



Vorbereitung

Nach der Annahme des Platzes folgte die Bewerbung an der Gastuniversität. Das International Office der Gastuniversität sendete mir hierzu den entsprechenden Link¹ und ebenfalls Informationen über den weiteren Ablauf². Im Bewerbungsformular konnte ich mich zu einem Sprachkurs anmelden und mich für einen Platz im Studentenwohnheim bewerben. Schon bei der schriftlichen Bewerbung wurde nach einer Kopie der Krankenversicherungskarte bzw. einer Bescheinigung des Versicherungsschutzes auf Englisch oder Französisch gefragt. Vor Ort wurde uns dann mitgeteilt, dass die Einschreibung nur erfolgen könne, wenn die *Europäische Krankenversicherungskarte* vorgelegt würde. Privatversicherte mussten sich dann ein gesondertes Schreiben auf Englisch oder Französisch schicken lassen, welches bestätigte, dass eben dieses Schreiben die EHIC ersetze. Sie mussten sehr viel länger auf ihre Einschreibung und ihre Studierendekarte warten, konnten sich dadurch erst später im Sprachenzentrum einschreiben und hatten mit ein paar weiteren Komplikationen zu kämpfen. Wenn möglich, sollte man also ein solches Schreiben von vornherein mitbringen. Die Einschreibung ist sonst nicht möglich!

Neben den Formalien habe ich mich „zu meiner Vorbereitung“ noch mit zwei Studenten in Münster getroffen, die selbst schon in Lille studiert haben, und die mir dadurch viele wertvolle Tipps geben konnten (z.B. beliebte Internetseiten für die Wohnungssuche, aber auch Informationen über die CAF, welche eine Art Wohngeld an Studierende in Frankreich vergibt). Außerdem habe ich mir Erfahrungsberichte über Lille im Internet durchgelesen und bin im August zur Wohnungssuche drei Tage nach Lille gefahren (s.u.). Daneben kann der Stadt- und Studienführer der Universität hilfreich sein.³

¹ <http://www.univ-lille3.fr/international/venir-etudier/programme-echange/candidater/>

