

1. Vorbereitung und Bewerbung

Das dritte Semester meines Studiums des Masters 'Sozialpolitik' an der Uni Bremen verbrachte ich in Maastricht und studierte dort von Anfang September bis Ende Dezember 'Health Education and Promotion'. Zu Beginn des Studiums im Wintersemester 2017/2018 war ich der Idee, ein Semester im Ausland zu verbringen noch eher abgeneigt. Jedoch erfuhr ich bald, dass im dritten Semester wahlweise ein Praktikum oder aber ein Auslandsstudium ein fester Bestandteil des Studiums darstellt. Somit ist ein Semester im Ausland einfach zu integrieren. Weitere Informationen hierzu wurden durch eine Infoveranstaltung im November an die Studierende herangetragen.

Nach dieser Veranstaltung war für mich klar, dass ich gerne mit ERASMUS ins Ausland gehen wollte. Da ich mich für den Schwerpunkt 'Gesundheit' innerhalb meines Masters entschieden hatte, fiel die Wahl auf die Maastricht University, wo eine Kooperation mit der 'Faculty of Health, Medicine and Life Science' besteht.

Um das weitere Vorgehen zu besprechen suchte ich das Gespräch mit der ERASMUS-Beauftragten meines Fachbereiches. Dort konnte ich noch einmal alle wichtigen Fragen klären und traf endgültig die Entscheidung, mich für die Maastricht University zu bewerben.

Der erste Schritt hierfür war die Bewerbung in meinem Fachbereich bis Mitte Februar. Nachdem diese Hürde überwunden war und ich die freudige Nachricht erhielt, dass ich den Platz erhalten hatte, wurde die Universität in Maastricht über die Nominierung informiert.

Der nächste Schritt war nun die direkte Bewerbung an der Maastricht University. Diese geschieht über die Website der Universität. Wichtig zu beachten ist, dass es jeweils eine gesonderte Bewerbung für 'reguläre' Studierende und für Auslandsstudierende gibt. Der Link zur Bewerbung ist hier zu finden: <https://www.maastrichtuniversity.nl/application-procedure>.

Dort ist auch das Kursangebots sowie eine Übersicht aller einzureichenden Dokumente zu finden. Neben Dokumenten wie dem Abschlusszeugnis oder eine Kopie des Personalausweises ist auch ein Nachweis über Haftpflichtversicherung erforderlich. Die Bewerbungsfrist endete am dritten Juli.

2. Die Universität und das Studium

Die Maastricht University ist bekannt für ihre internationale Ausrichtung und das 'problem-based learning'. Ein System, an das ich mich erst einmal gewöhnen musste; neben den 'klassischen' Vorlesungen wird viel im Rahmen von Tutorien in kleinen Gruppen zusammengearbeitet. Dabei wird von den Studierenden gefordert, dass sie möglichst selbstständig die gestellten Aufgaben lösen.

Mit der Bewerbung geht auch die Kurswahl einher; die gewählten Kurse müssen angegeben werden und es ist nur möglich Kurse innerhalb eines Studienganges zu wählen. In meinem Fall standen vier Kurse für jeweils 6 ECTS zur Wahl. Da ich mindestens 18 ECTS erbringen muss, hätte ich mindestens drei Kurse belegen müssen. Schlussendlich entschied ich mich aber für das Belegen aller vier Kurse. Änderungen bezüglich der Kurswahl können anhand des 'Learning Agreement during the mobility' noch bis zwei Wochen nach Beginn des Studiums vorgenommen werden.

