

Mein Auslandsjahr an der Laurentian University, Sudbury

Studienfach: Psychologie

August 2017 bis Mai 2018



Ausflug in den Killarney Provincial Park, Oktober 2017



„O Canada! [...] The true North strong and free!“
Da ich nach dem Abitur ein Jahr in Frankreich verbracht hatte, war mir klar, dass es während meines Studiums in ein englischsprachiges Land gehen sollte. Ursprünglich hatte ich Neuseeland im Kopf. Als ich mir im Dezernat für internationale Angelegenheiten meiner Heimatuni Heidelberg Informationen besorgen wollte, sprang mir jedoch das Plakat für das OBW-Programm in Auge. Als englisch- und französischsprachiges Land kam Kanada meinen Vorlieben sehr entgegen. Daneben

hatte mich die einmalige die Natur, die Kultur der First Nations und die Einstellung der Leute vor Ort schon bei einer vorherigen Reise fasziniert. So kam es, dass ich es trotz anfänglicher Zweifel, ob meine Kandidatur angesichts der vielen Interessenten überhaupt Sinn machen würde, mit einer Bewerbung versuchte. Insgesamt verbrachte ich 9 Monate (*fall* und *winter semester*) an der Laurentian University in Sudbury, einer eher unbekanntem Mienenstadt im Norden Ontarios, wo ich im „undergrad program psychology“ eingeschrieben war. Im Nachhinein bereue ich keine einzige Minute, die ich an der LU verbracht habe und kann ohne zu zögern sagen, dass es die bisher schönste Zeit meines Lebens war.

1. Zur Vorbereitung des Aufenthaltes

Für die Bewerbung um die Aufnahme in das OBW Programm muss man ein bisschen Zeit investieren. Ich begann damit Anfang Oktober und war damit schon reichlich spät dran. Es lohnt sich auf alle Fälle, sich frühzeitig zu informieren. Neben den klassischen Bewerbungsunterlagen wie Motivationsschreiben und zwei Gutachten von Professoren musste ich den TOEFL-Test einreichen, für welchen man sich einige Wochen im Voraus anmelden muss. Anschließend wurde ich im Dezember zu einem Auswahlgespräch eingeladen. Kurz vor Weihnachten kam die lang ersehnte Zusage für die Aufnahme in das Trägerprogramm. Damit begann die eigentliche Arbeit; nun galt es, sich für drei Universitäten innerhalb von Ontario zu entscheiden und für diese nochmals Bewerbungsunterlagen zusammenzustellen. Im Februar erhielt ich die Platzierung an der Laurentian University, ursprünglich meine Zweitwahl und offenbar kein bestseller im OBW Programm – im Nachhinein aber die perfekte Wahl für mich. Sobald der *Letter of Acceptance* im Briefkasten lag, fing ich an, die Unterlagen für mein Visum (den *Study Permit*) zusammenzustellen, welchen ich auch problemlos erhielt. Daneben standen die üblichen Schritte an, wie Flug buchen, die Kurswahl und Bewerbung für ein Zimmer im Wohnheim. Das tolle am OBW-Programm ist, dass wir dabei viele wertvolle Tipps und Unterstützung bekamen. Auf dem Vorbereitungsseminar in Bad Herrenalb wurden alle Fragen geklärt und die Vorfreude – sofern überhaupt möglich – durch Videos und Erfahrungsberichte von Zurückgekehrten nochmals gesteigert. Da die Laurentian University recht weit entfernt von Sudbury entfernt liegt, hatte ich mich entschieden, in der Residence auf dem Campus zu leben. Deswegen war das Thema Wohnungssuche für mich schnell erledigt. Tipps dazu habe ich aber meiner Liste weiter unten angefügt.

2. Zum Studium im Gastland

In Kanada angekommen, hatten wir drei weitere gemeinsame Vorbereitungstage in Toronto, bei denen wir auch die Austauschstudenten der Schwesternprogramme des OBW-Programmes mit Frankreich, Indien und China kennenlernten. Während dieser Tage erhielten wir nochmals eine Menge Infos



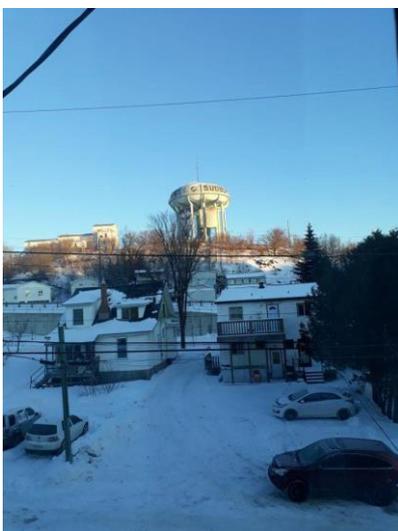
über das kanadische Unisystem, die für die zwei Semester sehr von Vorteil waren.

