AustauschstudentInnen leider kein Semesterticket gibt. Man muss also entweder jede Einzelfahrt bezahlen oder kauft sich ein Abo für ca. 90 € im Monat. Es lohnt sich auf <http://www.ns.nl/> nach einem passenden Angebot zu suchen, z.B. das „Dal Voordeel“ bei dem man außerhalb der Hauptverkehrszeiten und an Wochenenden mit 40 % Rabatt reisen kann. Ob Den Haag oder Leiden als Wohnort gewünscht sind, ist sicherlich auch eine Frage persönlicher Vorlieben. Beide Städte haben mir sehr gut gefallen, Leiden verzaubert als typisch niederländische Kleinstadt mit seinen vielen Grachten, Blumenkästen an Brücken und Laternen und hunderten von Fahrrädern an jeder Ecke. Den Haag imponiert als belebte Großstadt, ist Regierungssitz, multikulturell und hat einen weitläufigen Strand.



Sobald man in Leiden angekommen ist kann man sich im Touristen Büro gegenüber vom Bahnhof ein Willkommenspaket von der Uni abholen. In meinem Fall beinhaltete es eine rote Schirmmütze sowie unzähliges Informationsmaterial und einen vorläufigen Studentenausweis. Es ist also, anders als von manchen Studenten angenommen, keineswegs notwendig sich dieses Paket unbedingt noch am Tag der Ankunft abzuholen. Man kann sich am ersten Tag ruhig erst mal Zeit nehmen um in Ruhe auszupacken oder einzukaufen.

Von der Uni Leiden wird vor Semesterstart eine Orientierungswoche (OWL) angeboten, dafür muss man sich vorher online ein Ticket kaufen (2015 kostete es 70 €). Die OWL ist unbedingt empfehlenswert. Es wird extrem viel Programm geboten, macht viel Spaß und bietet eine super Gelegenheit direkt andere AustauschstudentInnen kennenzulernen, außerdem kann man zusammen die Stadt und die verschiedenen Einrichtungen der Uni erkunden. Am Ende der Woche gibt es einen Fahrradverkauf, bei dem es sich lohnt überpünktlich zu kommen wenn man ein brauchbares Fahrrad abbekommen möchte. Ich stand, obwohl pünktlich, 1,5 h Schlange und habe dann ein Fahrrad für 75 € erstanden. 60-100€ sind die üblichen Preise. Prinzipiell sollte man beim Fahrradkauf darauf achten, dass man sich auch ein gutes Schloss kauft, weil sehr viele Räder gestohlen werden. Grundsätzlich könnte man in Leiden zwar auch fast alles zu Fuß erreichen, ein Fahrrad ist aber trotzdem eine lohnende Anschaffung! (Bei der kurzen Anreise von Bremen aus, kann man es sich natürlich auch überlegen sein eigenes Fahrrad mitzubringen.)

Ein Vorteil daran das Erasmus-Semester in den Niederlanden zu verbringen, ist sicherlich die kurze Anreise. Zwar muss man einige Male umsteige, trotzdem ist die Fahrt mit der Bahn zu empfehlen. Es dauert ca. 5,5 h und ist je nach Angebot mit einem Europa-Spezial Ticket der Bahn schon ab unter 20 € erhältlich. Da kann man auch mehrmals hin- und her fahren um Koffer nachzuholen ;-). Auch hin- und zurück an einem Tag ist möglich - das habe ich im Zuge der Wohnungssuche zweimal gemacht - aber nicht unbedingt besonders empfehlenswert.

Offiziell sollte man sich in Leiden beim Rathaus anmelden sobald man umgezogen ist. Ich habe darauf verzichtet, weil ein Semester die vorgeschriebenen 4 Monate nur knapp überdauert und hatte damit auch keine Probleme. Plant man zwei Semester zu bleiben wäre anmelden wahrscheinlich schon eine gute Maßnahme.