² <http://www.univ-lille3.fr/international/venir-etudier/programme-echange/>

³ <http://www.univ-lille3.fr/international/venir-etudier/guide-accueil/>

Unterkunft

Nachdem ich *keinen* Platz im Studentenwohnheim bekommen hatte, begann ich mit der Suche nach einem Zimmer auf www.leboncoin.fr. Diese Seite entspricht ein bisschen der deutschen Seite „WG gesucht“ und hier gibt es einige WGs, die nach Mitbewohnern suchen, es werden aber auch einzelne Zimmer, Studios, oder Apartments angeboten. Ich erinnere mich, dass ich die Preise alle recht hoch fand (ca. 350 - 500€ pro Monat), aber auf der anderen Seite wusste ich, dass ich mit ca. 200€ monatlichem Wohngeld von der CAF rechnen konnte. Meine ersten E-Mail-Versuche blieben jedoch erfolglos. Daher machte ich im August einen ersten Kurztrip nach Lille. Ich legte mir eine französische Handykarte zu und telefonierte alle aktuellen Angebote ab. Dabei ergaben sich einige Schwierigkeiten, denn viele sagten mir, sie wollten ihr Zimmer ab sofort vermieten und ich sei für September zu früh dran (in Lille scheint das alles etwas kurzfristiger abzulaufen). Zudem waren den Vermietenden sechs Monate häufig zu kurz, sie wollten ihre Zimmer mindestens ein Jahr lang vermieten und verlangten außerdem einen „französischen Bürger“. In einem Erfahrungsbericht las ich dann von einem privaten Wohnheim, der Résidence Arouet⁴. Ich beschloss, mit meinem Anliegen dort vorbeizugehen und bekam tatsächlich noch ein kleines Zimmer (ca. 16 qm² inkl. Bad). Im Nachhinein war ich total zufrieden dort. Die Lage in der Altstadt von Lille ist absolut genial, zu Fuß braucht man nur 10 Minuten zum Grand Place, die Bus- und Metro Anbindung sind auch super. Zur Lille3 habe ich zu Fuß und mit der Metro ca. 35min gebraucht. Die Atmosphäre in der Résidence empfand ich ebenfalls als sehr angenehm. Das „Publikum“ ist gemischt, von jungen Arbeitssuchenden über Studierende bis hin zu jungen Arbeitenden. Das Miteinander ist sehr freundlich. An den Wochentagen kann man jeden Morgen zwischen 6.15 und 8.30 Uhr zum Frühstück gehen, welches allen Bewohnern und dem Personal des Wohnheims angeboten wird. Es ist eine gute Gelegenheit, um andere Mitbewohner kennenzulernen und Kontakte zu ein paar Franzosen zu knüpfen. In der Résidence leben ca. 140 Leute. Es gibt eine große Küche, einen Computerraum, und zwei Waschmaschinen und einen Trockner für die gemeinsame Nutzung. Jedes Zimmer hat ein eigenes kleines Bad und einen Kühlschrank. Sie sind voll möbliert und es wird sogar Bettzeug gestellt. Rund um die Uhr gibt es einen Zuständigen für das Wohnheim, den man immer erreichen kann, und der einem nachts auch die Eingangstür aufschließen muss. Dies ist je nach Ankunftszeit manchmal ein bisschen nervig, auf der anderen Seite vermittelt es auch ein Gefühl der Sicherheit. Daneben gibt es noch eine „équipe éducative“, die aus drei „éducateurs“ besteht. Sie unterstützen die Bewohner z.B. bei der Jobsuche oder bei finanziellen Angelegenheiten. Ich habe mich wirklich wohl gefühlt. Ein weiterer Bonus ist die Hilfe bei der Beantragung des Wohngeldes von der CAF, mir wurde diesbezüglich umfassend geholfen und so habe ich pro Monat 230€ APL (Wohnhilfe) erhalten. Die Kosten des Zimmers beliefen sich somit auf nur noch ca. 203€/Monat.

⁴ <http://www.maison-jeunes-lille.asso.fr/residence-arouet.php>

Viele andere ERASMUS Studierende haben aber auch Wohnheimplätze bekommen (beliebt war hier das Wohnheim Triolo). Über www.leboncoin.fr oder über Aushänge in der Universität haben viele ihre Zimmer und WGs in Fives, Wazemmes oder im Zentrum gefunden. Nicht ganz so beliebt waren Lille Sud und Villeneuve d'Ascq. Hier ist man zwar nah an der Universität, aber die Gegenden haben nicht so einen guten Ruf und nachts ist es nicht so einfach dorthin zurückzukommen.

Studium an der Gasthochschule

Der Campus der Lille3 liegt in Villeneuve d'Ascq, einem kleinen Ort neben Lille, den man mit der Metro ab dem Gare Lille Flandres in weniger als 10min erreicht. Zu Beginn hat man die Möglichkeit, sich alle Kurse anzuschauen und danach nochmal zu entscheiden, welche Kurse man tatsächlich belegen und validieren möchte. Die Erasmus-Koordinatorin für Psychologie, Loris Schiaratura, ist dabei eine große Hilfe. Sie kennt die Dozenten und weiß, in welchen Fächern andere ausländische Studierende gute Erfahrungen gemacht haben. Es ist aber auf jeden Fall wichtig, sich viele Kurse am Anfang anzuschauen, da einige interessant klingende Veranstaltungen unter Dozenten leiden, die ihre Vorlesung oder ihr Seminar sehr unattraktiv gestalten. Ich habe dadurch direkt einige Kurse für mich ausschließen können (bspw. eine Vorlesung mit 250 Zuhörern, in der der Professor kein Mikrofon benutzen wollte, sehr undeutlich sprach und das Anschauungsmaterial das ein oder andere Bild auf dem OHP nicht überschritt. Ich hätte hier nicht zwei Stunden zuhören können.). Wenn man das veränderte Learning Agreement abgeschickt hat, sollte man sich auf jeden Fall bei den Dozenten, bei denen man eine Prüfung ablegen möchte, vorstellen. Gerade in Psychologie haben viele der Lehrenden keine große Erfahrung im Umgang mit Erasmus-Studenten, aber wenn man zu Beginn auf sich aufmerksam macht, kann man sich am Ende zumindest die Teilnahme bestätigen lassen. Es gibt auch eine Fachschaft für Psychologie, genannt APSYLE. Auch hier wird einem sehr freundlich geholfen. Außerdem schreiben viele französische Studierenden in der VL mit Laptop mit und sind bereit, einem ihre Mitschrift zu geben, wenn man höflich mit einem USB Stick in der Hand danach fragt. Zudem gibt es das Internetportal Moodle und entsprechende Gruppen auf Facebook, mittels derer die französischen Studierenden einiges an Materialien untereinander austauschen.

