

# Zwischenbericht

## Studienaufenthalt in der VR China

**Gasthochschule:** Sichuan Universität, Chengdu

**Heimathochschule:** Freie Universität Berlin

**Hauptfach:** Chinastudien, Bachelor

**Programm:** DAAD Jahresstipendium, Sep. 2011 – Jul. 2012

## Inhaltsverzeichnis

- 1. Einleitung**
- 2. Vorbereitung**
  - 2.1. Visum
  - 2.2. Impfungen
  - 2.3. Flugticket
  - 2.4. Geld
- 3. Ankunft**
  - 3.1. Flughafen
  - 3.2. Anfahrt zur Universität
  - 3.3. Registrierung im Wohnheim
- 4. Organisatorisches**
  - 4.1. Gesundheitszeugnis
  - 4.2. Aufenthaltsgenehmigung
- 5. Universität**
  - 5.1. Campus
  - 5.2. Einstufungstest
  - 5.3. Kursangebot
  - 5.4. Unterricht
- 6. Chengdu**
  - 6.1. Klima / Wetter
  - 6.2. Essen
  - 6.3. Verkehr
  - 6.4. Freizeit
- 7. Psychologische Auswirkungen**
- 8. Allgemeine Tipps**

# 1. Einleitung

Beinahe ist es kaum zu glauben, wie schnell die Zeit vergehen kann. Es kommt mir so vor, als hätte ich gerade erst letzte Woche noch auf dem Flughafen in Chengdu gestanden, beladen mit Gepäck und vollkommen ahnungslos, was mich in dieser Stadt erwarten würde.

Doch mittlerweile bin ich schon etwas mehr als vier Monate in China. Genug Zeit also, um einige neue Erfahrungen, Herausforderungen, Stresssituationen und Abenteuer erlebt zu haben. In diesem Zwischenbericht möchte ich meine wichtigsten Eindrücke wiedergeben.

Neben der Vorbereitungsphase in Deutschland, Ankunft bei der Gasthochschule und organisatorischen Aspekten werde ich hierfür auch auf die Probleme sowie psychologischen Herausforderungen eingehen, die sich mir gestellt haben.

Der letzte Teil enthält allgemeine Tipps, die ich aus meiner Erfahrung heraus geben kann. Ich hoffe somit, dass mein Bericht für nachfolgende Auslandsstudenten in China eine wertvolle Hilfe und Informationsquelle darstellen wird.

## 2. Vorbereitung

Meine Geduld wurde zu Beginn auf eine harte Probe gestellt, denn obwohl ich die Stipendienzusage vom DAAD seit längerer Zeit zugesprochen bekommen hatte, fehlte noch der Zulassungsbescheid der chinesischen Gasthochschule. Erst ein paar Wochen vor Beginn des Semesters bekam ich den Bescheid zugeschickt, so dass sich die bis dahin aufgebaute Spannung auch endlich in Vorfreude umwandeln konnte. Die nächsten Schritte, wie die Beantragung des Visums oder die Flugbuchung, mussten dann sehr schnell erfolgen.

### 2.1. Visum

Für den Gang zur chinesischen Botschaft sollte man sich etwas Zeit einplanen. Ich musste insgesamt dreimal bei der entsprechenden Einreisebehörde erscheinen. Das erste Mal fehlte mir ein Formular, das ich nicht ausgefüllt hatte. Am nächsten Tag hatte ich alle Dokumente vollständig und konnte diese nun einreichen. Vier Tage später konnte ich mir dann meinen Reisepass mit dem gültigen Visum abholen. Da ich für insgesamt ein Jahr in China studieren wollte, beantragte ich das so genannte X-Visum mit einmaliger Einreise. Dieses muss vor Ort innerhalb eines Monats in eine Aufenthaltsgenehmigung umgewandelt werden, was einen

auch zur mehrmaligen Ein- und Ausreise berechtigt. Für die Beantragung des X-Visums musste unter anderem ein HIV Test beigefügt werden, andere gesundheitliche Nachweise waren nicht erforderlich. Die 30 Euro Gebühr für die Beantragung des Visums wurden mir als Stipendiat automatisch erlassen.