Fachlich würde ich sagen, dass das Jahr mich definitiv sehr viel weiter gebracht hat. Die LU ist eine von zwei Universitäten im OBW-Programm, an denen man auf Englisch und Französisch studieren kann. Das nutzte ich auch aus, was eine klasse Erfahrung war. Das „Sudbury-Französisch“ klang für mich anfangs sehr ungewohnt, aber nach einer Weile gewöhnte ich mich an den Akzent. Generell ist das kanadische System sehr anders, als man es aus Deutschland gewohnt ist. Zu Beginn fühlte ich mich regelrecht in die Schulzeit versetzt, wöchentlich hatte ich Tests und kleinere Abgaben.

Dadurch wurde ich zwar das ganze Semester über gut auf Trab gehalten, dafür empfand ich das Niveau als deutlich leichter als in Heidelberg. Wenn man einigermaßen am Ball bleibt, muss man sich jedenfalls keine Sorgen machen, nicht mitzukommen. :) Das Psychologie-Programm an der LU ist nur zu einem sehr kleinen Teil kongruent mit meinem Studienplan in Heidelberg, sodass ich mir nur drei Kurse anrechnen lassen konnte. Das heißt aber nicht, dass ich nicht sehr viel Wertvolles für mein Fach gelernt habe. Zunächst einmal legt der dortige Lehrstuhl für Psychologie den Fokus sehr auf Neurowissenschaften, welche an meiner Heimatuniversität kaum vertreten sind. Dadurch konnte ich meinen Interessen nachgehen und Veranstaltungen wie beispielsweise ein Gehirn-Labor besuchen, die meine Heimat-Uni niemals angeboten hätte. Die Uni hat einen so genannten „Center of Academic Excellence“, wo ich mit Tutoren meine Hausarbeiten und Essays vor der Abgabe sprachlich verbessern konnte, was mir sehr weitergeholfen hat. Was ich absolut empfehlen kann: Die Zeit im Ausland nutzen, um Kurse zu belegen, die nichts mit dem eigenen Studienfach zu tun haben! Die Laurentian University hat sich die Versöhnung mit Kanadas Ureinwohnern groß auf die Fahnen geschrieben, sodass es inzwischen für jeden Studenten verpflichtend ist, einen Kurs aus dem Programm „Indigenous Studies“ zu belegen. Als Austauschstudentin war ich von dieser Regelung ausgenommen, entschied mich aber aus Interesse trotzdem dafür und belegte „Indigenous Environmental Studies“. Die Professorin war selbst First Nation (Anishinaabek) und der Kurs zeigte mir, wie wenig ich in meiner bisherigen Laufbahn über Kanadas Ureinwohner gelernt hatte und wie viel in deren Kultur steckt. Die Inhalte der Vorlesung berührten mich tief und führten dazu, dass ich mich mehr mit der Indigenous Culture beschäftigte. Daneben schnupperte ich erstmalig in die Philosophie/Religionswissenschaften hinein und besuchte eine Veranstaltung mit dem Titel „The Problem of Evil“. Insgesamt schätze ich meinen fachlichen Gewinn als immens ein, auch wenn es wegen der geringen Anzahl übertragbarer Kurse auf meinem Transcript vielleicht nicht so erscheinen mag.

3. Aufenthalt in Kanada

„Sudbury? Good luck!“- Diesen Satz bekam ich in den ersten Tage nach meiner Ankunft in Toronto mehrere Male zu hören, was ich als nicht gerade ermutigend empfand. In der Tat mag Sudbury



wahrlich kein architektonisches Schmuckstück sein, aber ich habe die kleine „city on the rocks“ lieben gelernt und hatte eine wunderbare Zeit dort. Sudbury hat wirklich alles, was man als Student braucht: Nette Cafés, Clubs und Bars zum Ausgehen, ein Theater und nicht zuletzt die wunderbare Natur. Die Laurentian University ist landschaftlich wunderschön gelegen, umgeben von 350 (!) Seen sowie Wälder, Felsen und Hügel. Im Winter konnte ich direkt vor dem Wohnheim meine Langlaufskier anschnallen und loslaufen oder auf Schlittschuhen eine Runde über den zugefrorenen See drehen. Daneben bot die endlos weite Landschaft mir die Gelegenheit, typisch „kanadische“ Dinge wie Ice-Fishing oder Snow-Mobiling auszuprobieren. Westlich von Sudbury befinden sich Manitoulin Island und südlich der Killarney Provincial Parc – zwei absolut traumhafte Gegenden, die meiner Meinung nach in jeden Kanada-Reiseführer gehören.