Der Sprachkurs an der Universität hat mir ebenfalls gut gefallen. Vor Semesterbeginn hatten wir eine Woche lang einen Intensivkurs, danach war der Kurs nur noch einmal wöchentlich. Gerade wenn man nicht Französisch studiert, kann der Kurs sehr hilfreich sein. Außerdem hatten wir eine sehr engagierte Lehrerin, die uns zu vielen kulturellen Veranstaltungen (Theater, Tanz...) eingeladen hat und uns immer mit Rat und Tat zur Seite stand. Abgesehen davon lernt man hier auch leicht Mitstudierende aus anderen Fachrichtungen kennen.

Besuchte Veranstaltungen

Aus dem dritten Studienjahr (Licence 3) habe ich zwei Wahlveranstaltungen belegt. Die „Option majeure: Psychopathologie clinique“ besteht aus einer wöchentlichen Vorlesung und einem wöchentlichen Seminar. Anhand eines Krankheitsbildes (in meinem Semester handelte es sich um Depression) wurden drei verschiedene psychotherapeutische Ansätze vorgestellt: der psychoanalytische, der systemische und der kognitiv-verhaltenstherapeutische Ansatz. Es wurden sowohl die jeweiligen Theorien und Modelle zu den Krankheitsbildern vorgestellt, als auch die unterschiedlichen Behandlungsmethoden besprochen. In den Vorlesungen vermittelten die Dozenten die Grundlagen „ihres Ansatzes“, in den Seminaren wurden die Inhalte dann anhand von Texten vertieft (fast alle Texte waren auf Französisch). Meine zweite Wahlveranstaltung war die „Option mineure: Psychopathologie clinique“, die einmal pro Woche stattfand, Vorlesung und Seminar wechselten sich hier ab. Die Inhalte waren denen der Option majeure sehr ähnlich, allerdings wurde die Vorstellung der drei Ansätze anhand der Schizophrenie vorgenommen. Mein drittes Fach „Psychologie sociale“ war eine Veranstaltung aus dem zweiten Studienjahr und bestand aus zwei Vorlesungen und einem Seminar pro Woche. Für mich war dies die „leichteste“ Veranstaltung, da ich mit den Inhalten schon vertraut war und den Veranstaltungen dadurch trotz der anderen Sprache wirklich sehr gut folgen konnte. Die Vorlesung von Mme Schiaratura hat mir am meisten Spaß gemacht.