## **2.2. Impfungen**

Auch wer sich vor Reisebeginn noch impfen lassen möchte, sollte nicht zu lange damit warten, denn gegebenenfalls sind für den Impfschutz mehrere Injektionen im Abstand einiger Wochen notwendig. Ich brauchte lediglich eine Auffrischung meiner bereits Jahre zurückliegenden Grundimpfungen, wobei mein Hausarzt feststellte, dass ich gar nicht gegen Hepatitis A geimpft war. Laut seiner Empfehlung sei eine solche Impfung für China auch nicht unbedingt notwendig. Doch ich wollte sicher gehen und bezahlte die rund 60 Euro für den Impfschutz. Immerhin kann Hepatitis A auch durch verunreinigte Lebensmittel übertragen werden, und die hygienischen Standards sind in China nicht unbedingt in jeder Garküche erfüllt.

## **2.3. Flugticket**

Um ein möglichst preisgünstiges Flugticket zu bekommen, recherchierte ich zunächst im Internet auf verschiedenen Portalen nach Angeboten. Letztendlich fand ich ein Reisebüro in Berlin, das sich auf Reisen nach China spezialisiert hat. Hier wurde ich telefonisch sehr gut beraten und bekam sogar noch einen besseren Preis als bei anderen Anbietern.

Webseite des Reisebüros: [www.chinatravelservice.de](http://www.chinatravelservice.de)

## **2.4. Geld**

Vor meiner Abreise eröffnete ich ein zweites Girokonto bei der Comdirect Bank. Einerseits bekommt man bei diesem Institut eine Visakarte, mit der man im Ausland kostenlos Geld abheben kann an jedem Bankautomaten. Außerdem habe ich somit noch ein zweites Konto für Notfälle, zum Beispiel wenn ich mein Portemonnaie verlieren sollte mit meiner ersten Bankkarte. Für die Stipendienrate des CSC muss ein neues Konto bei einer chinesischen Bank eröffnet werden. Der Name des Instituts wird einem von der Gastuniversität mitgeteilt, es darf also nicht irgendeine beliebige chinesische Bank sein. Außerdem benötigt die Universität ein ganz bestimmtes Bestätigungsformular von der Bank. Man sollte diesen

Schritt also erst dann vornehmen, nachdem man von seiner Universität dazu aufgefordert wurde. An der Sichuan Universität muss man zudem jeden Monat in das Büro für internationale Studenten gehen und ein Formular unterschreiben, damit die Stipendienrate ausgezahlt wird.

### **3. Ankunft**

Der nachfolgende Teil des Berichts handelt von meiner Einreise in China sowie der Ankunft an der Gasthochschule.

#### **3.1. Flughafen**

Mein Flug von Frankfurt nach Shanghai dauerte etwa neun Stunden. Hier angekommen bildeten sich lange Schlangen an den Einreiseschaltern. Ich war jedoch überrascht, wie schnell ich an einen der Schalter gelangte, wo mein Reisepass kontrolliert und ein Foto von mir geschossen wurde. Ich verbrachte zunächst ein paar Tage in Shanghai, bevor ich nach Chengdu weiterflog. Der Inlandsflug dauerte dann noch einmal drei Stunden. Chengdu hat einen modernen Flughafen, der allen internationalen Standards entspricht. Aufgrund der Beschilderung in englischer Sprache kann man sich auch als Ausländer problemlos orientieren. So fand ich im unteren Geschoss des Flughafens auch schnell den Taxistand.

#### **3.2. Anfahrt zur Universität**

Um dem Taxifahrer mitteilen zu können, wo er mich hinfahren soll, notierte ich mir schon in Deutschland die Adresse der Sichuan Universität, so dass ich nun sagen konnte: „*Sìchuān dàxué wàng jiāng xiǎoqū yī huán lù nán yīduàn èrshìsì hào liúxué shēng gōngyù*“ (heute sage ich zum Taxifahrer nur noch: „*Chuān dà běi mén*“). Dort angekommen fand ich mich vor dem beeindruckenden Hauptgebäude der Sichuan Universität wieder. Die Zufahrt auf den riesigen Campus ist für den normalen Straßenverkehr nur eingeschränkt möglich, deswegen musste ich ab hier zu Fuß weiter. Ich fühlte mich ein wenig verloren, denn die Karte am Haupteingang half mir nicht weiter und die chinesischen Studenten, die ich fragte, kannten das Gebäude mit dem Büro für die internationalen Studenten auch nicht. Doch glücklicherweise liefen mir nach zehn Minuten ein paar französische Studenten über den Weg, die mir den Weg erklären konnten.