Gewinnung von Maple-Sirup beim Sugar-Bush



Onaping Falls

Sudbury ist einige Stunden von der dichter besiedelten Toronto-Gegend entfernt. Aus dem Grund hatte ich das Gefühl, dass die Einwohner sehr eng vernetzt sind und sich sehr stark gegenseitig unterstützen. Sowohl über die Uni als auch über die Stadt engagierte ich mich in mehreren sozialen Projekten. Ich war Mitglied einer Gruppe namens „Best Buddies“, bei der je einem Student eine geistig behinderte Person aus Sudbury zu geordnet wurde, mit der man sich wöchentlich traf und Sachen unternahm. Da mir das unglaublich viel Spaß bereitete, hatte ich gleich zwei „Buddies“. Daneben war ich in einer Community Service Gruppe, mit der wir alle zwei Wochen in einem sozialen Projekt der Stadt (Suchtanlaufstelle, Behindertenheim, Umweltaktionen, Tafel...) aushalfen. Darüber lernte ich die „Out of the cold Dinners“ kennen, bei denen Obdachlose jeden Freitag bekocht und wie in einem Restaurant bedient werden. Das Projekt gefiel mir so gut, dass ich den ganzen Winter über daran teilnahm. Samstags half ich in der Deutschen Sprachschule aus, einer Art Abendschule für Erwachsene, die gerne Deutsch lernen wollten. Manchmal durfte ich den Unterricht selbst übernehmen. Dadurch lernte ich die deutsche Kultur und Deutsch als Sprache noch einmal ganz neu kennen. In meiner restlichen Freizeit war ich in verschiedenen „Clubs“ der Uni

aktiv, wie dem Chor, eine Swing-Dance-Gruppe und dem „Mind Strong Psychology- Club“, bei dem wir regelmäßig Aktionen auf die Beine stellten, um Geld für die psychologische Beratungsstelle der Uni zu sammeln. Nicht zuletzt bescherten meine Reisen mir wundervolle Momente: Neben der traumhaften näheren Umgebung von Sudbury (für Naturliebhaber ein Paradies!) nahm aber auch die deutlich weiteren Wege nach New York, Kuba (zum Winter entfliehen), Québec, Nova Scotia, Neufundland und Island auf mich. Das gemeinsame Weihnachten mit anderen Internationals auf einer Hütte im tief verschneiten Québec sowie der Moment, als ich vor der Küste Neufundlands meinen ersten Eisberg sah, gehören zu meinen schönsten Erinnerungen an die Zeit.



Neufundland

Ich hatte mir im Vorfeld wenige Erwartungen oder feste Vorstellungen gemacht, sondern wollte alles auf mich zukommen lassen. Dementsprechend erlebte ich kaum Enttäuschungen. Vor meiner Ausreise hatte ich häufiger von OBW-Studenten gehört, dass es schwer bis teilweise unmöglich sei, richtige Freundschaften mit Kanadiern zu schließen. Das kann ich für mich überhaupt nicht bestätigen. Klar, es braucht seine Zeit und am Anfang war ich auch froh, die anderen *internationals* an der LU zu haben, aber im Laufe der ersten Wochen und Monate baute ich mir meinen eigenen Freundeskreis auf und verbrachte auch nahezu meine komplette Freizeit mit Kanadiern.

Zeitweise fühlte ich mich in der Uni nicht ganz ernst genommen und eher wie eine Schülerin behandelt. Das liegt jedoch an dem Bildungssystem, in Deutschland wird schlichtweg mehr Selbstständigkeit erwartet. Als in Sudbury Anfang Mai die Seen immer noch zugefroren waren, machte sich nach sechs Monaten Schnee selbst bei mir (eine absolute Schneeliebhaberin) die Sehnsucht nach dem Frühling breit. Davon einmal abgesehen gab es bei mir wirklich nichts, was ich an dem Jahr bemängeln könnte.



