

## Sommersemester 2017 – Università La Sapienza Rom, Italien (MSc Psychologie)

### VORBEREITUNG

Sprache. Als Vorbereitung auf meinen Auslandsaufenthalt hatte ich mich noch vor der Zusage für Erasmus für einen 3-wöchigen Sprachkurs in Rom angemeldet. Vorher bin ich bereits mit der App *Duolingo* ins Italienische eingestiegen, die allerdings eher für ein erstes Sprachgefühl und fürs Vokabel-Lernen gut ist (dafür kostenlos). Nach dem Kurs habe ich in Deutschland weiter mit verschiedenen Lernmaterialien und der App gelernt, mir eine Tandempartnerin gesucht und einen Volkshochschulkurs belegt. Das war insbesondere wichtig, da die Uni in Rom B1-Niveau fordert, damit man sich einschreiben kann (der kostenlose OLS-Sprachtest reicht allerdings als Nachweis und ist recht easy!). Ein Tandem kann ich jedem ans Herz legen, der Volkshochschulkurs hingegen war eher unnötig, da die anderen Teilnehmer wenig motiviert waren. Aber das war vielleicht auch Pech. In jedem Fall würde ich empfehlen, nicht ganz ohne Vorkenntnisse nach Italien zu gehen, da viele Italiener auch an der Uni eher brüchig Englisch sprechen. Dafür wird man auch mit einem Grundwortschatz mit offenen Armen empfangen und hat so die Möglichkeit einen Einblick in das italienische Leben abseits von Touristenpfaden zu bekommen.

Auswahl der Gasthochschule und Bewerbung. Da ich schon lange wusste, dass ich nach Italien möchte, kamen für mich nur die drei Kooperationen der humanwissenschaftliche Fakultät Catania, Bologna und Rom in Frage. Da Rom die einzige Kooperation für meinen Fachbereich (Psychologie, Master) ist, war die Priorisierung für mich klar. Trotzdem habe ich mich über alle drei Städte und Universitäten informiert, was vor allem in Rom dank der unübersichtlichen Homepage gar nicht so einfach war. Insbesondere die Semesterzeiten, die sich von Fakultät zu Fakultät unterscheiden, waren schwierig herauszubekommen. **Wichtig: Wie sich herausstellte, fängt die medizinischpsychologische Fakultät als einzige schon Ende Januar an!**

Leider finde ich mich auf der Homepage immer noch nicht zurecht, sonst würde ich hier konkretere Tipps geben. Aber mit einigem Suchen findet man dann die verschiedenen Master-Programme für Psychologie, aus denen man als Erasmus-Student\*in frei verschiedene Fächer wählen kann. Mir haben einige Fächer gut als Ergänzung zu meinem Studium in Köln gepasst und so konnte ich auch mein Motivationsschreiben gut begründen.

Unterkunft. Ich hatte von einigen Seiten gehört, dass die Suche vor Ort einfacher ist und habe mir daher zunächst nur für die ersten 5 Tage ein Hostel gebucht (Nika Hostel, nahe San Giovanni in Laterano, bei früher Buchung off season für ein Bett im gemischten 5er Schlafsaal nur 13€ pro Nacht). Für die Zimmersuche sind besonders diverse Facebookgruppen zu empfehlen! Diese findet man gut über Erasmus-Gruppen, oder einfach mit den Suchbegriffen „stanza“ (Zimmer), „singola“ (Einzelzimmer), „in affitto“ (zu vermieten) ..ansonsten gibt es auch easystanza.it oder bakeca.it. Zwei Tage nach meiner Ankunft hatte ich so die ersten Wohnungs-besichtigungen und habe dabei nur gute Erfahrungen gemacht. Mein Zimmer habe ich letztendlich aber durch Glück über eine entfernte Bekannte gefunden.



Ein wichtiger Unterschied zu Deutschland ist, dass WG-Zimmer nicht über „Castings“ vergeben werden, es gilt eher das Prinzip „first come first serve“. Als Viertel für Studenten sind besonders zu empfehlen: San Lorenzo (dort habe ich gewohnt) und Nähe Piazza Bologna.