Die Universität Leiden ist die älteste Uni der Niederlande, wurde 1575 gegründet und ist traditionell auch die Universität der niederländischen Königsfamilie. Dies war mir bei meiner Bewerbung für den Platz an der Uni Leiden zwar nicht wichtig, im Nachhinein ist es aber doch ein interessanter Gegensatz zur Uni Bremen und ich bin froh beides kennengelernt zu haben.

Anders als in Deutschland, ist jedes Semester in zwei Blöcke geteilt, sodass es eine Klausurenwoche im November und eine Ende Januar gibt und die meisten Kurse über einen Zeitraum von 8 Wochen belegt werden. Anfangs hatte ich mir 4 Kurse für insgesamt 30 CP herausgesucht, entschied mich jedoch während des Semesters (vor Beginn des zweiten Blocks) einen Kurs wieder abzuwählen, weil der Aufwand für die jeweiligen Kurse doch erheblich höher war, als ich es von der Uni Bremen gewohnt war. Die Änderung des Learning Agreements konnte ich sehr unproblematisch mit den Erasmus-Koordinatorinnen in Bremen und Leiden klären.

Insgesamt belegte ich somit Health- and Medical Psychology auf 400er Level, Clinical Neuropsychology ebenfalls auf 400er Level und Stress, Health and Disease auf 300er Level und bekam für diese 3 Kurse 25 CPs. Alle Kurse waren spannend und qualitativ hochwertig. Besonders gefallen haben mir die Seminare der 400er Kurse, da sie sehr viel praktischer angelegt sind, als Seminare die ich aus Bremen kannte und die Dozentinnen sehr motiviert waren ihre Erfahrungen mit den Studierenden zu teilen. Mit meinen Kursen in Leiden war ich insgesamt sehr zufrieden. Zu jedem Kurs gab es eine Vorlesung und ein Seminar mit ca. 12 Teilnehmern. Bei den Seminaren herrschte Anwesenheitspflicht und es mussten Hausaufgaben erledigt werden. Das System ist zwar zu Beginn ungewohnt und erinnert entfernt an Schulunterricht, ermöglicht andererseits aber auch eine produktivere Arbeit im Seminar und man gewöhnt sich schnell daran. Die Noten setzten sich in allen Fächern aus der Klausur und den Prüfungen im Seminar zusammen. Die Prüfungsleistungen in den Seminaren waren sehr abwechslungsreich und reichten von Referat, über Hausarbeit bis zum Herstellen eines animierten Videoclips über eine neuropsychologische Krankheit. Die Klausuren bestanden meistens aus 40 multiple-choice Fragen und fünf offenen Fragen.

Ich persönlich fand die Klausuren sehr viel schwieriger als Klausuren die ich in Bremen geschrieben hatte, da in Bremen meist vorher Hinweise auf wichtige Inhalte gegeben wurden, in Leiden jedoch das komplette Lehrbuch, der Vorlesungsstoff und ausgewählte wissenschaftliche Artikel abgefragt werden konnten, ohne besonders wichtige Themen vorher zu benennen oder in den Fragen gesondert zu berücksichtigen. Das Notensystem reicht von 0-10 wobei eine 5,5 zum Bestehen erzielt werden muss.

Zum Lernen eignet sich die Universitätsbibliothek die, anders als die SuUB, sehr viele Plätze für Studierende bereitstellt. Sehr angenehm ist zudem, dass man sowohl Jacke als auch Tasche mit in die Bibliothek nehmen kann. Im Gebäude der Fakultät für Sozialwissenschaften gibt es auch eine kleine Bibliothek, diese kann ebenfalls zum Lernen genutzt werden und sie beherbergt alle fachlich relevanten Bücher. Da es allerdings meist nur ein Exemplar pro Buch gibt muss man sich die meisten Bücher, die für die Klausur gelernt werden sollen, selbst kaufen.