Forschungspraktikum

Im Anschluss an die Prüfungswoche im Januar hatte ich die Chance, noch ein Forschungspraktikum in einem Labor für kognitive Verhaltenstherapie an der Lille3 zu absolvieren. Dafür hatte ich mich in der Mitte des Semesters an Mme Schiaratura gewandt, und sie konnte mich an eine Professorin vermitteln, die klinisch forscht und auch immer wieder Praktikanten betreut. Bei einem Treffen mit der Professorin einigten wir uns auf ein Projekt, an dem ich mitwirken konnte, und handelten den „Praktikumsvertrag“ (Convention de Stage) aus. Außerdem musste ich eine Verlängerung meines Erasmus-Aufenthaltes an der Lille3 beantragen. Letzteres ließ sich sehr unproblematisch regeln, während die Convention de Stage etwas komplizierter zu bewältigen war. Die Mühe hat sich aber gelohnt und die fünf Wochen im Labor PSITEC würde ich nicht missen wollen. Ich arbeitete an der Validierung einer französischen Übersetzung eines Fragebogens über Grübeleien bei Essstörungen. Dazu recherchierte ich die Literatur, führte eine Datensammlung und Eingebung durch und schaute mir anschließend die Analyse der Daten mit der Professorin gemeinsam an. Das Endziel war die Abgabe eines wissenschaftlichen Artikels über die von mir durchgeführte Studie, den ich auf Englisch schreiben durfte und der am Ende benotet wurde. Die meiste Zeit kümmerten sich die Doktoranden um mich und ich durfte mit zu ihren Seminaren gehen. Sie halfen mir bei meinen Fragen und einmal nahm ich auch als Versuchsperson bei einer Studie einer Doktorandin teil.

Alles in allem war das Praktikum eine gute Möglichkeit für mich, wissenschaftliches Arbeiten zu trainieren und auch nochmal mein Französisch zu verbessern. Wer also Lust auf wissenschaftliches Arbeiten hat, dem kann ich empfehlen, die Erasmus-Koordinatorin für Psychologie oder auch die Dozenten direkt anzusprechen und nach einem Praktikum zu fragen.

Alltag und Freizeit

Am Anfang gibt es jede Menge Einführungsveranstaltungen und „Soirées“ für die internationalen Studierenden. Wenn man am Anfang überall dabei ist, lernt man sehr viele Leute kennen und kann sich auf Facebook entsprechend vernetzen. Das geht alles recht automatisch. Anzumerken ist vielleicht, dass man nicht nur in der Rue Solferino feiern gehen kann, sondern dass die Altstadt auch Einiges zu bieten hat. Mir hat das Flair dort häufig besser gefallen, die meisten Erasmus-Partys finden aber in der Rue Solferino statt. Da die Metro nachts zwischen halb eins und halb sechs nicht fährt, lohnt sich eine Anmeldung für das öffentliche Fahrradverleihsystem „V'Lille“. Dieses ist günstig und eine Anmeldung erfolgt online. Nach der Anmeldung kann man sich elektronisch Fahrräder ausleihen und entsprechende Stationen gibt es überall. Man muss sich vielleicht ein bisschen auf das französische Fahrverhalten einstellen. Um sich über aktuelle Ereignisse zu informieren, können folgende Internetseiten nützlich sein:

- Facebook Seite „Lille Ma Ville“⁵
- <http://www.lillelanuit.com/>

Lille ist sehr vielfältig und es gibt auch jede Menge kulturelle Angebote für Studierende. So sind die Tarife für Aufführungen der Oper oder des Nationalorchesters Lille für Studierende stark ermäßigt. Viele Museen oder andere Sehenswürdigkeiten bieten einen oder mehrere Tage pro Monat an, an denen Studierende freien Eintritt bekommen. Informationen hierzu findet man im Internet. Daneben bietet Lille3 ein breites kostenloses Hochschulsportangebot an, allerdings ist das sportliche Niveau nicht unbedingt sehr hoch. Ich habe mir gleich zu Beginn einen Tennisclub gesucht, bei dem ich trainieren und spielen konnte. Dies war gleichzeitig eine sehr gute Möglichkeit, um Kontakte mit Franzosen zu knüpfen. Eines meiner persönlichen Highlights war die Citadelle, eine Art Naherholungsgebiet in Lille. Hier kann man super an der Deûle und im Wald laufen oder spazieren gehen und es ist immer etwas los. Zuletzt gibt es noch das „Café Ulysse“ an der Universität, welches unter anderem preiswerte Reisen anbietet (z.B. nach Paris, Brügge oder London).

⁵ <http://www.facebook.com/pages/Lille-Ma-Ville/256261891151220>