Sehr positiv ist mir das Online-Portal der Universität aufgefallen: Bereits nach Bestätigung des Studienplatzes ist dieses zugänglich und alle wichtigen Information über die Kurse etc. können dort eingesehen werden. Zudem wurde ich via E-Mail über alle relevanten Termine informiert. Somit erfuhr ich sowohl von einem 'International Evening' vor Beginn des Studium für alle Auslands Studierenden der Fakultät sowie der offiziellen Einführungsveranstaltung am Freitag vor dem Beginn des Semesters im September. Neben den Veranstaltungen, die von der Universität veranstaltet werden, gibt es die INKOM. Die INKOM findet etwa zwei Wochen vor Beginn des Semesters für eine Woche statt und wird größtenteils von den Studentenvereinigungen für neue Studenten organisiert. Ich selbst war zu diesem Zeitpunkt noch nicht vor Ort aber mir wurde berichtet, dass ein buntes Programm mit verschiedenen Veranstaltungen geboten und viel gefeiert wird. Die INKOM kann eine gute Gelegenheit bieten, bereits vor dem Studium neue Gesichter kennenzulernen.

Der Master 'Health Education and Promotion' ist ein international ausgerichteten Studiengang. Daher finden alle Kurse auf Englisch statt. Auch wenn es anfangs noch etwas ungewohnt war, sich nur auf englisch verständigen zu können und zu schreiben, wurde dies schnell zur Normalität. Da sowohl die meisten DozentInnen als auch Studierende keine Muttersprachler sind, herrscht kein Druck, was die Sprachqualität betrifft und der Inhalt ist wichtiger als die Form.

Insgesamt habe ich festgestellt, dass ein hohes Tempo in den Seminaren gefahren wird; der gesamte Master dauert lediglich ein Jahr. Dies ist meiner Erfahrung nach als Studierender deutlich zu spüren. Der Stundenplan wirkt zunächst übersichtlich; jeweils zwei der Module finden parallel für eine Periode statt (Zwei Module von Anfang September bis Ende Oktober und zwei Module von Anfang November bis Ende Dezember). Die Perioden mit Klausuren und Hausarbeiten abgeschlossen. Auch wenn ich nur zweimal pro Woche in die Universität musste, war der Workload deutlich höher als ich das in Deutschland innerhalb des Semesters gewohnt bin. Zusätzlich wird, wie es das 'problem-based learning' System impliziert, viel in Gruppen gearbeitet. Somit ist es wichtig, die erforderliche Arbeit zu leisten,

da der Erfolg und die Note aller Gruppenmitglieder davon abhängen kann. Aus diesen Gründen kann es sinnvoll sein, nur drei der vier angebotenen Kurse zu absolvieren, wenn dich die Inhalte nur wenig interessieren und du gerne mehr außerhalb der Universität erleben möchtest. Im Allgemeinen kann ich aber sagen, dass die Kurse durchweg interessant waren und ich mir vorstellen kann, dass sie auch im weiteren Verlauf meines Studiums sowie Arbeitsleben von Relevanz sind.

3. Unterkunft und Leben in Maastricht

Um eine Unterkunft für die Zeit in Maastricht zu finden habe ich in verschiedenen Facebook Gruppen gesucht, sowie mich auf den Portalen 'Maastrichthousing' und 'Housing Anywhere' angemeldet. Die Adressen zu den Facebook Gruppen sowie verschiedenen Portalen habe ich über eine Infoseite gefunden, über die ich in einer Willkommens-Mail der Universität informiert wurde. Aufgepasst bei der Wohnungssuche: Gerade in den Facebook Gruppen gibt es immer wieder Fälle von Betrügern. Ich wurde schließlich auf dem Portal 'Housing Anywhere' fündig und hatte das Glück, eine schöne Bleibe für meine genaue Aufenthaltsdauer zu finden. Da der Vermieter ebenfalls aus Deutschland kam, war die Kommunikation sehr einfach. Die Wohnung habe ich mir mit einer Mitbewohnerin geteilt, die ebenfalls aus Deutschland kommt. Insgesamt war das Zusammenleben sehr entspannt. Im Allgemeinen war die Verständigung während des gesamten Aufenthalts kein Problem; jeder mit dem in Kontakt kam - egal ob in der Uni oder im Supermarkt - konnte englisch oder sogar deutsch sprechen.