## STUDIUM AN DER GASTHOCHSCHULE

Wie schon gesagt kann man als Erasmus-Student\*in alle Fächer belegen, anmelden muss man sich erst für die Prüfungen über ein Onlineportal. Während der intensiven Vorlesungszeit von Ende Januar bis Anfang April hat man je nach Kursumfang 2-3 Mal die Woche Kurse von 2-3 Stunden pro Fach. Daran musste ich mich erst mal gewöhnen, anfangs war ich nach der Uni immer total müde, gerade wegen der Sprache! In Psychologie werden alle Kurse nur auf Italienisch angeboten. Dabei muss ich aber sagen, dass es einfacher war als ich dachte, da die Dozenten in der Regel klar und verständlich in Standarditalienisch sprechen. Schwieriger war es anfangs, den Pausengesprächen meiner Kommilitonen zu folgen. Auch schwierig war es, mich einfach mal dazu zu stellen. Am ersten Tag nach den Semesterferien geht man als Austauschstudent\*in schon mal unter. Ich habe aber nur positive Erfahrungen gemacht, wenn ich mich getraut habe, offen auf andere zuzugehen und mich einfach mal vorzustellen.

Bezüglich des Kursablaufs war ich überrascht, wie interaktiv sie waren. Vorher hatte ich gehört, dass es in Italien eher nur Frontalunterricht gibt, da hatte ich wohl Glück. Eher negativ fand ich, dass die Folien in der Regel nicht zur Verfügung gestellt werden, man also mitschreiben muss. Andererseits ist der Prüfungsstoff meistens sowieso einfach das Buch des Dozenten, insofern sind die Folien nicht ganz so wichtig. Als Erasmus-Student\*in kann man außerdem fragen, ob man die Prüfung auf Englisch schreiben darf und vielleicht auch anderen Prüfungsstoff bekommt (um nicht ein bis zwei Bücher pro Fach auf Italienisch lesen zu müssen...). Meine Dozenten haben darauf immer freundlich und hilfsbereit reagiert. Die Klausuren sind dann teils mündlich teils schriftlich je nach Fach. Bei einer mündlichen Prüfung wartet man gerne mal mehrere Stunden bis man dran kommt – eine feste Uhrzeit bekommt man nicht zugewiesen. Man sollte sich den Prüfungstag also besser komplett freihalten.

Generell sollte man sich auf ein wenig Chaos einstellen, was die Uni angeht. Ich stand an meinem zweiten Tag mit der Dozentin vor einem leeren Klassenzimmer – der Tag wurde geändert, ohne dass sie oder ich etwas davon wussten. Es empfiehlt sich also nochmal kurz vorher die Zeiten zu kontrollieren! Außerdem würde ich auch für die Kommunikation mit dem Erasmus-Büro empfehlen, auf jeden Fall auf Italienisch E-Mails zu schreiben oder im besten Fall anzurufen. Wenn alle Missverständnisse beseitigt sind, wird einem dort sehr freundlich weitergeholfen.

## ALLTAG UND FREIZEIT

Öffentlicher Nahverkehr. Der Alltag in Rom ist auf jeden Fall geprägt vom Durcheinander des öffentlichen Nahverkehrs. Die zweieinhalb U-Bahnlinien funktionieren zwar recht zuverlässig – wenn nicht gerade gestreikt wird – aber decken nur einen kleinen Teil der Stadt ab und gerade nachts ist man auf Busse angewiesen. Ich persönlich habe mich nicht so sehr daran gestört, denn wenn der Bus mal wieder 20 Minuten zu spät kam, stand ich trotzdem in der Sonne und Zeitdruck hatte ich auch eher selten. Muss man doch mal pünktlich sein sollte man auf jeden Fall genug Zeit

einplanen oder einfach laufen, so sieht man mehr von der Stadt und weiß wenigstens sicher, dass man ankommt... Wenn man doch mal Bus oder Tram fährt sollte man sich nicht darauf verlassen, dass die Haltestellen angezeigt werden. Im Zweifel lieber vorne Bescheid geben, wo man aussteigen möchte oder die eigene Strecke mit Google-Maps verfolgen. Generell weiß Google-Maps oft recht gut Bescheid über mögliche Verbindungen und manchmal funktioniert auch die Tracking-App von dem Verkehrsverbund atac ([muovi.roma.it](http://muovi.roma.it)). Ach und keine Sorge, wenn der Bus klingelt, als würde er auseinanderfallen!

Sehenswürdigkeiten. Über die Sehenswürdigkeiten in Rom brauche ich wohl nicht viel sagen. Ich glaube nicht, dass eine andere Stadt dichter mit historisch bedeutsamen und beeindruckenden Monumenten, Statuen, Brunnen, Kirchen, etc. besiedelt ist. Wenn man ein ganzes Semester in Rom verbringt, hat man das Privileg, ohne Eile alles auch außerhalb der Touristenhochzeiten zu sehen. Außerdem sind alle staatlichen Museen am ersten Sonntag im Monat frei und es gibt immer wieder einzelne Aktionen wie die *notte dei musei*, nach denen es sich lohnt, Ausschau zu halten.