### **3.3. Registrierung im Wohnheim**

Das internationale Studentenwohnheim hat mich angenehm überrascht. Irgendwie hatte ich ein heruntergekommenes Gebäude mit Etagenbetten und ohne Strom oder fließendes Wasser erwartet. Im Gegenteil ist das Wohnheim der Sichuan Universität vielmehr mit einem Hotel vergleichbar. Ich meldete mich also bei der Rezeption, musste einige Formulare unterschreiben, und bekam den Schlüssel für mein Zimmer, das ich mir zu zweit mit einem Engländer teilte. Das Zimmer selbst hatte zwei gemütliche Betten, zwei Schreibtische, Klimaanlage, Telefon, Internet und ein eigenes Badezimmer. Trotz allen Komforts wohne ich seit kurzem jedoch in einer eigenen kleinen Wohnung in der Nähe des Campus.

## **4. Organisatorisches**

Ich war also nach einer langen Zeit der Vorbereitung in Deutschland und anstrengenden Reise endlich in China angekommen. Doch bevor ich mich auch richtig angekommen fühlen konnte, mussten noch ein paar bürokratische Hürden genommen werden. Dabei handelte es sich um die Umwandlung meines Visums in eine Aufenthaltsgenehmigung, wofür wiederum ein Gesundheitszeugnis der chinesischen Gesundheitsbehörde notwendig war.

### **4.1. Gesundheitszeugnis**

Man sollte für die Untersuchung möglichst früh morgens zu der Gesundheitsbehörde fahren, denn sie hat nur ein paar Stunden jeden Tag geöffnet. Außerdem sollte man genügend Passbilder mitbringen. Nach der Registrierung musste ich in dem Gebäude zu mehreren Untersuchungsräumen, um zum Beispiel eine Röntgenaufnahme, Ultraschallbild oder Blutabnahme durchführen zu lassen. Dabei bildeten sich vor den Räumen Warteschlangen. Doch jede einzelne Untersuchung verlief sehr schnell, so dass ich nicht sehr lange warten musste, bis ich an der Reihe war. Insgesamt habe ich etwa zwei Stunden verbracht, bis alle Untersuchungen abgeschlossen waren. Das Gesundheitszeugnis konnte ich mir dann am nächsten Tag abholen kommen.

## **4.2. Aufenthaltsgenehmigung**

Mit dem Gesundheitszeugnis und meinem Reisepass begab ich mich nun zu der Behörde für Visaangelegenheiten, um eine Aufenthaltsgenehmigung zu beantragen. Hier wird außerdem eine Kopie des Reisepasses gefordert, die man sich bereits vorher machen sollte. Ich registrierte mich zunächst und bekam eine Wartenummer. Nachdem ich alle Dokumente eingereicht hatte, bekam ich eine Quittung, mit der ich zu einer bestimmten Bank gehen sollte, um die Anmeldegebühr zu bezahlen. Die Bank befand sich nur ein paar Meter neben dem Gebäude. Dort zahlte ich also die Gebühr, und bekam eine Quittung für meine getätigte Einzahlung. Diese Quittung legte ich wiederum bei der Visa-Behörde vor und bekam eine weitere Quittung zur Bestätigung. Etwa drei Tage später konnte ich meinen Reisepass mit der Aufenthaltsgenehmigung abholen kommen.

## **5. Universität**

Im folgenden Abschnitt werde ich über die Sichuan Universität berichten, insbesondere über den Wangjiang Campus und das Chinesisch Sprachinstitut. Die Sichuan Universität ist eine der ältesten Universitäten Chinas und gehört außerdem im nationalen Vergleich zu den zehn besten Universitäten des Landes. Insgesamt studieren hier etwa 70.000 Studenten.

### **5.1. Campus**

Der Wangjiang Campus befindet sich am südlichen Teil der ersten Ringstraße in einem zentralen Gebiet Chengdus. Er ist zugänglich durch vier Haupttore im Norden, Süden, Osten und Westen sowie einigen inoffiziellen kleineren Toren. Aufgrund der Tatsache, dass der Autoverkehr durch Einfahrtsgenehmigungen beschränkt wird, ist die Atmosphäre hier wesentlich entspannter und angenehmer als im Vergleich zum übrigen Stadtgebiet. Das Areal des Campus ist so groß wie ein ganzer Bezirk. Neben den Unterrichtsgebäuden und Studentenwohnheimen befinden sich hier außerdem Wohngebäude für Lehrer, Angestellte der Universität, Supermärkte, Restaurants, Friseure, Sportanlagen und viele weitere Einrichtungen. Man braucht eine gewisse Zeit, bis man sich orientieren kann. Doch es macht Spaß, den Campus zu erkunden, denn es gibt immer wieder etwas Neues zu entdecken. So halten die Bewohner zum Beispiel noch ihre eigenen Hühner auf den Grasflächen.

