

Erfahrungsbericht

WiSe 2024/25 & SoSe 2025 Sophia Universität

Kurswahl

Ich war in der deutschen Fakultät eingeschrieben und musste daher auch mindestens einen Kurs dort belegen. In dieser Fakultät gibt es sowohl recht einfache Kurse als auch solche, in denen ausschließlich auf Japanisch über Deutschland gesprochen wird. Besonders empfehlen kann ich den Kurs bei Sato-Pinz. Die Teilnehmerzahl ist klein, und dadurch hat man die Möglichkeit, guten Kontakt zu japanischen Studierenden aufzubauen, die Interesse an Deutschland haben.

Für die Japanischkurse wird zu Beginn des Semesters ein Einstufungstest angeboten, der ähnlich wie der JLPT aufgebaut ist. Hier lohnt es sich, viel Mühe zu investieren, da es später sehr schwer ist, in einen Kurs auf höherem Niveau zu wechseln.

Mir fiel auf, dass an der Sophia Universität ein besonderer Schwerpunkt auf sozialwissenschaftliche Fächer gelegt wird, vor allem auf Nachhaltigkeit und die SDGs. Sehr bereichernd fand ich auch den Kurs *FOOD AND SOCIETY* von James Farrer. Man merkte, dass er großes Interesse an seinem Fach hatte. Obwohl im Curriculum steht, dass der Kurs nicht besonders aufwendig sei und man am Ende lediglich eine Gruppenarbeit abgeben müsse, war er durchaus intensiv. Wöchentlich gab es ein Quiz über ein Kapitel, das man vorbereiten musste, und zusätzlich eine Fieldwork-Aufgabe.

Erste Wochen

Sehr wichtig ist es, sich gleich zu Beginn eine japanische SIM-Karte zuzulegen. Ich hatte eine von Linemo, die mit 10 GB Datenvolumen recht praktisch war. Allerdings gibt es keine Geschäfte für persönlichen Kundenservice, was den Anbieter im Problemfall weniger empfehlenswert macht. Ohne die Unterstützung meines Wohnheims hätte ich den Vertrag nur mit viel Mühe kündigen können, was aber jedoch an meinen japanischen Kenntnissen liegen konnte.

Die Anfangszeit ist aufregend und voller neuer Eindrücke. Ich würde jedem raten, sich sofort einem Circle oder Club an der Uni anzuschließen. Die Aufnahmezeiträume sind streng begrenzt, und rückblickend war es mein größtes Bedauern, nicht schon früher einem Club beigetreten zu sein.

Wohnen

Ich lebte im *Soshigaya International House* und kann dieses Wohnheim sehr empfehlen. Ich habe dort viele schöne Erinnerungen gesammelt. Da viele Studierende zur gleichen Zeit einziehen, kann man Tokio gleich von Beginn an gemeinsam in einer Gruppe erkunden. Das Personal unterstützt zudem bei wichtigen organisatorischen Dingen wie der Krankenversicherung oder amtlichen Dokumenten.

Die Atmosphäre im Wohnheim war sehr herzlich, und man lernte viele Studierende aus unterschiedlichen Fakultäten und Ländern kennen. Jedes Zimmer hat eine eigene Toilette. Zwar sind die Zimmer klein, aber durch die geschickte Aufteilung hat man ausreichend Stauraum. Von anderen Wohnheimen habe ich gehört, dass dies dort ein Problem sein kann.

Ein Nachteil ist, dass die Uni etwa eine Stunde entfernt liegt. Allerdings fährt das Studententicket über Shinjuku, sodass man praktisch täglich kostenlos in Gegenden wie Shinjuku oder Shimokitazawa kommt. Weniger angenehm ist, dass die Duschen geteilt sind und keine Besucher im Zimmer erlaubt sind. Wer sich für dieses Wohnheim entscheidet, sollte diese Punkte bedenken.

Clubs und Circles

Ich habe sowohl im Tennisclub als auch im Wandervogelclub mitgemacht. Generell würde ich eher zu Circles raten, da Clubs meist sehr streng und zeitintensiv sind – wobei das für manche durchaus passend sein kann.

Um japanische Freunde kennenzulernen, sind Clubs jedoch die beste Möglichkeit. Außerhalb ist es eher schwierig, enge Kontakte zu knüpfen. Durch den Wandervogelclub habe ich viele Orte kennengelernt, die ich alleine oder über einen Reiseführer wahrscheinlich nie entdeckt hätte. Besonders interessant fand ich, dass Wandern in Japan oft als Ausgleich zum Alltag verstanden wird, während es in Deutschland stärker als sportliche Aktivität gilt, bei der das Durchschnittsalter meist etwas höher liegt.

Empfehlen kann ich das Senjogahara Marshland mit seiner schönen Landschaft, das Onsen-Hotel Shima Tamura, sowie Ozegahara, wo man eine einfache Wanderung mit einer Übernachtung machen kann.