Meine Lieblings-Monumente sind das Pantheon (vor allem bei Dämmerung!) und das Colosseo Quadrato im EURViertel. Die schönste Kirche ohne Touristenströme ist die Basilica Sant Paolo etwas außerhalb vom Zentrum. Generell bin ich besonders gern abends oder nachts durchs Centro gelaufen, wenn fast nur noch Römer unterwegs sind und die Stadt etwas abgekühlt ist.



Basilica San Paolo.

Studentenleben. So viele antike und barocke Sehenswürdigkeiten es in Rom gibt, so vielfältig ist auch das moderne Nachtleben. Ich habe meine Abende besonders gern mit einem Aperitivo/Apericena begonnen. Das ist ein Angebot in vielen Bars, bei dem man für wenig Geld ein Getränk und dazu einen Snack oder sogar ein ganzes Buffet bekommt (Momart, Freni e Frizioni, 8 Millimetri !!!). Generell herrscht im Viertel Trastevere immer buntes Treiben, viele Studenten treffen sich auch auf dem Piazza Bologna oder im Viertel San Lorenzo. Dort gibt es die günstigsten Drinks und gute Pizza auf die Hand bei „Piazzetta“ oder „Bar die Brutti“. Tagsüber sucht man leider eher vergeblich nach einem Café zum Lernen und Rumhängen, das ist nicht weit verbreitet. In einigen Buchhandlungen mit Café kann man aber gemütlich auch mal länger sitzen (z.B. Giufa oder Assaggi in San Lorenzo).

Raus fahren. Gerade wenn es im Sommer richtig heiß wird flüchten viele Italiener in jeder freien Minute raus aus der Stadt ans Meer oder in die Berge. Ich bin am liebsten nach Santa Marinella oder Santa Severa ans Meer gefahren (mit dem Zug von Termini ca. eine Stunde und 4€). Noch schöner aber weiter weg ist Sperlonga, weniger schön aber am nächsten ist Ostia.



Und auch das Inland rund um Rom lohnt sich. Ich war beispielsweise in Tivoli, Orvieto, Assisi, Castel Gandolfo und Bagnoreggio. Solche Tagesausflüge habe ich zum Teil selbst mit ein paar Freundinnen organisiert, da man mit dem Zug relativ günstig aus Rom raus kommt. Ansonsten gibt es natürlich die Möglichkeit über das Erasmus-Netzwerk ESN oder aber über „Tu bevi io guido“ bzw. „Venividivisit“, die tolle Ausflüge organisieren.

Special Events. Ganz besonders empfehlen kann ich das Concertone am 1. Mai, die Nacht der Museen und die vielen Open Air Kinos im Sommer. Auch das Weinfest „Enotica“ im Forte Prenestino oder eine Vernissage in der Villa Medici ist sehr zu empfehlen!

## KOSTEN

Alles in allem habe ich natürlich wesentlich mehr Geld ausgegeben, als zuhause. Ich war viel mehr auswärts essen und habe mehr Ausflüge und Museumsbesuche etc. gemacht, da ich möglichst viel sehen und ausprobieren wollte. Abgesehen davon halten sich die

Lebenshaltungskosten in etwa die Waage – manches ist teurer und manches ist günstiger als in Köln. Gewohnt habe ich in einem relativ großen Zimmer relativ zentral für 400€/Monat, das war schon vergleichsweise günstig.

Zwischen 350 und 500 € sollte man für die Miete einplanen. 35€ kostet ein Monatsticket, mehr als 1,50€ sollte man nirgends für seinen Espresso und maximal 2€ für einen Cappuccino bezahlen!



## FAZIT

Die Zeit in Rom war rundum eine unheimlich schöne Erfahrung und es fällt mir schwer, auch nur etwas Negatives zu finden. Wenn man bereit ist, die italienische Gelassenheit auf sich abfärben zu lassen, dann stört einen das etwas andere Chaos nicht. Selbst in vollen Bussen wird dort nicht gedrängt sondern miteinander gelitten und gelacht. Schwierig fand ich, zu sehen, wie schlecht Obdachlose und Flüchtlinge versorgt sind. Gerade in der Bahnhofsgegend oder im Nachtbus begegnet man vielen verlorenen Gestalten.

Meine schönste Erfahrung hingegen waren zwei Wochenenden nur unter Italienern. Einmal hat mich meine Mitbewohnerin über Ostern zu ihr nach Hause in die Toscana eingeladen.

Das andere Wochenende habe ich bei Freunden in Gaeta verbracht. Dort durfte ich die italienische Gastfreundschaft am eigenen Leib erleben. Kennengelernt habe ich die Freundin, die mich eingeladen hat, beim Sport – es lohnt sich, auf diesem Weg noch besser in das echte Leben dort einzutauchen und nicht in der Erasmus-Blase stecken zu bleiben!