## **5.2. Einstufungstest**

Nach einer einführenden Informationsveranstaltung in der ersten Woche am Chinesisch Sprachinstitut fand der sprachliche Einstufungstest statt. Dieser bestand aus einem schriftlichen und einem mündlichen Teil. Am nächsten Tag erfuhren wir dann, welches Kurslevel für uns jeweils anhand der Testergebnisse vorgeschlagen wurde. Ich stellte in den ersten Tagen fest, dass mir ein zu einfaches Level zugeteilt wurde. Daher wechselte ich in einen höheren Kurs, der nun zwar beinahe etwas zu anspruchsvoll ist für mich, jedoch meine Sprachkenntnisse dafür besser fördert.

## **5.3. Kursangebot**

Das Chinesisch Sprachinstitut der Sichuan Universität bietet Sprachkurse für internationale Studenten jeder Niveaustufe an. Die Level sind aufgeteilt in Anfängerstufe, Mittelstufe und Fortgeschrittene Stufe. Jede einzelne Stufe ist noch einmal unterteilt in unterschiedliche Schwierigkeitsgrade. Die Kurse sind zudem nach Trainingsschwerpunkten gegliedert, so gibt es zum Beispiel Kurse wie Hörverständnis, Leseverständnis oder Schrifttraining. Außerdem bietet das Sprachinstitut nachmittags Sportkurse an. Neben den Kursen am Sprachinstitut gibt es auch die Möglichkeit Veranstaltungen anderer akademischer Bereiche zu belegen, zum Beispiel „Chinesische Geschichte“ oder „Umweltmanagement in China“, die auf englischer Sprache angeboten werden.

## **5.4. Unterricht**

Der Chinesisch Unterricht findet in meinem Kurslevel ausschließlich auf Chinesisch statt, und orientiert sich stark an den verwendeten Lehrbüchern. Auch wenn die zum größten Teil jungen und sehr engagierten Lehrer versuchen, etwas mehr Flexibilität in den Unterricht zu bringen, wirkt die Lehrmethodik dadurch trotzdem eher starr und repetitiv. Im Vergleich zum Sprachunterricht in Deutschland werden inhaltlich langsamere Fortschritte erzielt, dafür werden sehr viel mehr neue Vokabeln didaktisiert. Die Universitäten in China befinden sich derzeit noch in einem Reformprozess, der eine Modernisierung der wissenschaftlichen Arbeit bewirken soll. Dies ist auch am Sprachinstitut festzustellen, so ist man dort bemüht, zum Beispiel durch Umfragen unter den Studenten, eine bessere Lehrqualität herzustellen.

## 6. Chengdu

Die Stadt Chengdu ist die Hauptstadt der Provinz Sichuan. Sie hat ungefähr 7 Millionen Einwohner und gilt als eine der am schnellsten wachsenden Städte der Welt. Somit kann man hier die Urbanisierung Chinas derzeit hautnah miterleben. Obwohl Chengdu eine mehrere Jahrtausende zurückreichende Geschichte hat, ist von der historischen Stadtsubstanz kaum noch etwas zu entdecken. Architektonisch ist das Stadtbild hauptsächlich geprägt durch Wohngebäude, die während der sozialistischen Zeitgeschichte errichtet wurden, sowie moderne Hochhäuser und Bürotürme. Die Einwohner sprechen den lokalen Sichuan Dialekt miteinander, sehr viele Personen beherrschen daneben aber auch Mandarin. Insgesamt gilt das Leben hier als entspannter als in den Metropolen der Ostküste.

### 6.1. Klima / Wetter

Chengdu liegt in einer subtropischen Klimazone, so dass es hier im Sommer sehr heiß wird. In den Wintermonaten kann es hingegen auch zu Frosttemperaturen kommen. Während dieser Zeit tragen die Bewohner selbst innerhalb von Büros oder Restaurants dicke Winterjacken, denn oftmals wird nicht geheizt. In den Wohnungen gibt es überall Klimaanlageanlagen, die auch eine Heizfunktion haben. Außerdem werden elektronische Heizdecken und Heizkörper verkauft, mit denen man sich warm halten kann.