Montréal

4. Praktische Tipps & Fazit

Ich kann allen Interessierten nur wärmstens ans Herz legen, sich die Zeit für ein Auslandsjahr zu nehmen. Ihr könnt davon unglaublich profitieren und es eröffnet euch so viele Möglichkeiten, die ihr zu Hause vermutlich nicht hättet. Denen, die sich für das Ausland entschieden haben, würde ich vor allem zwei Dinge ans Herz legen. Erstens: Fangt frühzeitig an zu planen, gerade mit dem TOEFL könnte es sonst für die Bewerbung eng werden. Zweitens: Die Zeit im Ausland wird nur so gut, wie ihr sie gestaltet. Verlasst eure Komfortzone, seid neugierig und nehmt alles mit, was geht! Ich habe gerade in Sudbury, wo wir über 6 Monate Schnee und Eis hatten, viele *Internationals* gesehen, die sich den Winter über mehr oder weniger in ihrem Zimmer verkrochen haben und darauf warteten, dass das die kalte Jahreszeit vorüber geht. Letztere blieben außerdem meistens unter ihren Landsleuten. Traut euch und geht auf die Leute zu. Seid geduldig mit euch, selbst wenn nicht alles sofort perfekt klappt und nehmt euch die Zeit, auch Kurse anzusehen, die vielleicht nicht in eurem Studienplan vorkommen.



An der Laurentian habe ich mich sehr gut aufgehoben gefühlt. Gerade weil es eine recht kleine Uni ist, bleibt alles überschaubar und es ist meiner Meinung nach leichter, Freunde zu finden. Die International Orientation Week war top organisiert und seitens des International Office erhielt ich immer Unterstützung, wenn es mal irgendwo Probleme gab. Das akademische Niveau hängt natürlich auch stark vom Fach ab und war im Bereich Psychologie vielleicht manchmal etwas niedriger, als ich es mir gewünscht hätte. Trotzdem würde ich sagen, ich habe eine Menge gelernt. Auch wenn es sich schmalzig anhören mag, die Zeit in Kanada hat mir die Glückseligkeit ins Herz gesetzt und bin mir sicher, dass ich von den Erinnerungen ein Leben lang zehren werde.

Auf der letzten Seite noch ein paar konkrete Tipps:

1. Unbedingt an den Vorbereitungsseminaren in Bad-Herrenalb und Toronto teilnehmen, sowie für den Camping-Trip im Algonquin-Park anmelden. Einen besseren Start bekommt ihr nicht.
2. Mit Iceland-Air fliegt es sich momentan am Günstigsten und ihr dürft sogar kostenlos eine Stop-Over für bis zu 6 Tage in Island einlegen (sehr empfehlenswert!).
3. Das Leben im Wohnheim auf dem Campus ist normalerweise deutlich teurer als wenn ihr euch etwas off-Campus sucht. Auf der Seite *kijiji.ca* findet ihr Wohnungsangebote.
4. Gebt bei dem Finanzierungsnachweis für den *Study Permit* ruhig eine etwas großzügigere Summe an.
5. Bei der DKB gibt es kostenlose Visa-Karten für Studenten, auf die der internationale Studierendenausweis sogar integriert ist. Absolut empfehlenswert.
6. In der Regel gibt es an kanadischen Universitäten einen bestimmten Stichtag, bis zu welchem ihr eure Kurse nochmals wechseln dürft. Setzt euch also ruhig zu Semesterbeginn in diverse Veranstaltungen hinein und schaut sie euch alle an.
7. Wenn ihr euren Semesterbeitrag, Studiengebühren o.ä. überweisen müsst, kann ich *Transferwise* empfehlen. Falls ihr ein Konto vor Ort eröffnen möchtet, geht das bei der *Scotia Bank* für Studierende kostenlos.
8. Handyverträge in Kanada sind teuer. Ich war bei Koodo und bin damit ganz gut gefahren.
9. Viele Städte haben ein Indigenous Learning Center, indem man etwas über die Kultur der First Nations, Inuit und Métis lernen und mit den Mitgliedern reden kann. Das würde ich euch sehr ans Herz legen.
10. Schließt euch den Winter über nicht ein, sondern geht raus und genießt ihn!! Mit der richtigen Winterkleidung ist das auch bei -40 Grad möglich und traumhaft schön :)