Auch wenn Maastricht, zumindest im Vergleich zu deutschen Städten, keine große Bevölkerungszahl aufweist, kommt nicht das Gefühl auf, in einer kleinen Stadt zu leben. Es herrscht ein internationales Flair und die Innenstadt direkt am Fluss ist wirklich schön. Wie es in den Niederlanden üblich ist, wird viel mit dem Fahrrad gefahren. Es lohnt sich also, ein Fahrrad mitzunehmen oder für einen geringen Monatsbeitrag zu mieten (zum Beispiel bei 'Swapfiets'). Maastricht bietet zudem die ideale Lage um weitere Städte zu erkunden. Ich nutze die Gelegenheit sowohl Den Haag als auch Brüssel zu besuchen. Aber auch Amsterdam oder sogar Paris sind nicht allzu weit entfernt.

Wer gerne Sport macht sollte sich beim Universitäts Sport 'UM Sports' anmelden; neben einem großzügigen Fitnessstudio werden zahlreiche Kurse angeboten. Ich hatte mich zusätzlich auch in einem anderen Studio angemeldet und dort 'Polefit' angefangen. Der veränderte Alltag bietet eine gute Möglichkeit um neue Dinge auszuprobieren.

4. Nach der Rückkehr

Nach der Rückkehr ist es wichtig, alle erforderlichen Dokumente rechtzeitig einzureichen. Wenn du dich aber an die Infomail, die du zum Abschluss des Aufenthalts erhältst, orientierst und alles Schritt für Schritt abarbeitest sollte dies kein Problem darstellen. Das wichtigste Dokument ist die 'Confirmation of Study Period'. Dieses muss sowohl zu Beginn als auch zum Ende des Auslandsstudiums an der Universität unterzeichnet werden und schließlich im Original im International Office eingereicht werden. Weiter muss der Sprachtest ein zweites Mal absolviert werden, der Erfahrungsbericht geschrieben, ein Anerkennungsantrag gestellt sowie das Transcript of Record hochgeladen werden. Wichtig zu beachten ist, dass die Confirmation hochgeladen werden muss, bevor weitere Schritte erledigt werden können. Somit empfiehlt es sich, dies baldmöglichst zu tun und nicht bis zum letztmöglichen Tag zu warten.

5. Fazit

Abschließend kann ich diesen Austausch jedem ans Herz legen, der sich für den Gesundheitsbereich nicht nur auf der politischen Ebene interessiert. Das Studium umfasst viel Psychologie und vermittelt umfangreiches Wissen, das auch in der praktischen Anwendung, beispielsweise um effektive Interventionen zu planen, anwendbar ist. Auch wenn die Prüfungen 'nur' bestanden werden müssen erfordert das Studium einen hohen Workload und eine regelmäßige Anwesenheit. Somit würde ich den Aufenthalt an der Maastricht University nur empfehlen, wenn du wirklich daran interessiert bist, dich weiterzubilden. Ansonsten ist es vermutlich möglich an anderen Universitäten mehr Zeit für Freizeit und das Erkunden des Landes einzurichten. Ich kann für meinen Teil sagen, dass ich froh bin, die vier Monate in den Niederlanden verbracht zu haben. Auch wenn das Studium nicht immer einfach war, konnte ich viel lernen. Nicht nur inhaltlich sondern auch über mich selbst. Beispielsweise war ich auf Grund des hohen Tempos gezwungen, meinen Perfektionismus abzulegen und 'einfach mal zu machen'. Auch die andauernde Arbeit in Gruppen hat mich oft gefordert. Im Allgemeinen ist es eine bereichernde Erfahrung für eine Zeit in einem fremden Land zu leben und sich mit vielen verschiedenen Menschen auszutauschen. Durch das Aufeinandertreffen von verschiedenen Nationalitäten ist mir bewusst geworden, dass ich gerne in Zukunft noch mehr reisen möchte. Zudem weiß ich nun, dass ich mich dem Bereich 'Gesundheit' vermehrt auf der praktischen Ebene zuwenden möchte.