### 6.2. Essen

Die Sichuan-Küche ist eine der „vier großen Küchen“ Chinas. Sie wird vor allem durch die Verwendung scharfer Zutaten wie Chili oder Sichuan Pfeffer charakterisiert. Es gibt aber nicht nur Sichuan Gerichte in Chengdu, sondern auch Restaurants mit der typischen Küche aus anderen Regionen wie Beijing, Kanton, Xinjiang, usw. Chengdu wird zudem immer internationaler, so findet man auch einige italienische, französische, japanische oder deutsche Restaurants. Fast Food ist mittlerweile ebenfalls in China angekommen, bekannte amerikanische Hamburgerläden gibt es an beinahe jeder größeren Straße. Und auch einige Supermärkte haben eine Abteilung mit importierten Produkten, die man aus der Heimat kennt, oder verkaufen zumindest Butter, Käse und andere Milchprodukte.

### **6.3. Verkehr**

Das öffentliche Transportnetz in Chengdu ist für eine Stadt dieser Größenordnung noch nicht sehr gut ausgebaut. Es besteht hauptsächlich aus Bussen, die jedoch nur auf den großen Hauptstraßen unterwegs sind und zudem beinahe immer überfüllt sind. Seit etwa einem Jahr gibt es auch eine U-Bahnlinie, die vom Norden in den Süden der Stadt führt. Eine weitere Linie vom Westen in den Osten soll noch dieses Jahr eröffnet werden. Ein Großteil der Menschen fährt somit entweder mit dem Taxi, bzw. wer es sich leisten kann, mit dem eigenen Auto. In Chengdu werden täglich etwa 600 neue PKW registriert. Das führt tagsüber regelmäßig zu Verkehrsstaus und darüber hinaus zu vielen Unfällen. Alltägliche Wege legt man daher am besten mit dem Fahrrad zurück. Der Verkehr für Fahrräder und Mopeds ist an den meisten Stellen durch eine eigene Fahrbahn vom Autoverkehr getrennt, so dass man hier auch tatsächlich einigermaßen sicher und entspannt unterwegs sein kann.

### **6.4. Freizeit**

Chengdu hat ein aktives Nachtleben mit verschiedensten Bars und Clubs. Gerade bei Studenten ist die Stadt auch deswegen sehr beliebt. Tagsüber kann man sich zum Beispiel in einem der öffentlichen Parks aufhalten, in Teehäusern verbringen, Sport treiben oder einfach nur die Stadt erkunden. Die touristischen Sehenswürdigkeiten innerhalb von Chengdu hatte ich bereits alle in den ersten Wochen aufgesucht, so dass sie für mich den Reiz mittlerweile schon verloren haben. Es gibt aber auch in der Umgebung außerhalb der Stadt einige interessante Orte, die ich noch nicht gesehen habe. Busfahrkarten sind für solche Ausflüge sehr preisgünstig, und der Busbahnhof befindet sich auch in der Nähe der Universität. Außerdem konnte ich mich einer Gruppe bestehend aus Chinesen und Ausländern anschließen, mit denen ich jetzt Kung Fu trainiere.

## **7. Psychologische Auswirkungen**

Wer sich für eine längere Zeit in China aufhält, wird sich einigen Extremsituationen gegenübergestellt sehen. Die räumliche Distanz zur Heimat, Kommunikationsprobleme, ungewohntes Essen und nicht zuletzt die fremde Kultur und Lebensbedingungen haben natürlich auch psychologische Auswirkungen auf den Menschen. Ich möchte daher auch etwas über den emotionalen Prozess berichten, den ich bisher durchgemacht habe.