Klima in Tokio

Das Klima in Tokio ist sehr abwechslungsreich und bestimmt stark den Alltag während des Aufenthalts. Ich kam Ende September an, also noch bei spätsommerlichen Temperaturen. Der Sommer in Tokio ist sehr heiß und schwül, häufig mit über 30 Grad und einer sehr hohen Luftfeuchtigkeit, die körperlich durchaus belastend sein kann. Im Juni und Juli gibt es zudem die Regenzeit, in der es beinahe täglich starke Niederschläge geben kann. Dabei ist es trotzdem warm, was für viele zunächst ungewohnt ist. Der Herbst hingegen ist eine sehr angenehme Jahreszeit, mit klarer Luft, gemäßigten Temperaturen und einer eindrucksvollen Laubfärbung, die in den Parks und Tempelanlagen Tokios besonders schön zur Geltung kommt.

Der Winter ist im Vergleich zu Deutschland eher mild. Meist bewegen sich die Temperaturen zwischen 5 und 10 Grad, nur selten fällt Schnee. Da die Gebäude in Japan aber oft schlechter isoliert sind und keine Zentralheizung haben, kann es sich in den Innenräumen kälter anfühlen, als man es von Europa gewohnt ist. Es lohnt sich deshalb, auf warme Kleidung für drinnen zu achten, etwa Thermounterwäsche oder eine Wärmflasche. Im Frühling schließlich beginnt die wohl bekannteste Jahreszeit Japans: die Kirschblüte. Die Temperaturen sind mild,

die Parks füllen sich mit Menschen, und es herrscht eine sehr besondere Atmosphäre in der Stadt. Diese Zeit eignet sich besonders gut, um Ausflüge in die umliegenden Regionen zu machen. Aufpassen, diese Zeit ist recht kurz und Flüge nach Japan werden dramatisch teurer.

Für ein Auslandsjahr in Tokio ist es daher ratsam, eine vielfältige Garderobe mitzunehmen, die von Sommerkleidung über Regenjacke bis hin zu warmen Winterpullovern reicht. Wer Platz im Koffer sparen möchte, kann sich allerdings vieles günstig in Japan nachkaufen, da Modegeschäfte wie Uniqlo oder GU überall zu finden sind.

Weitere Tipps

Ein Auslandsjahr in Tokio ist nicht nur akademisch, sondern auch organisatorisch eine Herausforderung. Was ich jedem ans Herz legen würde, ist eine frühe Organisation der Finanzen. Bankkonten lassen sich als Austauschstudierender meist problemlos eröffnen, doch Kreditkarten aus dem Ausland werden nicht überall akzeptiert. Es lohnt sich, gleich nach Ankunft ein japanisches Konto einzurichten und stets etwas Bargeld dabei zu haben, da kleinere Geschäfte oder Restaurants Kartenzahlung teilweise noch ablehnen.

Auch die Wahl der SIM-Karte sollte nicht unterschätzt werden. Anbieter wie Linemo oder Rakuten Mobile sind günstig, aber es gibt Unterschiede beim Kundenservice und in der Netzabdeckung. Wer auf Nummer sicher gehen will, sollte einen Anbieter wählen, der Shops vor Ort hat, in denen man sich im Notfall beraten lassen kann.

Sehr zu empfehlen ist außerdem, gleich zu Beginn einem Circle oder Club beizutreten. Diese bieten nicht nur eine gute Möglichkeit, Japaner kennenzulernen, sondern auch, tiefer in den japanischen Unialltag einzutauchen. Man sollte jedoch bedenken, dass Clubs in Japan oft sehr zeitintensiv und mit festen Strukturen verbunden sind. Circles sind lockerer organisiert und für Austauschstudierende daher häufig besser geeignet.

Auch im Alltag gibt es einiges, das den Aufenthalt erleichtert: Die Universitätsbibliothek bietet eine Fülle an Materialien, die man an deutschen Universitäten nicht so leicht findet. Für den Alltag empfehle ich die App *Suica* oder eine physische IC-Karte, um Busse und Bahnen problemlos nutzen zu können.

Zuletzt sollte man sich bewusst machen, dass Tokio eine riesige Stadt mit unzähligen Möglichkeiten ist, die man in einem Jahr kaum vollständig erkunden kann. Es ist daher hilfreich, sich persönliche Ziele zu setzen, wie zum Beispiel bestimmte Stadtteile zu entdecken, Konzerte und Festivals zu besuchen oder japanische Ausflugsziele wie Nikko oder Hakone zu erkunden. Wer diese Chancen nutzt, wird das Jahr nicht nur akademisch, sondern auch kulturell und persönlich als sehr bereichernd erleben.

Viel Spaß euch allen und merkt wie ihr eine ganz neue Sichtweise auf die Welt bekommt 😊