Das Pieter de la Court-Gebäude welches die Sozialwissenschaftliche Fakultät beinhaltet, ist von außen eher unattraktiv, von innen jedoch sehr hell und freundlich mit Kunst, Pflanzen, einer Art Brunnen und einem sehr netten Café. Das Einzige was mir beim Studieren in Leiden ein bisschen gefehlt hat, war eine Mensa.

Für Ausgleich neben der Uni gibt es in Leiden auch eine Vielzahl von Angeboten. Zum einen gibt es das ISN (<http://www.isnleiden.com/>) hier gibt es ein Buddy-Programm für Neuankömmlinge, aber auch regelmäßige Clubs (Theater, Brettspiele, Kochen etc.) und sonstige Events, Trips oder Partys.

Eine Mitgliedschaft im Fitnesscenter (<http://www.uscleiden.com/>) der Uni lohnt sich ebenfalls, da es ein tolles Kursangebot gibt) und man täglich zu bestimmten Zeiten, eines der beiden Schwimmbäder in Leiden benutzen darf (das De Zijl Bad ist wirklich sehr schön!).

Außerdem empfehlenswert ist „Leiden United“ (<http://www.leiden-united.com/>). Hier bekommen internationale Studierende niederländische Studierende als PartnerInnen zugeteilt, je nachdem wie viel Lust und Zeit man hat können zu zweit Aktivitäten unternommen werden, einmal im Monat geht man gemeinsam mit der eigenen Gruppe in einer der 5 Studentenverbindungen Leidens Essen. Das klang für meine Ohren zu Beginn sehr befremdlich, in den Niederlanden gibt es aber tatsächlich eine sehr ausgeprägte Verbindungskultur. Dort ist es quasi normal, Mitglied einer Verbindung zu sein und es lohnt sich mal einen Blick hinter die sonst meist verschlossenen Türen dieser Verbindungen zu werfen! Außerdem trifft man auch hier wieder eine Menge netter Menschen und man muss ein paar Mal weniger kochen ;-)

Ursprünglich hatte ich mir auch vorgenommen Niederländisch zu lernen, das hat aber leider kaum geklappt. Für die Sprachkurse der Uni, die ca. 250 € kosten sollten, hatte ich mich zu spät angemeldet. Die Kurse außerhalb der Uni kamen mir mit einem Preis von 600 € dann doch etwas zu teuer vor und im täglichen Leben findet man sich mit Englisch ganz wunderbar zurecht (gute Englisch Kenntnisse sind wesentlich verbreiteter als in Deutschland).

Die Lebenshaltungskosten in den Niederlanden sind insgesamt höher als in Deutschland, wobei einen Großteil die höhere Miete ausmacht. Lebensmittel sind teilweise auch teurer, aber nach einer Weile hatte ich mich relativ gut eingefunden und wusste wo man auch mal günstiger einkaufen kann. Ein sehr schöner Ort zum Einkaufen ist in jedem Fall der Markt, wo man, wie überall in den Niederlanden, problemlos mit einer EC-Karte von einer deutschen Bank bezahlen kann. Er findet samstags und mittwochs im Stadtzentrum statt. Hier bekommt man eine große Auswahl an Gemüse, Käse, Fisch und Lakritz und außerdem frisch gebackene Stroopwaffeln!

Insgesamt hat mir mein Erasmus-Semester in Leiden wahnsinnig gut gefallen! Ich kann es auf jeden Fall weiterempfehlen ein Semester ins Ausland zu gehen, die Stadt ist dabei wahrscheinlich gar nicht mal so wichtig. Trotzdem möchte ich auch Leiden gerne weiterempfehlen! Es ist eine sehr idyllische Stadt, man erreicht das Meer mit dem Fahrrad in einer guten halben Stunde, man ist in kürzester Zeit in vielen anderen schönen Städten der Niederlande wie Amsterdam, Utrecht oder Den Haag, die Uni ist gut ausgestattet, sehr international und es gibt ein tolles Kursangebot.

Wenn ich noch einmal vor der Entscheidung stünde, würde ich jederzeit wieder Leiden als meinen Erst-Wunsch angeben!