Besonders die Anfangszeit in China empfand ich als sehr anstrengend. Es gab so viel zu organisieren und zu erledigen, und so viele neue Eindrücke zu verarbeiten. Tagsüber war es sehr heiß, der Straßenverkehr laut und staubig, die Verständigung auf Chinesisch mit den Einheimischen bereitete mir Schwierigkeiten. Meine anfänglich vorhandene Euphorie wandelte sich daher schnell in eine emotionale Tiefelage, die aber bald darauf wieder von einer positiven Stimmung abgelöst wurde. Diese Stimmungsschwankungen, die für mich eigentlich eher untypisch waren, hielten ein paar Wochen an, bevor sich meine emotionale Situation allmählich wieder zu stabilisieren begann. Was hat sich verändert? Es gibt immer noch viel zu tun, der Verkehr ist immer noch laut, und trotz Fortschritte kann ich auch immer noch nicht fließend Chinesisch sprechen. Doch einerseits habe ich mittlerweile einen alltäglichen Rhythmus gefunden. Andererseits habe ich gelernt, meine Reaktionen besser von außen zu betrachten und somit gewissermaßen über den Dingen zu stehen. Seitdem mir dies gelingt, empfinde ich trotz aller Einschränkungen und Schwierigkeiten in China einen hohen Zugewinn an Lebensqualität, und kann mich sehr auf die nächsten Monate freuen.

## 8. Allgemeine Tipps

- **Immer freundlich bleiben**

Man erreicht in China mit Freundlichkeit häufig mehr als durch verärgerte Drohungen. Es gab im Studentenwohnheim den Fall eines deutschen Studenten, der wegen Renovierungsarbeiten sein Zimmer einige Male wechseln sollte. Er beschwerte sich recht verärgert darüber an der Rezeption, und musste das Wohnheim daraufhin verlassen. Wer seinem Ärger lauthals Luft macht, verliert in der chinesischen Gesellschaft „sein Gesicht“. Es bewirkt oftmals genau das Gegenteil von dem, was man eigentlich möchte. Wer ein Problem klären möchte, sollte dies immer ruhig und mit einem netten Lächeln im Gesicht tun.

- **Die fremde Kultur akzeptieren lernen**

Es gibt viele Dinge in China, die einen zur Verzweiflung treiben können. Eine westliche Ausländerin, die seit über 5 Jahren in China lebt, erzählte mir einmal: „Ich betrachte China nicht als ein Land auf der Erde, sondern als ein Land auf dem Mars. Und auf dem Mars ist eben alles anders als auf der Erde.“

- **So schnell wie möglich ein Fahrrad organisieren**

Nach seiner Ankunft sollte man sich möglichst schnell ein Fahrrad zulegen. Der Campus der Sichuan Universität ist sehr groß, und im Sommer wird es zudem heiß. Man ist mit einem Fahrrad daher viel schneller und entspannter unterwegs. Es sollte nicht zu teuer aussehen, denn Fahrraddiebstahl kommt in Chengdu häufig vor. Gebrauchte und auch neue Fahrräder kann man dafür aber sehr einfach und preisgünstig finden.

- **Kontakt zu Chinesen aktiv suchen**

Junge Chinesen sind allgemein sehr interessiert an Freundschaften mit internationalen Studenten. Weil der Unterricht aber getrennt voneinander stattfindet, kommen soziale Kontakte nicht automatisch zustande. Hinzu kommen sprachliche Probleme, die ein Hindernis darstellen können. Die Gefahr ist somit groß, dass man die meiste Zeit mit anderen englischsprachigen Ausländern verbringt. Man sollte daher versuchen, aktiv auf Chinesen zuzugehen und Kontakte herzustellen. Eine Möglichkeit ist zum Beispiel, einen Sprachpartner zu finden. Dazu gibt es auf dem Campus der Sichuan Universität regelmäßig eine „English Corner“ bzw. eine „Chinese Corner“. Eine andere Möglichkeit ist, dass man einer Sportgruppe beitrifft, an der sich ebenfalls Chinesen beteiligen. Ich habe zudem viele Chinesen über andere hier studierende Ausländer kennengelernt.

- **Lieder für Karaoke lernen**

Wer seine chinesischen Freunde wirklich beeindrucken möchte, sollte ein paar chinesische Lieder auswendig lernen, die er dann in der Karaokebar singen kann. Das hilft übrigens auch allgemein sehr, um die chinesische Sprache zu lernen

- **Soziale Netzwerke im Internet selten nutzen**

Die Technologie ermöglicht es heutzutage, rund um die Uhr mit Verwandten und Freunden in Deutschland in Kontakt zu sein. Allerdings ist das nicht besonders förderlich für eine Integration in die chinesische Gesellschaft. Um nicht nur physisch mit seinem Körper, sondern auch mit seinen Gedanken in China zu sein, sollte man soziale Netzwerke wie Facebook daher am besten nur so selten wie möglich nutzen!

